

ネズミの被害にあわないために



ネズミの被害

- ・ネズミはダニや病原菌を保有し、様々な**病気を媒介**します。
例) 食中毒(サルモネラ症など)、ペスト、レプトスピラ症
 - ・ネズミは歯を削るために**物を噛みます**。パソコンの配線、電話や電線のケーブルなどがかじられると、**機械の故障や火災の原因**になることがあります。
- ✓ 一度ネズミに住みつかれてしまうと、駆除には大変な労力と費用がかかり、完全に駆除するには数ヵ月かかることもあります。

ゴミの管理 対策のポイントは、“密閉する”ことです！

ネズミ対策では、エサを与えないことが重要です。生ゴミ等は、ビニール袋に入れるだけではなく、ポリバケツなどのしっかり密閉できる容器に入れて保管しましょう。



都会のネズミ

ドブネズミ

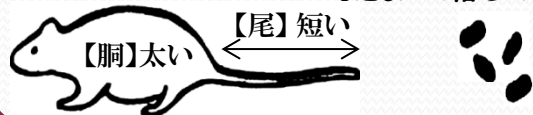
～人を恐れず、ゴミ置き場を荒らす～

- ・寒さに強く、泳ぐことが得意
- ・台所の床下、排水管内を伝って家屋に侵入する

【巣】 植栽などの**地面**に穴を掘って作る

【目と耳】 小さい

【フン】 長さ1～2cm前後(止まってフンをする)
⇒ まとまって落ちている



クマネズミ

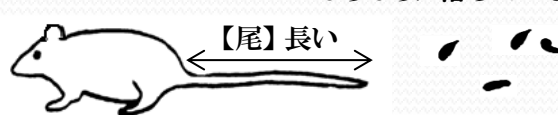
～警戒心が強く、天井裏に侵入する～

- ・暖かい所を好み、高い所が得意
- ・壁や配管を登り、貫通口の隙間などから侵入する

【巣】 **建物内**の天井裏や壁の間に作る

【目と耳】 大きい

【フン】 長さ1cm前後(動きながらフンをする)
⇒ ばらばらに落ちている



ネズミ対策の3原則

①エサを取らせない ②侵入させない ③隠れ場所を作らない

①エサを取らせない

ネズミはあらゆるものを食べます。ペットフードやせっけん、庭に植えてある球根や有機肥料などもネズミのエサになるので、注意が必要です。

対策 ✓ 食べ物は密閉容器（金物または厚手のプラスチック）に入れるか、冷蔵庫や戸棚などに入れて保管しましょう



②侵入させない

ネズミは2cm位の穴や隙間から侵入することができます。（目安5円玉）
建物に侵入口がないか確認しましょう。

例) ネズミの侵入口



壊れた床下の通気口



外壁の貫通口

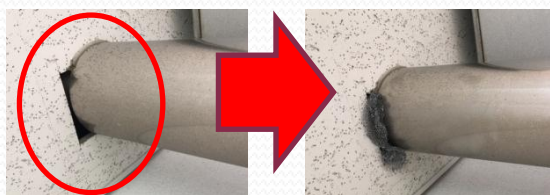
（エアコン、キッチンの給排水・ガスの配管、配電盤など）



ラットサイン(ネズミの痕跡)

例) ネズミが頻繁に通る、黒くなった配管
⇒ ネズミの侵入もしくは生息の可能性

対策 ✓ 侵入口の有無を確認しましょう。
侵入口がある場合は、パテやセメント、金タワシで塞ぎましょう。



③隠れ場所を作らない

建物の外周や庭、キッチン周りなどに物が多く置いてあると、ネズミの隠れ場所となってネズミが寄り付きやすくなります。ネズミが隠れる場所を無くすことが大切です。

対策 ✓ 不要なものは処分して、整理整頓を心がけましょう。
特に、クマネズミは隠れる場所がない所には、警戒して寄り付きません。



ネズミに関するご相談がありましたら、下記までお気軽にご連絡ください。

港区みなと保健所 生活衛生課 生活衛生相談係
住所：港区三田1-4-10 TEL:6400-0043



スポーツでつながろう パラスポーツメイト養成講座

障害がある人もない人も、地域で一緒にスポーツを楽しむことができるよう、
環境づくりやパラスポーツをする人を支えるメイト(仲間)を養成します。

第1回 令和4年1月29日(土)
10:00~12:30
パラスポーツ(障害者スポーツ)とは

第2回 令和4年2月5日(土)
10:00~12:30
スポーツを体験してみよう!
『ボッチャ』

第3回 令和4年2月12日(土)
10:00~12:30
スポーツを体験してみよう!
『ブラインドサッカー』

第4回 令和4年2月19日(土)
10:00~12:30
パラスポーツをする人を支えるために

会場 / 港区スポーツセンター 多目的室(第1・2・4回)、アリーナ(第3回)
(港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦内)

申込み・問い合わせ 電話 03-6230-0280 FAX 03-6230-0285
社会福祉法人 港区社会福祉協議会 港区六本木5-16-45 麻布地区総合支所2階

社会福祉法人
主催 / 港区社会福祉協議会

後援 / 港区
公益財団法人
港区スポーツふれあい文化健康財団



パラスポーツメイト養成講座 FAX用参加申込用紙
港区社会福祉協議会 FAX 03-6230-0285

お名前	
応募条件(いずれかに✓)	<input type="checkbox"/> 在住 <input type="checkbox"/> 在勤 <input type="checkbox"/> 在学
電話番号・FAX番号	TEL / () FAX / ()
その他	※手話通訳が必要な人はご記入ください。

※申し込み時にご提供いただいた個人情報は、本会個人情報保護規程等に基づき、適切に取り扱い本会事業の実施のみに使用させていただきます。

	日時	内容	講師
第1回	令和4年 1月29日(土) 10:00~12:30	パラスポーツ(障害者スポーツ)とは 講義、車いす体験・白杖体験など	神保 秀久 氏 (元東京都立大学健康福祉学部 特任助教、 東京都障害者スポーツ指導者協議会) 福中 海人 氏 (パラアーチェリー競技者)
第2回	令和4年 2月5日(土) 10:00~12:30	スポーツを体験してみよう！ 『ボッチャ』	一般社団法人 日本ユニバーサルボッチャ連盟
第3回	令和4年 2月12日(土) 10:00~12:30	スポーツを体験してみよう！ 『ブラインドサッカー』	乃木坂ナイツ (ブラインドサッカーチーム)
第4回	令和4年 2月19日(土) 10:00~12:30	パラスポーツをする人を支える ために 講義、ミニスポーツ体験、修了式など	公益社団法人 東京都障害者スポーツ協会

会場

港区スポーツセンター
 多目的室(第1・2・4回)、アリーナ(第3回)
 (港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦内)
 ※当日は3階受付にお越しください

対象

区内在住・在勤・在学で、パラスポーツに関わりたい人

定員

20名(申込順)

申込み

令和4年1月21日(金)までに電話またはFAXで申込みください
 ※手話通訳が必要な人は1月14日(金)までにお申し出ください。

持ち物

室内用運動靴
 ※動きやすい服装でお越しください



- ・マスクを着用してのご来場、ご参加をお願いします。
- ・検温、手指消毒にご協力をお願いします。
- ・その他主催者側にて実施する感染症防止対策にご協力ください。
- ・活動中の写真を広報紙、社協ホームページ等に掲載させていただく場合があります。

初めての人も 経験者も
Let's ボッチャ!

ボッチャ交流大会

令和4年 2月26日(土) 13:00~16:30

港区スポーツセンター アリーナ (港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦内)

●対象●

港区在住・在勤・在学の人
(チームの場合は1人以上が
港区在住・在勤・在学)

●定員●

60人程度

●持ち物●

室内用運動靴
※動きやすい服装でお越しください

手話通訳
あり

参加費
無料

参加賞も
あります

●申し込み●

1人~3人で、令和3年12月21日(火)~令和4年2月7日(月)
に電話・FAXで申し込んでください

※1人での申し込み…港社協で3人1組のチームを編成
2人での申し込み…そのチームでの参加(港社協でもう1人を編成)
3人での申し込み…そのチームでの参加

パラスポーツ VR体験コーナー もあります

VRゴーグルを使って選手の目線で
パラスポーツを疑似体験!

協力/富士通株式会社

「初めてだから心配…」
「練習してから参加したい」
という人でも大丈夫!

ボッチャ体験会 も同日開催!

2月26日(土)10:00~12:00

港区スポーツセンター アリーナ
※時間内に自由に参加できます。

申込み・問い合わせ

電話 03-6230-0280

FAX 03-6230-0285

社会福祉法人 港区社会福祉協議会

港区六本木5-16-45 麻布地区総合支所2階

主催/社会福祉法人
港区社会福祉協議会

後援/港区

公益財団法人
港区スポーツふれあい文化健康財団



ボッチャ交流大会
港区社会福祉協議会

FAX用参加申込用紙
FAX 03-6230-0285

必要事項に記入または✓を付けてください

	1	2	3
お名前			
応募条件	<input type="checkbox"/> 在住 <input type="checkbox"/> 在勤 <input type="checkbox"/> 在学	<input type="checkbox"/> 在住 <input type="checkbox"/> 在勤 <input type="checkbox"/> 在学	<input type="checkbox"/> 在住 <input type="checkbox"/> 在勤 <input type="checkbox"/> 在学
電話番号・FAX番号	TEL () FAX ()	TEL () FAX ()	TEL () FAX ()
その他 ※「ランプ」…投球補助具	<input type="checkbox"/> ランプの貸出希望 <input type="checkbox"/> ランプの持込希望 <input type="checkbox"/> 手助けや配慮が必要 <input type="checkbox"/> 介助者が同行	<input type="checkbox"/> ランプの貸出希望 <input type="checkbox"/> ランプの持込希望 <input type="checkbox"/> 手助けや配慮が必要 <input type="checkbox"/> 介助者が同行	<input type="checkbox"/> ランプの貸出希望 <input type="checkbox"/> ランプの持込希望 <input type="checkbox"/> 手助けや配慮が必要 <input type="checkbox"/> 介助者が同行
	※手助けや配慮が必要なことがある人は内容を記入してください	※手助けや配慮が必要なことがある人は内容を記入してください	※手助けや配慮が必要なことがある人は内容を記入してください
「ボッチャ体験会」 (同日10:00～)	<input type="checkbox"/> 参加する <input type="checkbox"/> 参加しない	<input type="checkbox"/> 参加する <input type="checkbox"/> 参加しない	<input type="checkbox"/> 参加する <input type="checkbox"/> 参加しない

※申し込み時にご提供いただいた個人情報は、本会個人情報保護規程等に基づき、適切に取り扱い本会事業の実施のみに使用させていただきます。

会場

港区スポーツセンター アリーナ
(港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦内)
※当日は3階受付にお越しください

対象

区内在住・在勤・在学の人
(チームの場合は1人以上が区内
在住・在勤・在学)

定員

60名程度(申込順)

持ち物

室内用運動靴
※動きやすい服装でお越しください

申し込み

12月21日(火)～令和4年2月7日(月)に、1人～3人で、電話・FAXにて申し込んでください。



- ・37.5℃を超える発熱がある場合には、参加を中止してください。
- ・“咳(せき)、のどの痛みなど風邪の症状がある”“嗅覚や味覚に異常がある”など身体に異常がみられる場合や新型コロナウイルス感染症陽性とされた人との濃厚接触がある場合には、参加を中止してください。
- ・当日の参加受付時に、検温と体調チェックシートへの記入・提出をお願いします。

60歳以上の方へ!!

大学で出会い、学び、地域で活動するきっかけに

チャレンジ コミュニティ大学

第15期生募集

- ✓ 同世代の方と出会えます！
- ✓ 明治学院大学の白金キャンパスで暮らしに役立つ内容を学ぶことができます！
- ✓ 在学中は大学の図書館や食堂など多くの施設を利用できます！

事前説明会を
開催します

詳細は裏面をチェック！

内 容	<ul style="list-style-type: none">・ 社会参加(福祉・行政) 地域社会の現状や区の行政課題等を学びます。また福祉施設の見学も行います・ 健康増進(スポーツ・健康) 実際に体を動かす実習が中心です・ 一般教養(経済・法律・芸術等) 身近な法律から美術・音楽まで幅広く学びます
受講期間	令和4年4月から令和5年3月まで1年間/ 週1~2回2時限(水曜または土曜、1時限90分) 約40日間
募集人員	60名(選考)
費 用	2万円(年間)



入学式



自然散策

申込み

各総合支所協働推進課及び各いきいきプラザ等で配布予定の
「申込のしおり」を参照の上お申込みください

申込期間 令和3年 **12月24日(金)**~令和4年 **2月1日(火)**午後5時(必着)
※「申込のしおり」は、12月24日(金)から配布します

問合せ

高輪地区総合支所協働推進課地区政策担当
〒108-8581 港区高輪1-16-25 高輪コミュニティーぷらざ4階

☎ 03-5421-7123

FAX 03-5421-7626

チャレンジコミュニティ大学の概要を説明するとともに、皆さんの質問にもお答えします。コミュニティの活性化に興味がある人、応募を迷っている人、どなたでもお気軽にご参加ください！

	日時	場所
①	令和4年1月12日(水) 午後3時～4時	芝浦区民協働スペース
②	令和4年1月13日(木) 午後6時～7時	麻布区民協働スペース
③	令和4年1月15日(土) 午後2時～3時	高輪区民協働スペース
④	令和4年1月17日(月) 午後1時30分～2時30分	芝区民協働スペース

明治学院大学の先生や修了生が活動内容等についてお話しします！



地図

①芝浦区民協働スペース

芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦1階

- JR「田町駅」芝浦口(東口)徒歩5分
- 地下鉄浅草線・三田線「三田駅」A6 出口徒歩6分
- ちいばす芝ルート・芝浦港南ルート「みなとパーク芝浦」バス停から徒歩すぐ



②麻布区民協働スペース

六本木5-16-46 麻布保育園3階

- 地下鉄日比谷線・大江戸線「六本木駅」3番出口徒歩7分
- ちいばす麻布西ルート・麻布東ルート・田町ルート「麻布地区総合支所前」バス停徒歩1分



③高輪区民協働スペース

高輪1-5-38 HUG高輪2階

- 地下鉄南北線・三田線「白金高輪駅」1番出口徒歩7分
- ちいばす高輪ルート「高輪地区総合支所前」バス停徒歩7分



④芝区民協働スペース

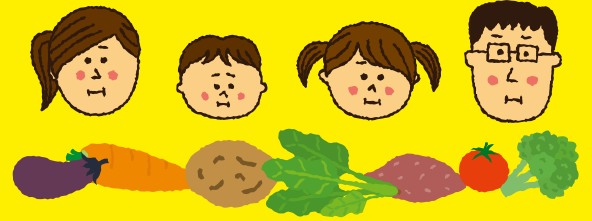
芝5-13-15 芝三田森ビル2階

- JR「田町駅」三田口(西口)徒歩6分
- 地下鉄浅草線・三田線「三田駅」A3出口徒歩6分
- 地下鉄大江戸線「赤羽橋駅」赤羽橋口出口徒歩7分
- 都バス・ちいばす高輪ルート「慶応義塾東門」バス停徒歩1分



防災講演会

いざという時 どうする？



みんなの食と栄養



近年、水害や土砂災害等、
全国で毎年のように災害が発生し、
甚大な被害が起きています。
もし被災し、避難生活を余儀なくされたとき、
みなさんはどんな生活になるでしょうか。
「食」と「栄養」をテーマに、
「もしも」の時にも役立つ備えについて
一緒に考えてみませんか？



プログラム

講師

- 災害時における「食」について
 - 管理栄養士から学ぶ災害時の「栄養」について
- ほか

公益財団法人 味の素ファンデーション(TAF) 齋藤 由里子 氏

1994年味の素㈱入社、2018年より財団へ出向。
東北の復興応援事業として参加型料理教室「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」を推進、地域主体の活動の後方支援を行う。
2019年、全国災害ボランティア支援団体ネットワーク(JVOAD)・国際災害栄養研究室・日本栄養士会 JDA-DATと共に多職種・多組織連携プラットフォーム「食べる支援プロジェクト(たべぷる)」を立ち上げ、事務局を務める。



管理栄養士 川尻 由美子氏

東京都港区の保健所で33年間栄養指導に従事。現在は小児科で栄養指導に携わるほか、大学非常勤講師をつとめる。
東日本大震災の被災地栄養活動の経験をもとに日本災害食学会の災害食専門員として活動している。

日時

令和4年1月15日(土)
14:00～16:00

場所

オンライン (Zoom) 開催

※インターネット環境を整え、PC、スマートフォン、タブレット等のデバイスを準備ください。
後日参加URLをお知らせします。

インターネット環境のない方向けに会場を設けます
港区役所9階(港区芝公園1-5-25)
定員20名(先着順)

対象者

港区在住、在勤、在学

参加費

無料

申込方法

電話でみなとコールへお申し込みください

※申込順につき、定員に達し次第、受付を終了します。
参加者の方には、後日詳しい案内をお送りします。

定員(先着順)


オンライン (Zoom) 参加 50名程度
会場参加 20名

みなとコール

03-5472-3710

受付期間

令和3年12月21日(火)～令和4年1月10日(月・祝)
9:00(初日は15:00)～17:00受付

A collection of colorful, stylized snowflake graphics in various colors (blue, green, pink, yellow) scattered across the page. One snowman is located in the bottom right corner.

！令和4年開催！

災害ボランティア 養成講座

日時 内容

- (1) 1月27日(木) 午後6時～7時45分 【会場又はオンラインツール (Zoom) 選択可】
港区の災害への取り組みについて
- (2) 1月29日(土) 午前10時～午後4時 【会場のみ】
防災対策について、避難所運営ゲーム

場所

①東麻布区民協働スペース ②オンラインツール (Zoom) ※初日のみ

対象

区内在住・在勤・在学で港区社会福祉協議会が災害ボランティアセンターを設置したときに災害ボランティアとして協力する意思がある人、原則2日間参加できる人

申込

令和4年1月21日(金)までに、電話・FAX(住所・氏名・連絡先・受講方法、会場での受講またはオンラインでの受講(電子メールアドレス必須)どちらか)を明記

問い合わせ

社会福祉法人 港区社会福祉協議会 電話:6230-0284 FAX:6230-0285
〒106-0032 港区六本木5-16-45 麻布地区総合支所2階

参加申込書



下記のとおり、災害ボランティア養成講座に申し込みます。

お名前	ふりがな	
連絡先	住所 〒	
	TEL	FAX
メールアドレス		
受講方法	会場 ・ オンライン ※メールアドレス必須	
経験	災害ボランティアに関する講座参加	あり ・ なし
	災害ボランティア活動経験	あり ・ なし
申し込み理由	よろしければご記入ください。	

※申し込み時等にご提供いただいた個人情報は、本会個人情報保護規程に基づき、適切に取り扱い、上記の事業の実施に使用させていただきます。

※オンラインでの受講を希望された人には令和4年1月25日（火）までに当日の講座資料、URL、ID、パスワード等をメールにてご連絡いたします。25日を過ぎても連絡がない人はお問い合わせください。

■地下鉄大江戸線「赤羽橋」駅中之橋出口徒歩7分
中之橋出口徒歩7分

■港区コミュニティバス（ちいばす）
麻布東ルート「東麻布一丁目（東京タワー下）」
バス停徒歩3分



令和3年12月27日

各 位

港区赤坂地区総合支所長
中島 博子

「赤坂青山 美しいまち マナーのまち」キャンペーンの
参加依頼について

日頃より、港区の環境美化に御理解とご協力をいただきましてありがとうございます。
赤坂地区総合支所では、「赤坂青山 美しいまち マナーのまち」キャンペーンを実施し、地域の安全・環境美化活動に継続的に取り組んでいます。
つきましては、赤坂駅周辺でのキャンペーンを下記の日程で実施しますので、御多忙とは存じますが、皆様のご無理のない範囲でご参加をよろしくお願いいたします。

記

- 1 日 時 令和4年1月27日（木）
午前9時10分（受付次第、清掃開始）～午前10時00分
- 2 集合場所 赤坂Bizタワーアネックス1（港区赤坂五丁目3番1号）
赤坂通り側（別紙案内図のとおり）
- 3 内 容 午前9時10分～ 受付後、団体ごとに清掃開始
9時50分 キャンペーン終了
※新型コロナウイルス感染症の対策として開会式は実施しません。代表の方が受付次第、団体ごとに清掃活動を開始いただきますようお願いいたします。
- 4 その他
 - ・雨天の場合は中止です。
前日の16時までに決定してお知らせいたします。
 - ・事前に参加人数を把握するため、お手数ですが、参加の場合のみ参加確認票のご提出をお願いいたします。
 - ・クリーンキャンペーンの参加回数に応じて毎年感謝状を贈呈しておりますが、今回は参加・不参加問わず回数に含ませていただきます。

問合せ先 港区赤坂地区総合支所協働推進課協働推進係
担当：高梨、吉田、加瀬、中村
Tel 03（5413）7272

参加確認票（赤坂駅開催）

事前におおよその参加人数を把握するため、確認票の提出をお願いすることにしました。お手数ですが、参加の場合のみ、参加人数を記入の上、FAXもしくはメールでご提出をお願いいたします。

【送信先】 赤坂地区総合支所協働推進課協働推進係 高梨 行

【FAX】 03-5413-2019

◇参加人数 ()名

※掃除用具等の準備の関係がありますので、なるべく正確な人数をお教えてください。

◇団体名 _____

担当者氏名()

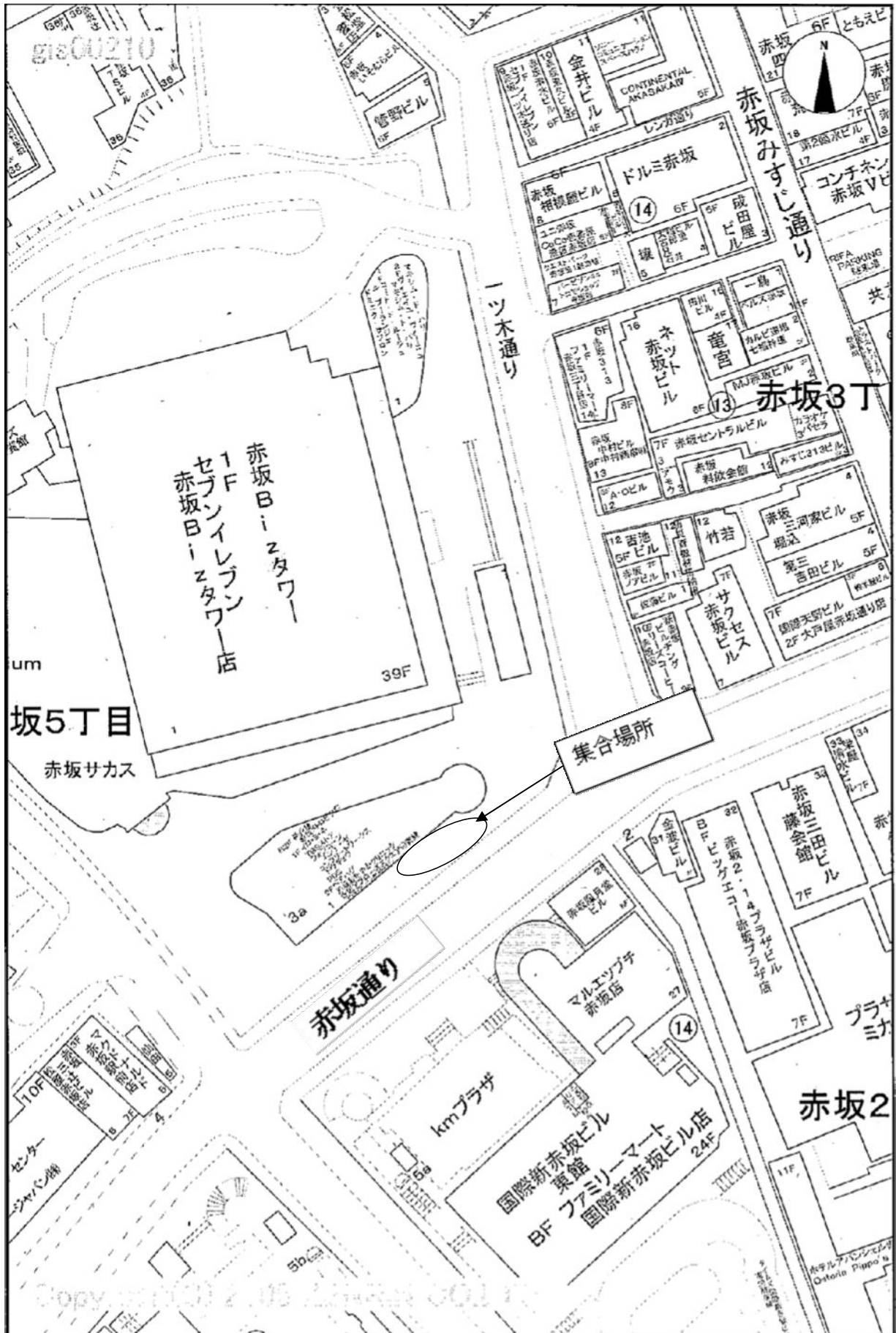
連絡先 TEL()

FAX()

Mail()

令和4年1月21日(金) までに返信をお願いいたします。

赤坂青山美しいまちマナーのまちクリーンキャンペーン
集合場所地図（赤坂駅）



令和3年12月27日

各 位

港区赤坂地区総合支所長
中島 博子

「赤坂青山 美しいまち マナーのまち」キャンペーンの
参加依頼について

日頃より、港区の環境美化に御理解とご協力をいただきましてありがとうございます。
赤坂地区総合支所では、「赤坂青山 美しいまち マナーのまち」キャンペーンを実施し、地域の安全・環境美化活動に継続的に取り組んでいます。
つきましては、表参道駅周辺でのキャンペーンを下記の日程で実施しますので、御多忙とは存じますが、皆様のご無理のない範囲でご参加をよろしくお願いいたします。

記

- 1 日 時 令和4年1月28日（金）
午前9時00分から午前10時00分
※青山表参道商店会の清掃活動と合同で実施します。
- 2 集合場所 秋葉神社前（港区北青山三丁目5番26号）
- 3 内 容 午前8時40分～ 受付開始
9時00分 キャンペーン開始
10時00分 キャンペーン終了
- 4 その他
 - ・雨天の場合は中止となります。
 - 前日の16時まで決定してお知らせいたします。
 - ・事前に参加人数を把握するため、お手数ですが、参加の場合のみ参加確認票のご提出をお願いいたします。
 - ・クリーンキャンペーンの参加回数に応じて毎年感謝状を贈呈しておりますが、今回は参加・不参加問わず回数に含まさせていただきます。

問合せ先 港区赤坂地区総合支所協働推進課協働推進係
担当：高梨、吉田、加瀬、中村
Tel 03（5413）7272

参加確認票（表参道駅開催）

事前におおよその参加人数を把握するため、確認票の提出をお願いすることになりました。お手数ですが、参加の場合のみ、参加人数を記入の上、FAXもしくはメールでご提出をお願いいたします。

【送信先】 赤坂地区総合支所協働推進課協働推進係 高梨 行

【FAX】 03-5413-2019

◇参加人数 ()名

※掃除用具等の準備の関係がありますので、なるべく正確な人数をお教えてください。

◇団体名 _____

担当者氏名()

連絡先 TEL()

FAX()

Mail()

令和4年1月21日(金) までに返信をお願いいたします。

赤坂青山美しいまちマナーのまちクリーンキャンペーン
 集合場所地図（表参道）

