

2026
10
月号

港区コミュニティ情報誌

キスポート



キスポート財団

【発行】
公益財団法人
港区スポーツふれあい文化健康財団
(愛称：キスポート財団)
〒107-0052 港区赤坂4-18-13
赤坂コミュニティふらざ 2F
☎03 (5770)6837 ☎03 (5770)6884

Community Magazine TAKE FREE

Minato-city Community Magazine vol.394

10月5日(月)発行



「設立30周年記念」キスポート財団の活動紹介

第3回 スポーツ事業

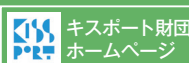
キスポート財団への寄附のお願い

公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団(キスポート財団)では、寄附金を募っています。寄附金額に応じて、所得税・住民税の控除があります。詳しくは当財団のホームページをご覧ください。
※寄附された方には、金額に応じて当財団キャラクターグッズを進呈中
※港区版ふるさと納税の団体応援は「公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団」をご指定ください。

【問合せ】企画経営課 ☎03 (5770)6831 Mail : k-kikakukeiei@kissport.or.jp



寄附のお願い



次号11月号は11月5日(木)発行予定

今後のイベントおよび施設の利用について 本誌10月号および過去のキスポート誌でご紹介している各イベントおよび施設等の最新情報は、キスポート財団ホームページまたはイベント主催者・各施設にお問い合わせください。

第25回フェスティバルーン

～来て★見て♪体験して！～

【日時】10/16(金)11:00～20:00
【会場】生涯学習センター(ばるーん)、生涯学習センター前グラウンド
※駐車場はございません。公共の交通機関をご利用ください。

- ◎展示発表・体験(館内)
*館内展示は10月より順次実施しています。
俳句、絵手紙、いけばな、飛行機の縮尺模型、書道、写真、水墨画、語り部新聞、クローキー、FP無料相談、まなマルシェ展示、港コネスコ協会活動紹介など
- ◎舞台発表(グラウンド) 13:00～20:00
日本舞踊、合唱、楽器演奏(民俗楽器やギター、バンド演奏など)、民謡、気功、南京玉すだれ、フラダンス、チャリディング など
- ◎作品販売・体験(グラウンド)
竹とんぼ、陶芸、大学生によるワークショップ、藤手工芸、日用品小物、吹き矢体験 など
- ◎グラウンド催し
★Café Deux...コーヒー、カレー、デザート等の販売
★港区福祉売店はなみずき(焼き菓子、小物販売)
★店舗出店...「新橋亭」(肉まん、フカヒレスープ、中華まき)、「新正堂」(和菓子ほか)、新橋SLビール、カフェビアザ「地方物産展」★いわき市 ★つくば市 ★喜多方市
- ◎スタンブラー 11:00～16:00 景品がなくなり次第終了(本部テント)

【問合せ】生涯学習センター(ばるーん) ☎03 (3431)1606 港区新橋3-16-3

【共催】フェスティバルーン実行委員会



麻布ふれあいまつり2026

つながる笑顔、サンキュー麻布!

ステージ演技に出展、体験イベントなど
子どもから大人まで
手づくりまつり盛りだくさんで楽しもう
【日時】10/17(土)・18(日) 10:00～17:00
【会場】麻布区民センター



【問合せ】麻布区民センター

【主催】麻布ふれあいまつり実行委員会



第38回 芝浦港南ふれあいまつり 同時開催：芝浦港南フリーマーケット

～つながる心 かがやく笑顔～

【日時】10/24(土)・25(日)9:50～17:00
(フリーマーケットは両日とも10:30～15:00)
【会場】芝浦港南区民センター、トリニティー芝浦緑地
※駐車場はございません。公共の交通機関をご利用ください。

- ◎ホール(舞台)
和太鼓、コカリナなどの楽器演奏、バレエ、各種舞踊、フラダンス、レビュー、児童合唱(英語)、パントワリング、太極拳、詩吟など(内容が変更になる場合があります)
- ◎展示
写真展、絵画展、リサイクル図書の配布など
- ◎体験
プラチナ美容塾(眉メイク、パーソナルカラー体験ほか)
10/24(土)のみ：シルバー人材センター(アロマで爪のセルフケア～がんばる手にご褒美を！～)
10/25(日)のみ：子平推命研究会東京都支部(お誕生日による占い)
- ◎広場
フリーマーケット、みなとリサイクル清掃事務所(フードドライブ、小さな家具のリサイクル展など)、港区福祉売店はなみずき(焼き菓子、小物販売)、みなと工房(わた菓子販売)、梶原農園(埼玉農家の新鮮野菜とはちみつ販売)、焼きそば販売ほか(一部は1日のみ出店)
- 【対象】どなたでも
【問合せ】芝浦港南区民センター ☎03 (3769)8864 港区芝浦4-13-1



第25回 赤坂コミュニティまつり

子どもから大人まで、みんなで楽しめる「プチ縁日」を今年も開催！ 楽しい遊びが待ってるよ！

～皆さまのご来館をお待ちしております～
【日時】11/7(土)・8(日)10:00～17:00
【会場】赤坂区民センター、ヘルシーナ
※駐車場はございません。公共の交通機関をご利用ください。

- ◎舞台発表(ホール)
演奏(篠笛・鍵盤ハーモニカ・リコーダー・馬頭琴・金管アンサンブル)、日本舞踊、盆踊り、チャパレエ、宝塚風レビュー・ショー、朗読、ジャズダンス、フラダンス、ゴスペルなど
- ◎展示
陶芸、書道、花魁衣装・高下駄、町会、大使館、学校法人山脇学園、防犯・防災、リサイクル図書の配布など
- ◎体験
たやうかんざし 作法、陶芸、太夫習・投扇興 ほか、おはなし会(赤坂図書館)など
- ◎販売
陶芸、和歌山物産(みかん・柿ほか)、お菓子・雑貨
- ◎ヘルシーナ(6F)
無料レッスン・無料カラダ測定 ほか
- ◎軽食
手打ちそば、レストランローザ(カレー・めん類・定食 ほか)
- 【問合せ】赤坂区民センター ☎03 (5413)2711 港区赤坂4-18-13 赤坂コミュニティふらざ内

おまつりの情報は
こちらからも



X

Instagram



大豆インキを使用しています

【発行部数】90,000部



車いすバスケットボールの車いすには、方向転換しやすい車輪や、足を守るバンパーが装備されています。

「設立30周年記念」キスポーツ財団の活動紹介

第3回

スポーツ事業

子どもから大人まで、スポーツに親しむきっかけづくり

今回は当財団の「スポーツ事業」をクローズアップ！

事業担当者に、具体的な取り組み内容や、それらに込めた想いを聞きました。

Q「スポーツ事業」の取り組みとは？

スポーツ教室や競技大会など、区民の皆さまがスポーツに親しむきっかけとなるようなイベントを区内各地で開催しています。企画にあたっては、「港区ならではの」「財団だからできる」「子どもたちの健全な育成」「共生社会の実現」といったキーワードを大切にしています。野球やサッカー、トランポリンなど競技の種類は多岐にわたり、イベントの実施日数は年間200日以上にのびます。

Q「港区・財団ならではの」とは、どんなもの？

例えばラートやフェンシングのような専用の器具が必要なスポーツを、地域のスポーツセンターで気軽に体験できるのは当事業の特長の一つだと思います。「ラートをやったことがあるんだ」と言えるのは、他ではなかなか得られない経験ですね。

また、海に面した港区の地域特性を生かし、ウインドサーフィンやSUP（スタンドアップパドルボード）などマリンスポーツの体験教室も実施しています。

Q ラグビーに関連するイベントも多いですね。

実は、日本におけるラグビー発祥の地は港区といわれているのです。港区では2009年からまちづくりにラグビー普及を取り入れており、当事業も一翼を担っています。その一環として、区内の幼稚園や保育園、小学校などでタグラグビー教室を開催しています。タグラグビーとは、タックルやキックなどをなくして安全性を高めた球技で、毎年、タグラグビーの大会「キッズタグラグビーフェスティバル」も実施しています。ぜひチャレンジしてみてください！

Q 今後の抱負を教えてください。

「共生社会の実現」により力を入れていきたいです。右で紹介している「TRY！パラスポーツDAY!!」は、昨年までは車いすバスケットボールの体験会でしたが、今年は新たにパラ射撃と車いすカーリングを加えました。障害の有無にかかわらず、多くの方にまずはパラスポーツを知っていただき、多様性への理解につながればと思っています。

7面上のキスポーツ財団設立30周年
記念インタビューも、ぜひご覧ください！

ラート体験会

ラートは、大きな車輪のような器具を使って回転や跳躍などの技を行うドイツ発祥の体操競技です。難しそうに見えるかもしれませんが、器具に足を固定するため安全で、子どもや高齢者でも簡単に楽しめます。回転するときは、まるで宇宙にいるような(!?)浮遊感を味わえるそう。当財団が主催するラート体験会では、日本ラート協会に所属する専門スタッフが、基本の動きやコツをていねいに指導します。毎年、夏休み時期を中心に実施しています。



ラート体験会に参加して

8月1日（土）に港区スポーツセンターで行われた「小中学生ラート体験教室」に参加した小学2年生。「ラートのことは全然知らなくて、今日が初めての挑戦でした。ぐるぐる回るのがすごく楽しかったです！またやりたいです」



毎回多くの申込みがある人気のイベントです

TRY！パラスポーツDAY!!

7月25日（土）に開催された「TRY！パラスポーツDAY!!」では、車いすをたくみに動かしドリブルやパスをつないでゴールをめざす「車いすバスケットボール」、ライフルなど的を狙って点数を競う「パラ射撃」、車いすに乗ってストーンを投げ得点エリアを狙う「車いすカーリング」の3競技を、区民の皆さまに体験していただきました。パラスポーツに初めて挑戦する方も多く、「思っていたより難しい」「こんなに楽しいとは」など、さまざまな感想が聞かれました。



車いすバスケットボール



パラ射撃



車いすカーリング

今度は、車いすバスケの試合観戦に行きたいです
(車いすバスケットボール)

射撃の的に当たると爽快！
(パラ射撃)

参加者の声

ライフルが想像以上に重くて驚きました
(パラ射撃)

親子で楽しめました
(車いすカーリング)

タグラグビー

タグラグビーはタックルの代わりに腰のタグを取り合うので、接触がなく誰でも安全に楽しめるスポーツです。仲間とトライを目指し、自然に協調性やコミュニケーション力を育めます。キスポーツ財団は（公財）日本ラグビーフットボール協会と連携したさまざまなラグビー事業を展開し、幅広い世代に向けて健康な心と身体づくり、地域交流の推進に取り組んでいます。



【広告】 広告の内容については、それぞれの連絡先にお問い合わせください。

キスポーツがおすすめする

お気に入りの
イベント、講座を
見つけてネ！

今月の募集

申込み必要事項

スポーツ 健康 文化 共通

お申込みの際は以下を明記してください。

- ①郵便番号 ②住所 ③氏名(フリガナ) ④年齢
⑤電話番号 ⑥(在勤者は会社名・所在地、在学者は学校名)

※【対象】港区在住・在勤・在学者と記載されたイベントに、
港区以外にお住まいの方がお申込みの場合は、⑥もご記入ください。

- チケット購入時には、チケット代金のほかに各種手数料がかかります。
- 2024年10月1日より郵便料金が変わりました。郵送でのお申込みの場合、郵便料金不足の際には原則として受付・返信はいたしかねます。あらかじめご了承ください。

⚠ 財団の事業にご応募いただく際は、必ず5面下段に記載されている「キスポーツ財団実施事業の取得した個人情報の取扱いについて」をお読みください。

「今月の募集」の使い方

会場の場所：マップ上にある→
番号と連動しています。

お申込み方法

キスポーツ財団ホームページ
https://www.kissport.or.jp

外部団体ホームページ
キスポーツWeb予約サイト

郵送(ハガキまたは申込用紙など)→
電話 FAX Eメール 直接来場

キスポーツテニス

テニスを無料でたのしみませんか。利用前日までに申込。当日は参加費を参加。

【日時】15:00～17:00
【会場】キスポーツテニスコート
港区赤坂4-18-13
【対象】港区在住・在学の小・中学生
ハガキまたはFAXに
【申込み】申込み必要事項を明記のうえ、〒107-0052 港区赤坂4-18-13 キスポーツ財団「キスポーツテニス」係まで。

左記の
スポーツ 健康 文化 共通
の申込み必要事項

今月の募集会場マップ



スポーツ

お申込みの際は、
上記の **申込み必要事項** をご確認ください。

① スポーツ 昭和カップ ザ☆スターボウリング大会

昭和レトロな空間でボウリングを楽しみませんか？3ゲーム&部門別でどなたにもチャンス！プロのレッスン付き。お一人でもお友達とでも。

【日時】11/14(土)
9:00～12:00(8:30受付開始)
【会場】東京ポートボウル(開催中は貸切)
(港区芝浦1-13-10 第三東運ビル)
【講師】プロボウラー 半井 清 ほか
【対象】港区在住・在勤者(65歳以上の方優先)
【定員】30人(先着順)
【費用】3,000円(靴代、傷害保険料込み)
【申込み・問合せ】当財団HPからお申込みください。
キスポーツ財団 スポーツ事業課 ☎03(5439)6201
【締切り】11/5(木)
【協力】東京ポートボウル 【後援】港区教育委員会



② スポーツ 目指せ美ボディ！女性のためのワークアウト

運動強度☆☆☆(弱め～中程度)
今年の締めくくり、ボディメイクを始めませんか？二の腕・ウエスト・ヒップなどを中心にトレーニングを行い、健康的な身体を目指しましょう！

【日時】11/10・17・24、12/1・15・22(各火・全6回)
13:45～15:15
【会場】港区スポーツセンター 多目的室
【講師】石川春奈(パーソナルトレーニングジムrana代表)
【対象】港区在住・在勤・在学で女性の方
【定員】18人(抽せん)
【費用】5,000円(クレジットカード事前決済)
【申込み】当財団HPからお申込みください。
【締切り】10/28(水)
【問合せ】キスポーツ財団 スポーツ事業課 ☎03(5439)6201
Eメール: sportsjigyos@kissport.or.jp
【後援】港区教育委員会



③ スポーツ トライアスロン教室 in お台場

トライアスロン初心者向けの教室。講義、スイム、バイク、ランを通じて実戦に使える正しいフォームや技術を身につける。

【日時】11/29(日) 9:30～17:00(9:00受付開始)
【会場】港区立お台場学園港陽中学校(講義・スイム・ラン)
お台場海浜公園周辺(バイク)
※天候によりプログラムが変更になる場合があります。
【講師】港区トライアスロン連合指導者
【対象】港区在住・在勤・在学の高校生以上で25m以上泳げる方
【定員】20人(抽せん) ※抽せん結果はメールでお知らせします。
【費用】5,000円(傷害保険料含む)(クレジットカード事前決済)
【申込み】当財団HPからお申込みください。
【締切り】11/9(月)
【問合せ】キスポーツ財団 スポーツ事業課 ☎03(5439)6201
Eメール: sportsjigyos@kissport.or.jp
【持ち物】スイム、バイク、ラン用品一式
筆記用具、室内履き、飲み物、昼食
※バイク無料レンタルあり。(数に限りがあるためお持ちの方はご持参ください。)



【主催】キスポーツ財団 【共催】東京臨海副都心グループ
【協力】(一社)港区トライアスロン連合、(株)kmモビリティサービス
【後援】港区教育委員会

④ スポーツ キスポーツ 親子ボウリング大会

親子で目指せストライク！大会に参加して日頃の練習の成果を発揮！家族でボウリングを楽しもう。

【日時】12/6(日) 9:00～12:30
【会場】東京ポートボウル
【対象】港区在住・在学でキスポーツボウリングに登録している小・中学生およびその保護者の方
※まだ登録をしていない方は、10/31(土)までに当財団HPよりキスポーツボウリングに登録申込みをしてください。
【定員】40組80人(抽せん) 【費用】1,000円
【申込み】右の二次元コードから当財団HPにアクセスし、申込み必要事項を明記のうえ、お申込みください。
【締切り】11/16(月)
【問合せ】キスポーツ財団 スポーツ事業課 ☎03(5439)6201
【主催】キスポーツ財団、港区教育委員会、港区ボウリング連盟



健康

お申込みの際は、
上記の **申込み必要事項** をご確認ください。

⑤ 健康 キスポーツ健康測定会 at 麻布 AI姿勢分析(シセイカルテ)・歩行測定&運動講座

最新AI姿勢分析システムにより、写真撮影をするだけで、AIが姿勢を細かく分析、未来姿勢がわかる！より最適な改善のための運動個人指導を行います。測定会のほかに、簡単な運動講座を実施します。



【日時】12/4(金)
①13:00～14:00(測定会) ②14:00～15:00(測定会)
③15:10～15:55(イスヨガ)
④16:05～16:50(全身ストレッチ)
⑤17:00～18:00(測定会) ⑥18:00～19:00(測定会)
⑦19:00～20:00(測定会)
※受付時間は各回15分前から開始30分後まで
※ご都合のよい時間帯を①～⑦からお選びください。
測定会と運動講座の両方に参加することも可能です。
【会場】麻布区民センター 区民ホール・ホールロビー
《同時開催》太極拳体験教室
A 17:00～17:45 B 18:00～18:45
【講師】岩田有三(日本健康太極拳協会)
※定員各回10人(抽せん) 【費用】無料
※希望される時間帯をA/Bからお選びください。
⑤⑥と同じ時間帯では参加できません。

【対象】港区在住・在勤・在学者 ※ただし18歳以上の方
【定員】各回10人(抽せん) 【費用】無料
【申込み】当財団HPまたはハガキに 申込み必要事項と性別、Eメールアドレス、参加希望時間帯を明記のうえ、〒107-0052 港区赤坂4-18-13 赤坂コミュニティ ぶらざ 2F キスポーツ財団 広報・事業推進課「健康測定会」係まで。
【締切り】11/9(月)必着
【問合せ】キスポーツ財団 広報・事業推進課 ☎03(5770)6837



文化

お申込みの際は、
上記の **申込み必要事項** をご確認ください。

講座

⑥ 講座 キスポーツ財団設立30周年記念事業 30th ANNIVERSARY 芝浦から沖に出よう！親子で船釣り講座(小学3年生から中学生とその保護者・2人1組)

釣り船でのアジ釣り(ライトアジ)を親子で体験してみませんか。釣りを安全に楽しむためのマナーや海辺環境を守ることなどを学びます。

【日時】11/1(日) 9:30～12:00(9:15受付開始)
11/8(日) 7:30～15:30
11/1(日)は芝浦港南区民センターで事前講座を行います。船に乗って釣りをしていただくのは11/8(日)です。利用する釣り船などの詳細は事前講座で説明します。11/8が荒天の場合は本講座は中止とし、費用は全額お返しします。お子さまも含め事前講座に参加できない場合は船釣りにもご参加いただけません。
【会場】芝浦港南区民センター 2F 集会室
【講師】(一社)全日本釣り団体協議会認定 東京都釣りインストラクター連絡機構
【対象】港区在住・在学的小学3年生から中学生までのお子さまとその保護者
【定員】8組(抽せん) ※親子2人で1組
【費用】1組15,000円(全2回分)(参加費は事前講座の受付時に現金でお支払いただきます。お支払後の自己都合によるキャンセルは返金できませんので、日程を十分にご確認のうえお申込みください。)
【申込み】当財団HPに 申込み必要事項と性別、学校名、学年、Eメールアドレスを明記のうえお申込みください。
※重複申込みはすべて無効になります。
【締切り】10/16(金)
【問合せ】芝浦港南区民センター ☎03(3769)8864
【その他】参加が決定された方にはレジャー保険加入のため生年月日をお知らせいただきます。



⑦ 講座 ベビーマッサージ&親子ヨガ教室

赤ちゃんとのコミュニケーションをとりながら、パパ・ママのストレス軽減にも効果のあるベビーマッサージ。親子ヨガはパパ・ママにもいい運動になります！



【日時】10/29、11/5(毎木・全2回)
10:00～11:00(9:30受付開始)
【会場】台場区民センター 和室
【講師】三上悦子(ベビーマッサージ協会認定講師)
【対象】港区在住・在勤者優先
※お子さまは開催時点で生後3か月～11か月前後
【定員】10組(抽せん)
【費用】1,000円(全2回分)(当日現金支払い)
【申込み】当財団HPに 申込み必要事項と性別、Eメールアドレス、お子さまの氏名・開催時の月齢・性別を明記のうえお申込みください。
【締切り】10/15(木)
【問合せ】台場区民センター ☎03(5500)2355
Eメール: daiba-c@kissport.or.jp



今月の募集

申込み必要事項は3面の上部をご参照ください。

第21回協働参画事業「ばるーん文化体験講座」呼吸で書く書道

“呼吸と円の動き”を意識しながら漢字・かなの手本を参考にして書く「書道体験講座」です。最後に来年のカレンダーに干支文字を揮毫し仕上げます。



- 【日 時】** 11/5・19(各木・全2回)
19:00～20:30(18:30受付開始)
- 【会 場】** 生涯学習センター(ばるーん) 305学習室
- 【講 師】** 内谷和子(書に親しむ会)
- 【対 象】** 港区在住・在勤・在学者 ※全2回参加できる方
- 【定 員】** 20人(抽せん)
- 【費 用】** 無料 ※ただし材料費1,000円(全2回分)(初回当日現金支払い)
- 【申込み】** 当財団HPまたはFAXに **申込み必要事項** とEメールアドレス、申込みのきっかけ、申込み理由を明記のうえ、生涯学習センター「呼吸で書く書道」係まで。☎03(3431)1619
- 【締切り】** 10/22(木)必着
- 【問合せ】** 生涯学習センター(ばるーん)
☎03(3431)1606
- 【その他】** 書道道具類は、用意があります。



申込み

「眉メイク×セルフエステ講座」

美肌&眉は性別、年齢を問わず清潔感と印象度を高めます。美肌と自分に似合う眉づくりを極める2日間です。



- 【日 時】** 11/7・14(毎土・全2回)
13:30～15:30(13:00受付開始)
※連続講座。全2回の出席をお願いします。
- 【会 場】** 芝浦港南区民センター 集会室
- 【内 容】** 第1回：になりたい自分をかなえる「眉とセルフエステ」
第2回：自分の印象をアップする「眉と美肌づくり継続のコツ」
- 【講 師】** 認定NPO法人プラチナ美容塾
- 【対 象】** 港区在住・在勤・在学者 ※年齢・性別不問
- 【定 員】** 20人(抽せん)
- 【費 用】** 2,500円(初日一括支払い)
- 【申込み】** 当財団HPまたは往復ハガキに **申込み必要事項** と性別、この講座をどこで知ったか、在勤者は会社名・所在地、在学者は学校名を明記のうえ、〒108-0023 港区芝浦4-13-1 芝浦港南区民センター「メイク講座」係まで。
- 【締切り】** 10/25(日)必着 ※ハガキ申込みの場合、消印有効ではありません。
- 【問合せ】** 芝浦港南区民センター
☎03(3769)8864
- Eメールアドレス：shibakou@kissport.or.jp
- 【持ち物】** 卓上鏡、髪を留めるもの、普段使っているスキンケア用品、メイク用品 眉メイク用品は必須



詳細・申込み

ばるーんゼミナール 超入門！インフレ時代の資産運用

金利上昇など、先のみえないインフレ時代の個人資産の運用全体を初歩から学びます。※個別銘柄等の推奨はいたしません。



- 【日 時】(各水・全3回)**
- | 回 | 日程 | 時間 | 内容 |
|-----|----------|------------------|-------------|
| 第1回 | 11/11(水) | 19:00～21:00 | 身近な金融商品いろいろ |
| 第2回 | 11/25(水) | 18:30(18:30受付開始) | 投資信託のしくみと運用 |
| 第3回 | 12/9(水) | | 株式投資のはじめ方 |
- 【会 場】** 生涯学習センター(ばるーん) 101学習室
- 【講 師】** NPO法人金融と証券を学習する会 証券カウンセラー
- 【対 象】** 港区在住・在勤・在学者 **【定 員】** 30人(抽せん)
- 【費 用】** 1,500円(全3回分)(当日支払い)
- 【申込み・問合せ】** 当財団HP、ハガキまたはFAXに **申込み必要事項** と申込み理由を明記のうえ、〒105-0004 港区新橋3-16-3 生涯学習センター「ばるーんゼミナール」係まで。
☎03(3431)1619
☎03(3431)1606
- 【締切り】** 10/28(水)必着



申込み

新橋・青山×講座 近代東京の地政学 ―青山・渋谷・表参道の開発と軍用地―

いま大きく変わろうとしている明治神宮外苑地域。青山・渋谷・表参道の歴史を辿りながら、いつもの景色がもっと面白く見えてくる講座です！



- 【日 時】** ①11/12(木)14:00～16:00(13:30受付開始)
②11/13(金)19:00～21:00(18:30受付開始)
※同じ内容です。①か②をご選択ください。
- 【会 場】** ①青山生涯学習館 学習室兼クリエイションホール
②生涯学習センター(ばるーん) 101学習室
- 【講 師】** 武田尚子(早稲田大学 人間科学学術院教授)
- 【対 象】** 港区在住・在勤・在学者
- 【定 員】** 各回35人(抽せん) **【費 用】** 無料
- 【申込み】** 当財団HP、ハガキまたはFAXに **申込み必要事項** とEメールアドレス、申込み理由、参加希望会場を明記のうえ、〒105-0004 港区新橋3-16-3 生涯学習センター「新橋・青山」係まで。☎03(3431)1619
- 【締切り】** 10/30(金)必着
- 【問合せ】** 生涯学習センター(ばるーん)
☎03(3431)1606



申込み

料理体験講座「野菜たっぷり和牛丼」子ども高齢者も美味しく食べて健康に！

調理方法だけではなく食材の選び方、牛肉の下処理法、保存方法など、調理で役立つヒントをお伝えします。講義の後は皆さんで試食をします。



- 【日 時】** 11/13(金)11:00～13:00(10:45受付開始)
- 【会 場】** 赤坂区民センター 5F 調理室
- 【講 師】** 近江久美(管理栄養士 アイランズキッチン代表)
- 【対 象】** どなたでも ※港区在住・在勤・在学者優先
- 【定 員】** 12人(抽せん) **【費 用】** 500円
- 【申込み】** 当財団HPまたはハガキに **申込み必要事項** とEメールアドレスを明記のうえ、〒107-0052 港区赤坂4-18-13 赤坂区民センター「料理体験講座」係まで。
- 【締切り】** 10/26(月)必着
- 【問合せ】** 赤坂区民センター ☎03(5413)2711
- 【その他】** 抽せん後、当選者の方にはメールまたは電話にて参加の確認をさせていただきます。



申込み

秋山庄太郎写真芸術館連携講座 秋山庄太郎撮影写真で昭和を「見る」「語る」「奏でる」

西麻布にスタジオを構え、女優をはじめ時の人を撮りまくった秋山庄太郎(1920～2003)。とっておきの話、懐かしい曲で「ほっこり」のひと時を。



- 【日 時】** 11/18(水)
13:30～15:30(途中休憩あり)(13:00受付開始)
- 【会 場】** 秋山庄太郎写真芸術館 第1展示室 女優 原節子(撮影：秋山庄太郎)
- 【講 師】** 二見屋良樹(フリーマガジン「コモ・レ・バ?」編集長)
- 【演 奏】** ピアニスト：齋藤康子、別府直子
- 【対 象】** 港区在住・在勤・在学者
- 【定 員】** 20人(抽せん) **【費 用】** 1,500円(当日現金支払い)
- 【申込み・問合せ】** 当財団HP、ハガキまたはFAXに **申込み必要事項** と性別、Eメールアドレスを明記のうえ、〒107-0062 港区南青山4-19-7 青山生涯学習館「秋山庄太郎写真芸術館連携講座」係まで。
☎03(3470)0856 ☎03(3470)4584
- 【締切り】** 11/4(水)必着
- 【その他】** 参加者には秋山庄太郎冊子を差し上げます。



申込み

みんなで学ぼう！スペイン・バスク地方と日本「映画と食文化の交流」

映画史研究家ダニエルさんが「美食の街」「国際映画祭の街」サン・セバスティアンとバスク地方の日本との繋がりについて日本語でお話します。



ダニエル・アギラル

- 【日 時】** 11/28(土)
14:00～15:30(13:30受付開始)
※日本語での講演です
- 【会 場】** 麻布区民センター 講習室
- 【講 師】** ダニエル・アギラル
(サン・セバスティアン国際映画祭日本支部代表)
- 【対 象】** どなたでも **【定 員】** 30人(先着順)
- 【費 用】** 500円(当日支払い)
- 【申込み・問合せ】** 当財団HPに **申込み必要事項** とEメールアドレスを明記のうえ、麻布区民センター「スペイン・バスク地方と日本」係まで。電話でもお申込みいただけます。
麻布区民センター ☎03(3583)5487
- 【受付開始】** 10/5(月)9:00～



申込み

協働参画事業「木遣り講座」おめでたい席で木遣りを上げよう！

昔は、働く時に唄われた木遣り唄。今では、祝席や仕事始めなどで唄われます。この日本の伝統文化である木遣り唄を、声と体で体験しませんか！

- 【日 時】** 12/2・9・16・23、1/6(各水・全5回)
19:00～20:30(18:30受付開始)
※シリーズものなので、原則として毎回出席していただく講座です。
- 【会 場】** 赤坂区民センター 第二会議室 4F
- 【講 師】** NPO法人 日本火消し保存会
- 【対 象】** どなたでも ※ベアやお子さま、未経験者の方、大歓迎！
- 【定 員】** 12人(抽せん) **【費 用】** 無料
- 【申込み・問合せ】** 当財団HPまたはハガキに **申込み必要事項** を明記のうえ、〒107-0052 港区赤坂4-18-13 赤坂区民センター「木遣り講座」係まで。☎03(5413)2711
※抽せん後、当選者の方には、メールまたは電話にて参加の確認をさせていただきます。
- 【締切り】** 11/15(日)必着
- 【その他】** スマホもしくは録音できる道具を持参してください。(必要に応じて)

[主催] 赤坂区民センター



申込み

体験 ソーシャルサーカス・ワーク ショップ in ヒューマンぶらざ

サーカスって難しそう？初めてでも大丈夫！サーカスの手法を使って、無理なく楽しく身体を動かしましょう。

- 【日 時】** 11/7(土) 13:45～15:30(13:30受付開始)
- 【会 場】** 港区立障害保健福祉センター(ヒューマンぶらざ) 6階 多目的体育室 〒105-0014 港区芝1-8-23
- 【講 師】** SLOW CIRCUS(スローサーカス)
- 【対 象】** どなたでも
※運動を制限されていない、18歳以上70歳未満の方
※港区在住・在勤・在学者優先
- 【定 員】** 20人(抽せん) **【費 用】** 無料
- 【申込み】** 認定NPO法人スローレーベルHP内の申込フォーム(下の二次元コード)からお申込みください。
URL：https://www.slowlabel.info/10066/
- 【締切り】** 10/28(水)
※当落は郵送またはメールにてお知らせします。
- 【問合せ】** 認定NPO法人スローレーベル
☎045(642)6132(平日10:00～17:00)
☎045(642)6132
Eメール：project@slowlabel.info
- 【その他】** ※お申込み後に身体状況の確認をさせていただく場合がございます。
※聴覚に障害のある方が参加する場合は主催側で手話通訳を手配します。

[企画・制作] 認定NPO法人スローレーベル
[会場協力] 港区立障害保健福祉センター(ヒューマンぶらざ)

申込み

楽しいお芝居の世界へようこそ！麻布アクターズスクール～19期生募集～

お芝居の基本となる発声・ダンス・朗読を体験、練習して、3月の試演会での舞台出演を目指します！新しい自分にチャレンジしてみませんか？

- 【日 時】** 11/29、12/6・13・20・27、1/11(月・祝)・24・31、2/7・14・21・28、3/7・14・21(日・祝)・22(月・振休)
(1/11、3/22以外は各日曜・全16回)13:00～17:00
3/21(日・祝)リハーサル
3/22(月・振休)区民ホールにて試演会
- 【会 場】** 麻布区民センター 講習室または区民ホール
- 【講 師】** 元麻布演劇所 所属劇団講師(ほか)
- 【対 象】** 港区在住・在勤・在学で小学生以上の方
※最終日に試演会を行いますので、原則毎回けいこに参加できる方を募集します。
- 【定 員】** 15人(抽せん) **【費 用】** 12,000円(初日一括支払い)
- 【申込み】** 当財団HPまたは往復ハガキに **申込み必要事項** と性別、Eメールアドレスを明記のうえ、〒106-0032 港区六本木5-16-45 麻布区民センター「麻布アクターズスクール」係まで。
- 【締切り】** 11/9(月)必着
- 【問合せ】** 麻布区民センター ☎03(3583)5487



2026年3月試演会



申込み

鑑賞 冬休み子ども大会

人形劇団ボボロによる公演。今年はクリスマスの絵本「くろうまブランキー」の人形劇を上演予定。



- 【日 時】** 12/6(日)14:00～15:00(13:30受付開始)
- 【会 場】** 芝浦港南区民センター 区民ホール
- 【出 演】** 人形劇団ボボロ
- 【演 目】** オープニングショウ、ポエム・ポエム「あらどこだ」、人形劇「くろうまブランキー」
- 【対 象】** 港区在住の乳幼児から小学生までのお子さまとその保護者の方
- 【定 員】** 50人(抽せん)(お子さま50人とその保護者)
- 【費 用】** 無料 ※お一人様5人分まで申込み可
- 【申込み】** 当財団HPまたは往復ハガキに **申込み必要事項** と来場希望者全員の氏名、年齢を明記のうえ、〒108-0023 港区芝浦4-13-1 芝浦港南区民センター「冬休み子ども大会」係まで。
- 【締切り】** 11/20(金)必着
※ハガキ申込みの場合、消印有効ではありません。
- 【問合せ】** 芝浦港南区民センター ☎03(3769)8864
(休館日10/26(月)を除く)
Eメールアドレス：shibakou@kissport.or.jp
- 【その他】** 当日は区民センター1階にベビーカー置き場を設置します。駐車場のご用意はございません。



申込み

19 鑑賞

キスポーツ財団設立30周年記念事業
0才からのファミリーコンサート
～小さなオーケストラを4人で再現～

クラシックからポップスまで幅広い音楽を『記憶の1ページに残る情熱を!』をテーマに皆さまへお届けいたします♪

HP

【日 時】 11/21 (土) 11:00開演 (10:30開場) ※12:00終演予定
【会 場】 伝統文化交流館
【出 演】 アンサンブル ロジエ
 (洗足学園音楽大学 管楽器コース卒業生 ほか)
【曲 目】 アラジンメドレー、チャルダッシュ、情熱大陸 ほか
【対 象】 どなたでも **【定 員】** 70人 (抽せん) ※お1人様4人まで申込可
【チケット】 500円 (中学生以下は無料) (当日現金支払い)
【申込み】 下記二次元コードから申込みフォームにアクセスし、
申込み必要事項 を明記のうえお申込みください。
【締切り】 10/20 (火) 必着
【問合せ】 伝統文化交流館 ☎03 (3455) 8451



宮崎里咲 (ホルン) 原田 優 (クラリネット) 佐々木美緒 (フルート) 並木 碧 (ファゴット)

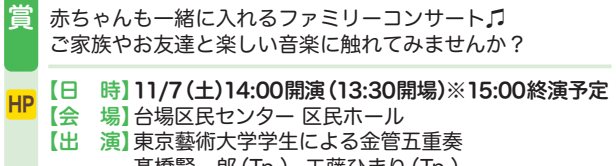
20 鑑賞

キスポーツ財団設立30周年記念事業
0才からのファミリーコンサートinお台場

赤ちゃんも一緒に入れるファミリーコンサート♪
 ご家族やお友達と楽しい音楽に触れてみませんか?

HP

【日 時】 11/7 (土) 14:00開演 (13:30開場) ※15:00終演予定
【会 場】 台場区民センター 区民ホール
【出 演】 東京藝術大学学生による金管五重奏
 高橋賢一郎 (Tp.)、工藤ひまり (Tp.)、
 厚東仁菜 (Hr.)、古市礼音 (Tb.)、角田幸司 (Tub.)
【曲 目】 ウィリアムテル序曲、楽器紹介メドレー、アイネ・クライネ・
 ナハトムジーク、となりのトトロ、森のくまさん ほか
 ※都合により予告なく変更になる場合があります。
【対 象】 どなたでも **【定 員】** 180人 (先着順) ※定員になり次第受付終了
【チケット】 要事前申込み。500円 (中学生以下は無料) (当日現金支払い)
【申込み】 当財団HPに **申込み必要事項** とEメールアドレス、申
 込み人数 (中学生以下、高校生以上の
 人数) を明記のうえ、お申込みください。
 ※事前申込みがない場合は、ご入場をお断りする
 場合がございます。あらかじめご了承ください。
【締切り】 11/5 (木)
【問合せ】 台場区民センター ☎03 (5500) 2355



高橋賢一郎 工藤ひまり 厚東仁菜 古市礼音 角田幸司

21 鑑賞

麻布演劇市 第294回公演
劇団アドック第31回公演
雨はなぜ?

港区白金三光町に生まれた地球科学者
 猿橋勝子はいま何を語るのか……。

【日 時】

日にち	午後の部	夜の部
11/13 (金)		18:00
11/14 (土)	13:00	18:00
11/15 (日)	13:00	17:00

※開場: 開演の30分前
 ※上演時間: 1時間40分を予定

【会 場】 麻布区民センター 区民ホール
【出 演】 三園ゆう子、坂元日苗、ジョニーH、斎藤弘明、
 上田侑加、岡田和敏、金澤 伶
【演 目】 雨はなぜ? **【対 象】** どなたでも **【定 員】** 各回175人
【チケット】 4,000円 (teketにて受付) ※港区在住・在勤・在学、
 障害者の方は先着30人様ご招待 (要予約)
 ご招待のお申込みは往復ハガキ、電話またはEメール
 に氏名、住所、人数を明記のうえ、
 〒108-0072 港区白金3-3-3-503
 劇団アドック「雨はなぜ?」係まで。
 ☎070 (8684) 1050
 Eメール: go329name@yahoo.co.jp
【締切り】 11/11 (水) 必着
【共催】 麻布演劇市実行委員会、麻布区民センター
【協力】 都立三田高等学校、(株)黒部建設、梅津理恵 (猿橋賞受賞者)

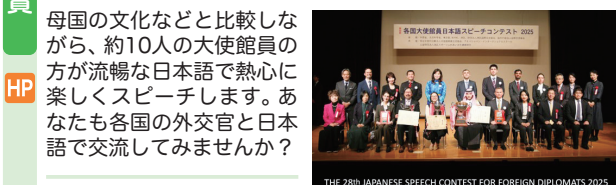
22 鑑賞

第29回 各国大使館員
日本語スピーチコンテスト2026

母国の文化などと比較しな
 がら、約10人の大使館員
 の方が流暢な日本語で熱心に
 楽しくスピーチします。あ
 なたも各国の外交官と日本
 語で交流してみませんか?

HP

【日 時】 11/21 (土)
 13:00開演 (12:30開場) ※17:00終了予定
【会 場】 赤坂区民センター 区民ホール
【対 象】 どなたでも **【定 員】** 400人 **【チケット】** 無料
【申込み】 右記二次元コードからお申込みください。
【締切り】 11/20 (金) 17:00
【問合せ】 各国大使館員日本語スピーチコンテスト
 実行委員会 ☎070 (3529) 4069
 (担当: 金子 10:00～18:00 (月～金))
 Eメール: speechcontest@j-ffef.jp
【主催】 各国大使館員日本語スピーチコンテスト実行委員会
【共催】 キスポーツ財団、アオパジャパン・インターナショナルスクール、
 NPO法人大使館親善交流協会
【後援】 外務省、文部科学省、東京都、港区、各国大使館、NHK、
 国際交流基金、港区国際交流協会 ほか



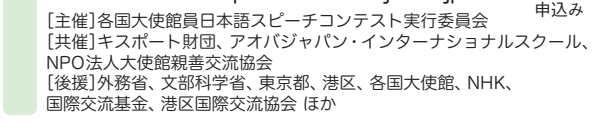
THE 29th JAPANESE SPEECH CONTEST FOR FOREIGN DIPLOMATS 2025

24 フリーマーケット

「秋のお台場ふれあい
フリーマーケット」開催

台場恒例のフリーマーケットを
 開催します。皆さまのご来場を
 お待ちしております。

【日 時】 10/18 (日)
 11:00～15:00
 ※出店者の募集は、9/25 (金) に締め切りしました。
 ※雨天時等中止
 (悪天候により準備ができない場合も中止)。
 ※中止の場合は、施設HPにてお知らせします。
 台場コミュニティふらざ 広場3階 (屋外)
【会 場】 台場区民センター
【対 象】 どなたでも
【申込み】 当日、直接会場にお越しください。
【問合せ】 台場区民センター
 ☎03 (5500) 2355
 Eメール: daiba-c@kissport.or.jp



フリーマーケット HP

クリップボード

詳しくは
 キスポーツ財団HPまで。

スポーツ・健康

ジュニア アーチェリー教室
 東京都ジュニア育成地域推進事業です。

【日 時】 10/24・31、11/7・14 (毎土・全4回) 15:30～17:30
【会 場】 港区スポーツセンター 武道場3
【講 師】 港区アーチェリー協会
【対 象】 港区在住・在学の小学4年生から中学生
【定 員】 14人 (先着順) **【費 用】** 無料
【申込み】 港区アーチェリー協会HPからお申込みくだ
 さい。詳細はHPを参照。
【締切り】 10/20 (火)
【問合せ】 港区アーチェリー協会
 HP: https://minatokumaa.simdif.com
【主催】 (一財)港区体育協会、
 (公財)東京都スポーツ協会、東京都
【主管】 港区アーチェリー協会

シニアいきいきゲートボール大会
 試合形式はチーム対抗

【日 時】 11/14 (土) 9:30～15:00
 ※雨天の際の予備日 11/15 (日)
【会 場】 東京タワーゲートボール場
【対 象】 60歳以上の港区在住・在勤者
 ※60歳未満で参加希望の方は、直接ご相談ください。
【定 員】 35人 (先着順) **【費 用】** 無料
【申込み・問合せ】 港区ゲートボール連合会まで電話でお申込み
 ください。
 ☎080 (1142) 2215 (8:00～18:00) 担当: 高橋
 ☎090 (7196) 1936 (8:00～18:00) 担当: 建部
【申込期間】 11/7 (土)～11/13 (金)
【主催】 (一財)港区体育協会、(公財)東京都スポーツ協会、
 東京都 **【主管】** 港区ゲートボール連合会

令和9年 港区民スキー大会
 東京都スポーツ大会 (区市町村対抗) スキー競技会
 港区予選会を兼ねて実施します。

【日 時】 1/11 (月・祝) 9:00競技開始
【種 目】 回転競技2本 (天候等により 1本の場合あり、
 その他中止の場合もあります。)

部 別	男子	女子
ジュニア	18歳未満	18歳未満
1部	18歳以上～35歳未満	18歳以上～40歳未満
2部	35歳以上～45歳未満	40歳以上～50歳未満
3部	45歳以上～55歳未満	50歳以上～60歳未満
4部	55歳以上～65歳未満	60歳以上
5部	65歳以上	

【会 場】 長野県平高原スキー場
 裏太郎グレンデ かもしかコース
【対 象】 港区在住・在勤・在学者、港区スキー連盟会員
【費 用】 1,000円 (郵便振込のみ)
 振込先: 港区スキー連盟
 口座番号 00160-6-710369
【申込み】 港区スキー連盟HP (https://ski-port.com) で大
 会要綱を確認してオンラインでお申込みください。
【締切り】 11/30 (月) 必着
【問合せ】 詳細は港区スキー連盟HP参照
【主催】 港区教育委員会、(一財)港区体育協会 **【主管】** 港区スキー連盟

2026年 第3期 フィットネス教室参加者募集

生活習慣病改善、ストレス発散、リラックス、筋力アップ等、多彩なプログラムをご用意しております。
 初めての方もお気軽にご参加ください。

【日 時】 2026年10～12月の教室となります。詳しい
 日程と内容は下記二次元コードからHPにアク
 セスしてご確認ください。窓口にお問い合わせ
 ください。
【会 場】 健康増進センター ヘルシーナ
【対 象】 どなたでも ※18歳以上の方
【定 員】 各30人 (先着順)
【費 用】 5,740円～
 ※教室により異なります。
【申込み・問合せ】 受付窓口または電話でお申込みください。
 〒107-0052 港区赤坂4-18-13 赤坂コミュニ
 ティーふらざ 6F
 健康増進センター ヘルシーナ
 ☎03 (5413) 2717 (休館日以外 9:00～21:00)

イベント

～愛育病院コンサートのお知らせ～

愛育病院では毎月1回コンサートを行っております。
 ご自由にご覧いただけますので、ぜひお越しください。

『10月のコンサート』
【日 時】 10/22 (木) 12:00～12:45
【出 演】 田中正敏 (クラリネット)、原田 翔 (ピアノ)
【曲 目】 ♪L. カウザック: カンティレーヌ
 ♪G. エルネ: カンツォネッタ ほか
『11月のコンサート』
【日 時】 11/24 (火) 12:00～12:45
【出 演】 山縣智佳子 (ヴァイオリン)、吉田紀子 (ピアノ&ボーカル)
【曲 目】 ♪J. カウザック: カンティレーヌ
 ♪As Time Goes By ほか
『12月のコンサート』
【日 時】 12/22 (火) 12:00～12:45
【出 演】 山縣智佳子 (ヴァイオリン)、吉田紀子 (ピアノ&ボーカル)
【曲 目】 ♪It's Only a Paper Moon
 ♪As Time Goes By ほか

【会 場】 愛育病院1階エントランスホール
 (港区芝浦1-16-10)
【申込み】 申込み不要。
 当日、直接会場にお越しください。(観覧無料)

【問合せ】 愛育病院事務部管理課
 ☎03 (6453) 7300 (平日8:30～17:00)
【その他】 お席に限りがあるため (約30席)、満席の際は
 は立見となります。なお、予告なく中止・変
 更となる場合がございます。あらかじめご了承
 いただきますようお願いいたします。

無料不動産相談会

不動産に関する法律、税金、その他一般のご相談に専
 門家が無料で答えいたします。

【日 時】 10/28 (水) 11:00～16:30 (受付16:00まで)
【会 場】 港区役所1Fロビー
【相談員】 弁護士、税理士、宅地建物取引士
【対 象】 どなたでも **【費 用】** 無料
【申込み】 不要。当日、直接会場までお越しください。
【問合せ】 公益社団法人東京都宅地建物取引業協会
 第六ブロック (港区・東京都島嶼部)
 ☎03 (3593) 2241
【主催】 公益社団法人東京都宅地建物取引業協会第六ブロック
【後援】 国土交通省、東京都、警視庁、港区

高輪地区まつり2026
with TAKANAWA GATEWAY CITY

【日 時】 10/25 (日) 11:00～19:00
【内 容】 テーマ「つながる、ひろく、その先へ」
 TAKANAWA GATEWAY CITYが目指す地
 域との連携や、未来への取り組みを体感で
 きるイベントを今年も開催します。
 ①全国連携マルシェ in
 TAKANAWA GATEWAY CITY
 ②高輪地区町会・地元町会出展ブース
 ③未来体験ゾーン
 ④高輪盆踊りイベント 2026
【会 場】 TAKANAWA GATEWAY CITY内
 Gateway Park (広場) など
【対 象】 どなたでも
【問合せ】 高輪地区総合支所 協働推進課
 協働推進係 ☎03 (5421) 7621
【主催】 (一社)高輪ゲートウェイエリアマネジメント
【共催】 港区、東日本旅客鉄道 (株) ほか
【協力】 高輪地区総合支所管内町会・自治会 ほか

みんなで音楽に参加しよう!
秋の親子コンサート

親子ふれあい参加型コンサート♪ 親子で楽しめるお
 なじみの名曲で楽しい時間を過ごします。

【日 時】 11/1 (日) 15:00～15:45 (14:30開場)
【会 場】 高輪区民センター 区民ホール
【出 演】 須藤はるな、すとうさや、渡辺 瞳
【対 象】 未就学児とその保護者の方
 ※大人のみでの入場はできません
【定 員】 200人 (先着順) **【費 用】** 無料
【申込み】 当日、直接会場にお越しください。
【問合せ】 高輪区民センター ☎03 (5421) 7616
 (休館日以外 10:00～16:00)

【その他】 会場での写真撮影・動画撮影はご遠慮ください。
【主催】 高輪区民センター

北里大学北里研究所病院
予防医学デー記念講演会

北里研究所の創立記念日 (11/5) は「予防医学デー」です!
 健康増進の提案・普及活動として記念講演会を開催します。

【日 時】 11/1 (日) 13:30～15:30 (予定)
【内 容】 消化器外科医 矢部信成先生のお話 など
 フリーアナウンサー 中井美穂さんのお話 など
【会 場】 大村記念ホール (北里大学白金キャンパス内)
【対 象】 どなたでも
【定 員】 300人 (先着順)
【費 用】 無料
【問合せ】 電話または右記の申込み
 フォームからお申込みください。
 北里研究所病院総務課
 ☎03 (3444) 6161
 (平日9:00～16:00)
【主催】 北里大学北里研究所病院
【協力】 港区、(一社)東京都港区医師会、キスポーツ財団、
 (一社)食・楽・健康協会、(一社)北里崇三郎記念会、
 白金北里通り商店会

第21回輪い輪いまつり
舞台発表やアート体験や展示ワークショップ・読み聞かせ など
 高輪区民センター恒例の輪い輪いまつり♪
 新企画で地域の皆さまが体験できるワークショップも
 多数ご用意しました!
 高輪今昔物語・特設カフェ・物産展もお楽しみに!

【日 時】 11/14 (土)・15 (日) 10:00～17:00 (9:45開場)
【会 場】 高輪区民センター 全館
【対 象】 どなたでも **【費 用】** 入場無料
【申込み】 当日、直接会場にお越しください。
【問合せ】 高輪区民センター ☎03 (5421) 7616
 (休館日以外 10:00～16:00)
【主催】 高輪区民センター、輪い輪いまつり実行委員会

第5回東京ベイサイドツーデーマーチ
【参加者募集】

東京・お台場を舞台に都市型ウォーキングイベントを開催します。
 5kmから30kmまで、体力に合わせて選べる多彩なコースをご
 用意。10kmコースは芝公園4号地をスタートし、港区の街並
 みやレインボーブリッジ、東京湾岸の景色を楽しみながら、お
 台場のゴールを目指します。港区・中央区・江東区在住者向け
 の3区民料金もあります。ご家族やご友人と、東京の魅力を歩
 いて楽しめませんか。詳細・申込みは大会公式サイトへ。

【日 時】 11/28 (土)・29 (日)
【会 場】 シンボルプロムナード公園 花の広場 (メイン会場)
 芝公園4号地 多目的運動広場
 (10kmコース)
【問合せ】 (一社)日本ウォーキング協会内
 東京ベイサイドツーデーマーチ
 実行委員会 ☎03 (6803) 0993



第39回東京国際映画祭提携企画

申込期間：10月1日(木)～10月28日(水)必着

第6回 みなとシネマフェスタ ～ドキドキワクワク!みなとでシネマ～

無料・事前申込制

誰もが喜びや感動を身近で共有できる場を提供するために、5地区で映画を楽しむイベント「みなとシネマフェスタ」を開催します。親子で鑑賞できる作品や、障害のある方でも安心して楽しめるようバリアフリー日本語字幕、音声ガイド付きの作品の上映もございます。ぜひご応募ください。

11/21(土)

映画 すみっこぐらし
とびだす絵本とひみつのコ

台場区民センター 区民ホール

①11:00 ②14:00 各回100人
親子応援上映/未就学児入場可能/ベビーカー入場可能/
授乳スペースあり/音と光が控えめな上映あり
(11:00の回)/景品配布あり

「日本キャラクター大賞 2019」でグランプリを受賞したサンエックス株式会社の大人気キャラクター「すみっこぐらし」の劇場版アニメーション。

©2019日本すみっこぐらし協会映画部

車いす席

未就学児入場可能

11/22(日)

トワイライト・ウォリアーズ
決戦!九龍城砦

神明いきいきプラザ 体育館 ※PG12

③13:00 150人

未就学児入場不可/土足厳禁/字幕上映/
上映後トークショーを実施(詳細は下記)

黒社会が覇権を争う九龍城砦で男たちが繰り広げる死闘を描き、香港で大ヒットを記録したアクション映画。「るろうに剣心」シリーズの谷垣健治がアクション監督を務め、「イップ・マン」シリーズの川井憲次が音楽を手がけた。

©2024 Media Asia Film Production Limited Entertaining Power Co. Limited One Cool Film Production Limited Lian Ray Pictures Co., Ltd All Rights Reserved.

車いす席

11/27(金)

ねこしま

高輪区民センター 区民ホール

④19:00 150人

字幕上映/未就学児入場不可/
上映前トークショーを実施(詳細は下記)

世界屈指の「猫島」とも言われるマルタ共和国を題材に描いたドキュメンタリー。

©2023 Nexus Production Group Ltd. All Rights Reserved.

車いす席

11/29(日)

サンセット・サンライズ

赤坂区民センター 区民ホール

⑤13:00 300人

未就学児入場不可/上映後トークショーを実施(詳細は下記)

都会から移住したサラリーマンと宮城県・南三陸で生きる住民との交流や、人々の力強さや温かさをユーモアたっぷりに描き、その背景にあるコロナ禍の日本、過疎化に悩む地方、震災などの社会問題と向き合いながら豊かなエンターテインメントに転化させたヒューマン・コメディ。

©榎周平/講談社 ©2024「サンセット・サンライズ」製作委員会

車いす席

11/30(月)

教皇選挙

麻布区民センター 区民ホール

⑥18:30 180人

未就学児入場不可/字幕上映

第95回アカデミー賞で国際長編映画賞ほか4部門を受賞した「西部戦線異状なし」のエドワード・ベルガー監督が、ローマ教皇選挙の舞台裏と内幕に迫ったミステリー。

© 2024 Conclave Distribution, LLC.

車いす席

12/1(火)

六つの顔

男女平等参画センター リーブラホール

⑦18:30 150人

未就学児入場不可/
上映後トークショーを実施(詳細は下記)/
分身ロボット「Ori-Hime」による接客あり

芸歴90年を超える現役の狂言師、人間国宝・野村万作が人生をかけて到達した芸の境地。犬童一心監督による至高のドキュメンタリー。

© 2025 万作の会

車いす席

バリアフリー字幕

音声ガイド

【バリアフリー対応について】

車いす観覧席①～⑦

親子応援上映①②

記念グッズ配布①②

バリアフリー日本語字幕上映⑦

音声ガイド対応(UDCast)⑦

分身ロボット
「OriHime」による接客⑦

詳細はこちらから

トーク
ショー

「トワイライト・ウォリアーズ 決戦!九龍城砦」の魅力に迫る!

ゲスト：杉山嘉一さん(映画監督・脚本家)
司 会：キスポー 財団職員

11/22(日)

上映後

映画監督で脚本家の杉山嘉一さんにお越しいただき、本作の魅力について、語りつくします。

トーク
ショー

「ねこしま」マルタ共和国とは? 駐日マルタ共和国大使が語る!

ゲスト：駐日マルタ共和国大使
ルーベン・ガウチ閣下

11/27(金)

上映前

「ねこしま」マルタ共和国とは? 駐日マルタ大使にマルタ共和国についてお話をさせていただきます。

トーク
ショー

今だからこそ話せる、聞ける、映画「サンセット・サンライズ」制作秘話

ゲスト：岸 善幸さん(映画監督)
司 会：安田佑子さん(アナウンサー)

11/29(日)

上映後

映画監督の岸善幸さんにお越しいただき、映画「サンセット・サンライズ」について制作秘話などのお話をさせていただきます。

トーク
ショー

犬童一心監督に聞く、映画「六つの顔」

ゲスト：犬童一心さん(映画監督)
司 会：関口裕子さん(映画ジャーナリスト)

12/1(火)

上映後

映画「六つの顔」の監督、犬童一心さんに撮影時の貴重なお話をたくさん伺います。
※【手話通訳】【UDトークのサポート】対応

【申込方法】

【対象】どなたでも ※事前申込制 ※定員を超えた場合は港区在住・在勤・在学者優先で抽せんします。
【申込み】住所・氏名(ふりがな)・電話番号・希望人数・作品番号(①～⑦)、在勤者の方は会社名と所在地・在学者の方は学校名を明記のうえお申込みください。
※作品の応募は1人1作品のみ、お一人様4人分までご応募いただけます。
※複数作品に応募された場合、いずれか1作品に応募したものとみなします。
※同伴者に小学生以下のお子さまがいいらっしゃる場合は、お子さまの年齢も明記のうえお申込みください。
※車いすの方やほじょ犬をお連れの方は、お申込み時にお知らせください。
その他会場でサポートが必要な方はその内容を明記してください。

- Webからのお申込み：みなとシネマフェスタお申込み専用ページ
<https://www.kissport.or.jp/event/info/?id=96564>
- ハガキでのお申込み：〒105-8799 港区西新橋3-22-5 芝郵便局留め「第6回 みなとシネマフェスタ」係住所(在勤・在住者は当日身分証の提示をお願いする場合がございます)・氏名(ふりがな)・電話番号・鑑賞希望人数(4人まで)・鑑賞希望の作品(①～⑦のいずれか1つ)を明記のうえご応募ください。



申込み

【締切り】10/28(水)必着 ※消印有効ではありませんのでご注意ください。

【抽せん結果の連絡】抽せんの結果は、鑑賞券の発送をもって代えさせていただきます。

抽せんに漏れた方への連絡はございません。

鑑賞券の発送は11/6(金)を予定していますので、鑑賞券の到着は11/9(月)以降になります。

※申込み状況により、追加募集や当日券の発行を行うことがあります。

その場合は、みなとシネマフェスタ公式HPでお知らせします。

【問合せ】みなとシネマフェスタ全体について キスポー 財団 文化芸術課
☎03(5770)6837(平日8:30～17:15) Eメール：bungei@kissport.or.jp【バリアフリー問合せ窓口】申込みフォームからの申込みが困難な方、駅から会場までの誘導が必要な方、バリアフリー音声ガイド機器の貸し出しが必要な方は下記にご連絡ください。
UDCastサポートセンター ☎0120(291)088(平日10:00～17:00)
Eメール：info@udcast.net

※メールの場合は件名に「第6回みなとシネマフェスタお申込み」と記載してください。



みなとシネマフェスタHP

キスポー 財団設立30周年記念事業

30th ANNIVERSARY

みんなでチャレンジスポーツフェスタ 第43回障がい者スポーツの集い

老若男女・障がいの有無に関わらず、
一緒にレクリエーションスポーツを楽しもう!

【日時】11/8(日)13:00～16:00(12:30受付開始)

【会場】港区スポーツセンター 5F アリーナ

【対象】年齢・性別・障がいの有無を問わずどなたでも

【種目】パン取り競争、ポッチャ、eスポーツ(ほか)(予定) 【費用】無料

当財団HP、電話、FAXまたはEメールに、申込み必要事項①郵便番号②住所③氏名(フリガナ)④年齢⑤電話番号⑥付き添いの方の有無・人数⑦所属団体(あれば)⑧福祉キャブご利用希望の有無を明記のうえ、キスポー 財団 スポーツ事業課「スポーツフェスタ」係までお申込みください。☎03(5439)6201(平日 8:30～17:15) ☎03(5439)6224
Eメール：sportsjigyo@kissport.or.jp

【締切り】10/23(金) 必着

【後援】港区教育委員会 【協力】港区スポーツ推進委員協議会、ボーイスカウト港区



申込み

秩父宮みなとラグビーまつり2026 応援観戦ペアご招待!

秩父宮みなとラグビーまつりが4年ぶりに帰ってくる!港区をホストエリアとする東京サントリーサンゴリアスとスーパーラグビー・パシフィックに所属するチーフス(ニュージーランド)が対戦!ラグビーの聖地"秩父宮ラグビー場"での熱い試合に100組200名様をご招待!楽しいイベントが盛りだくさん!ご応募をお待ちしております!

【対象】港区在住・在勤・在学者

【定員】100組200人(抽せん)

【座種】バック自由席 【費用】無料

【申込み】当財団HPからお申込みください。

【問合せ】秩父宮みなとラグビーまつり

応援観戦ペアご招待キャンペーン事務局

☎03(5232)0785(平日10:00～17:00 土日祝除く)

Eメール：kissport_chichibunomiya@mindshare.co.jp

【締切り】10/28(水)23:59 当落発表：10/30(金)

【共催】秩父宮みなとラグビーまつり2026実行委員会

11/14(土)14:00キックオフ
(会場)秩父宮ラグビー場秩父宮みなと
ラグビーまつり公式HP

観戦ご招待申込み

【広告】 広告の内容については、それぞれの連絡先にお問い合わせください。

30th
ANNIVERSARY

キスポーツ財団設立30周年記念インタビュー

#5 学びが、人と人をつなぐ場所へ

生涯学習センター「ばるーん」の成り立ちを教えてください。

馬場所長 ともとは新橋にあった113年の歴史を持つ桜田小学校でしたが、児童数減少などの理由により、統廃合の結果、閉校となりました。学びの輪を広げることを目的に、生涯学習の拠点として活用されることになりました。現在も外観や学習室には当時の面影が残っています。

地域との関わりも深いんですね。

馬場所長 はい。愛宕地区の町会と防災訓練を行ったり、「新橋こいち祭」に協力したりと、地域の一人として活動しています。

ほかの施設との違いはありますか。

馬場所長 生涯学習を支援する拠点機能を持っているという点です。自主的な団体が継続して学び合う場として利用しており、情報提供や学習相談、講座の開催、団体との連携などを行っています。

特徴的な取り組みを教えてください。

馬場所長 60歳以上を対象にした「さくらだ学校企画運営委員講座」は、参加者自身が企画段階から関わる講座です。また、社会教育関係団体が講師役となつてまなびの輪を広げる「協働企画事業」や、団体活動の成果を発表する「フェスティバルーん」も実施しています。そこでは地域・地元企業や団体との交流の場としても役立っています。

青山生涯学習館とも連携されているそうですね。

志村さん 今年度から「新橋・青山×講座」として、施設同士が連携し、それぞれの地域特性を生かした講座づくりや、地域への愛着を育む学びの機会を創出していきたいと考えています。

今後の課題や目標について教えてください。

志村さん 若い世代にもっと施設を知ってもらうことです。新社会人向けの編み物講座からは新しい団体が誕生し、現在もばるーんを利用して活動が続いています。

それが生涯学習の成果につながるのですね。

馬場所長 そうですね。講座への参加をきっかけに仲間と出会い、自ら活動を始めることが理想です。学びが終わりではなく、新たなつながりや活動へ発展していく。そんな学びの循環が生まれる場所であり続けたいと思っています。



馬場所長

生涯学習センター(ばるーん)
港区新橋3-16-3



キスポーツ財団設立30周年記念特設サイトではインタビューの全文を掲載しています。ぜひご覧ください。



中村さんと宮川さん

スポーツ事業課
港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦3階

#6 スポーツを通じて人と人をつなぐ

スポーツ事業課ではどのような事業に取り組んでいますか？

宮川さん スポーツ大会や教室事業をはじめ、ラグビー、ボウリング、トライアスロン、バラスポーツ体験など幅広い事業を実施しています。職員6人で50種類以上の事業を担当しており、職員は少人数ながらも各事業で関わる競技団体の方々にご協力いただきながら、多くの方にスポーツを楽しんでもらえる機会づくりに取り組んでいます。

イベント実施までにどんな仕事をしていますか？

宮川さん 企画・調整・広報・参加者対応と進めていき、スムーズかつ安全に当日運営ができるよう準備をしています。多くの方に参加いただき、さまざまなニーズのイベントや参加者に対応できるよう、サービス介助士やバラスポーツ指導員などの資格取得にも積極的に取り組んでいます。

港区ならではのスポーツ事業はありますか？

中村さん ライトやフェンシング、トランポリン、お台場の海を活用したSUP(スタンドアップパドルボード)やウインドサーフィンなどです。また、ラグビー事業にも力を入れていきます。港区だからこそ体験できるスポーツを意識しています。幅広い世代がスポーツと出会うきっかけづくりを行っています。

最近力を入れている事業を教えてください。

中村さん 今年から「TRY!バラスポーツDAY!!」を始めました。車いすカーリングやパラ射撃など複数の競技を一度に体験できるイベントで、約70人の方に参加していただきました。まずはバラスポーツの面白さを知ってもらい、その先に年齢や性別、経験の有無に関係なく、誰もが一緒にスポーツを楽しめる場をつくりたいと考えています。

最後に、スポーツ事業課が目指す姿を教えてください。

宮川さん 私たちが大切にしているのは「つながり」です。スポーツを通じて人と人、地域と人、新しい競技と人をつなぎ、企業との連携強化も図っていきたいと思っています。これからも誰もがスポーツに触れられる環境をつくり、自然な交流が生まれる場を提供し続けていきたいです。

港区立みなと芸術センター m~m (むーむ) からのお知らせ

m~mのロゴが決定！

みなと芸術センター m~m 開館1年前 プロローグ・イベント

港区立みなと芸術センターm~mの開館まで、いよいよあと1年！ 港区長とゲストのトーク、漫談、落語×手話、港区で生まれた物語に関する特別対談、ワークショップ、ウォーキングツアー、VR体験等、さまざまな企画を、芸術センター建設地の隣、浜松町コンベンションホールにて実施します。

【日 時】11/28(土) 11:00~18:00 イベント全体
14:15~16:30 トーク&パフォーマンス(漫談、落語×手話)

※その他のプログラムの開始時間はホームページよりご確認ください。

【会 場】浜松町コンベンションホール 〒105-0013 港区浜松町 2-3-1 日本生命浜松町クレアタワー 5階

【トーク&パフォーマンス】

トーク：濱田祐太郎(お笑い芸人)、深田晃司(映画監督)、清家 愛(港区長)

漫 談：濱田祐太郎(お笑い芸人) 落語×手話：三遊亭遊雀(落語家) ほか

【予約受付】

トーク&パフォーマンス、特別対談：10/15(木)受付開始

ワークショップ、ウォーキングツアー：10/15(木)~ 10/29(木)

VR体験：当日会場にて先着順の受付

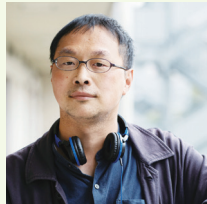
【料 金】無料 【問合せ】みなと芸術センター開館準備室 ☎03(6809)3631(平日9:30~17:00)



みなと芸術センター m~m



濱田祐太郎



深田晃司



清家愛港区長



詳細はこちらから

令和8年度 みなと区民大学 港区内のキャンパスで各大学の特色を活かした講座を、港区在住・在勤・在学の方に広く公開する「みなと区民大学」。「学び」のすばらしさをぜひご体験ください。

戸板女子短期大学 今ままで大丈夫？セルフビューティケア講座

～専門家から学ぶ、わたらしく輝くスキンケア&メイクアップ～

毎日行うスキンケアやメイク、「なんとなく」自己流になっていませんか？

専門家から基礎を学び、日々のケアを見直して、自分らしい魅力を引き出す習慣を身につけましょう！

回	開講日	テーマ	講師
第1回	11/10(火)	客観的に見つめるセルフビューティケア 日頃のスキンケアやメイクアップを振り返る	西村リサ 服飾芸術科セルフイメージ研究室
第2回	11/17(火)	肌分析で見つけるあなただけのスキンケア スキンケア化粧品の使用目的、肌質に合わせたスキンケアについて	峯脇真弓 服飾芸術科オリティライフ研究室
第3回	11/24(火)	素肌を整えて差がつく美肌レッスン 美肌の基本となるクレンジングや洗顔の重要性と方法について	峯脇真弓 服飾芸術科オリティライフ研究室
第4回	12/1(火)	自分らしいメイクとは何か メイクアップ効果の本質について	西村リサ 服飾芸術科セルフイメージ研究室

※講義形式の講座で、手元に施す実習があります。

自分の顔に行う実習はありません。

【時 間】各回19:00~20:30(18:30受付開始)(全4回)

【会 場】戸板女子短期大学 三田キャンパス

【定 員】30人(抽せん)

【費 用】2,000円(全4回分)(郵便振替、ネットバンキング)

【締切り】10/26(月)必着

【共催】戸板女子短期大学



西村リサ



峯脇真弓



申込み

明治学院大学 文化と越境－文学、翻訳、伝統をめぐって－

研究者と、翻訳者、闘牛士との対話を通じて、国境を越え、新たな表現を生み出してきた、文化の力を考えます。

回	開講日	テーマ	講師
第1回	11/20(金)	チェコ ～「新世界」への架け橋～	木村有子(チェコ語翻訳家) 貞廣真紀(明治学院大学 文学部教授)
第2回	11/27(金)	スペイン ～海を渡る コリーダ・デ・トロス～	イジー・ミエシツ(グラナダ大学 英語独語文献学助教授)/ ホセ・ガリード(闘牛士)/ハビエル・ヴァルデオロ(闘牛士)/貞廣真紀
第3回	12/4(金)	メキシコ ～ビート世代の逃走線～	小椋道晃(明治学院大学 文学部准教授)

【時 間】各回18:30~20:00(全3回)
【会 場】明治学院大学 白金キャンパス
【定 員】50人(先着順)
【費 用】1,500円(全3回分)
(郵便振替、ネットバンキング)

【締切り】10/26(月)必着

【共催】明治学院大学



木村有子



貞廣真紀



イジー・ミエシツ



ホセ・ガリード



ハビエル・ヴァルデオロ



小椋道晃



申込み

【対 象】港区在住・在勤・在学者 【申込み・問合せ】当財団HPまたはハガキに3面の **申込み必要事項** を明記のうえ、〒107-0052 港区赤坂4-18-13 赤坂コミュニティーぶらざ 2F キスポーツ財団 広報・事業推進課「みなと区民大学『大学名』」係まで。☎03(5770)6837

【広 告】 広告の内容については、それぞれの連絡先にお問い合わせください。

