令和8年（2026年）6月1日発行　第970号

広報東京都

TOKYO METROPOLITAN GOVERNMENT NEWS

6月

いつもそこにある
『安心な暮らし』のことを、
雨の季節に考える。

「いつもそこに」
©mocha／産経新聞社

注目記事

みんなで取り組む水害対策

- こんな時どうする？
  水害への備えと対策Q&A
- 街を守る東京都の取り組み

【今号の表紙】mocha（モカ）さん

イラストレーター。雨や水辺を繊細に描く作品をはじめ、背景主体のノスタルジックな世界観が国内外で高い評価を得ている。NHK連続テレビ小説『エール』主題歌、GReeeeN『星影のエール＜通常盤＞』のジャケットイラスト、『絵師100人展 16』参加、ゲーム背景作画など幅広く活躍。



作者コメント 雲の変化で楽しむ四季。雨のあとひょっこりあらわれる虹。見守り続けてくれているような星…。いつもそこにある空に思いを巡らせ、感傷に浸ったり、元気をもらったりするのは人間ぐらいなのかなと思いながらこの絵を描きました。植物を育て、飲み水としても大事な雨が牙をむく瞬間に立ち会うことも増え、自然との関わりについて考えることも多くなりました。地球という大きな自然の中で生きているということを忘れずにいなければと、今まさに外で降っている雨を見ながらキーを打っております。

𝕏@mocha708

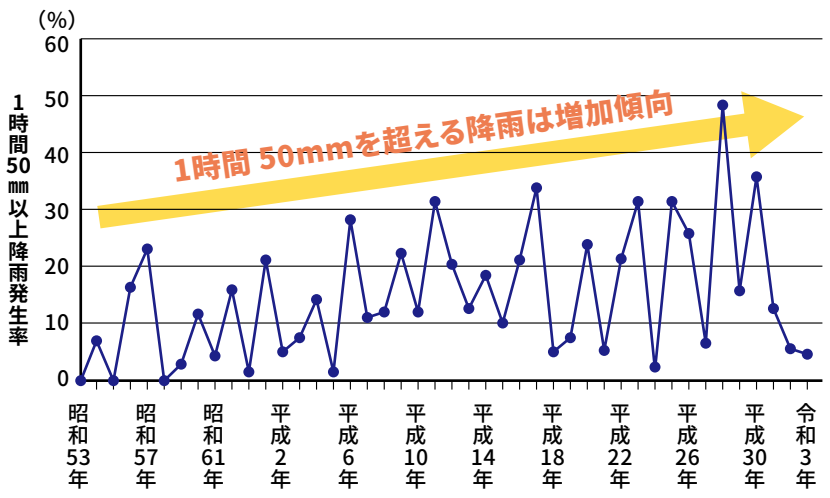
豪雨への備え、できていますか？

みんなで取り組む水害対策

梅雨を迎え、**大雨への備えが重要な時期**になりました。近年では**都内でも短時間で激しい雨が降るケース**が増え、**河川の氾濫、地下空間への浸水など、身近な場所でも急激に状況が悪化するリスク**があります。
いざという時に命を守るための、正しい知識と対策で水害に備えましょう。

増え続ける豪雨の現状と課題

■都内の1時間50mmを超える降雨発生率の推移



出典：東京都豪雨対策基本方針（令和5年12月）を一部編集

近年、全国で豪雨災害は増加しており、都内においても1時間50mmを超える降雨が増加傾向にあります。気候変動に伴う降雨量、大雨の発生頻度の増加が見込まれ、激甚化・頻発化する豪雨への対策強化が急務となっています。



都区内の浸水状況（令和7年9月11日）
提供：品川区

1時間に50mmを超える雨とは？

気象庁では「非常に激しい雨」とされており、ゴーゴーと滝のように激しい降り方となる場合があります。また、屋外では、水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなります。



傘は全く役に立たなくなる。

最新情報をチェック！

避難判断が直感的にわかる！

防災気象情報が見直されました

大雨などの気象災害から身を守るために、気象庁が発表する「防災気象情報」が5月29日より新しくなりました。いざという時に備え、内容や見方を確認しておきましょう。

3つのすぐわかるポイント

1：危険の大きさ
警戒レベル（1~5）の数字から危険度を把握できます。

2：何に対する警告か
どのような災害の危険があるのかがわかります。

3：どう行動すればいいか
レベルごとに避難のタイミングが判断しやすくなります。

	河川氾濫 1級河川などの大河川の氾濫	大雨 低地の浸水や大河川以外の氾濫	土砂災害 急傾斜地のがけ崩れや土石流	高潮 海水面の上昇や波の打上げによる浸水	（警戒レベルごとの）とるべき行動
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報	命の危険 直ちに安全確保！
＜警戒レベル4までに危険な場所から かならず避難！＞					
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報	危険な場所から全員避難
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報	避難に時間を要する人は早めに避難、避難の準備など
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報	避難行動を確認（避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど）
警戒レベル1	早期注意情報				災害への心構えを高める

参考：気象庁、国土交通省

知ってる？情報1

東京マイ・タイムライン

風水害に備えて避難行動計画を作っておきましょう

詳しくはコチラ

手軽に作成できるアプリ版「東京マイ・タイムライン」もあります。

TOKYO VIRTUAL HAZARD

VR動画で風水害の脅威を疑似体験できます

詳しくはコチラ

※内容に臨場感があるため、視聴環境や体調に配慮の上ご覧ください。

挑戦！水害クイズ Q1 雨水を下水道に流すために、道路の脇に設置されているものは？ ＊答えはどこかに隠れているよ！ 探してみてね

こんな時どうする？一人ひとりの知識と行動が命を守る

水害への備えと対策Q&A

水害に備えるためのポイントをQ&A形式でまとめました。
集中豪雨（ゲリラ豪雨）への備えや、日頃からできる対策を紹介します。

Q1 集中豪雨（ゲリラ豪雨）に遭遇したらどうする？

集中豪雨を引き起こす積乱雲は、**突風や雷、ひょうなどの激しい気象現象を発生させる可能性**があります。屋外にいる場合は、すぐに**安全な建物に避難し、窓から離れた場所で待機**してください。



Q2 水害のリスクを知るには？

東京都の提供しているシステムやアプリでも確認できます。
ぜひチェックしてみてください。

東京都 水防災総合情報システム

雨量・河川水位・潮位などの観測データや、気象警報・洪水予報などの**水防情報をリアルタイムで確認**できます。また、都内187地点では**ライブ映像も配信**しています。



ライブ映像（令和7年9月11日）
谷沢川矢川橋

詳しくはコチラ

東京都防災アプリ

災害への備えや災害時に役立つコンテンツが搭載されている防災アプリです。GPS機能と連動した**「水害リスクマップ」で都内の水害リスクを“見える化”**し、現在地の水害リスクを地図上で確認することができます。



「水害リスクマップ」の画面例



詳しくはコチラ

Q3 集中豪雨の時に、危険になる場所は？

河川付近

水位が急増し、流れも速くなります。**様子を見に行ったりせず、絶対に近づかない**ようにしましょう。

アンダーパス（周囲より低い道路）

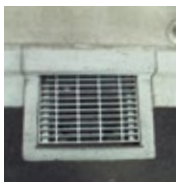
アンダーパスは、**雨水が流れ込み冠水しやすい地点**です。徒歩や自転車はもちろん、車が水没して動かなくなる恐れがあります。**無理に通らず迂回（うかい）**しましょう。



Q4 身近なことでできることはある？

日頃から、浸水への備えとしてできることはあります。**雨水ますや側溝にごみや物**があると、雨水が下水道管に流れにくくなり、**浸水の原因となるリスク**があります。日頃から意識しましょう。

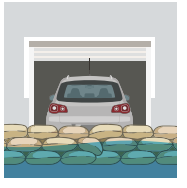
雨水ますや側溝の上に物を置かない



雨水ますにはゴミを入れない



土のうや止水板等を準備※しておく



※区市町村で土のうの配布などを行っている場合があります。詳しくは区市町村にお問い合わせください。
参考：東京都下水道局「浸水への備えを万全に！」



下水道局
公式キャラクター
「アースくん」

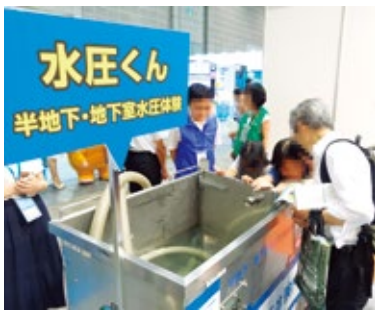
浸水対策を学ぼう！体験しよう！

「下水道展'26東京」に出展します

下水道分野における国内最大の展示会「下水道展'26東京」で、東京都の浸水対策や下水道の老朽化対策などを、映像や体験を通して楽しく学べるブースをご用意しています。お子さんの夏休みの自由研究にもおすすめです。ぜひご来場ください！

注目ポイント

- 水圧でドアが開きにくくなる様子を体感！「水圧くん」体験
- 遊びながら学べる！キッズコンテンツ
- 下水から「りん」を回収し肥料に変える技術の紹介



日　程 8月4日（火）～8月7日（金）
会　場 東京ビッグサイト

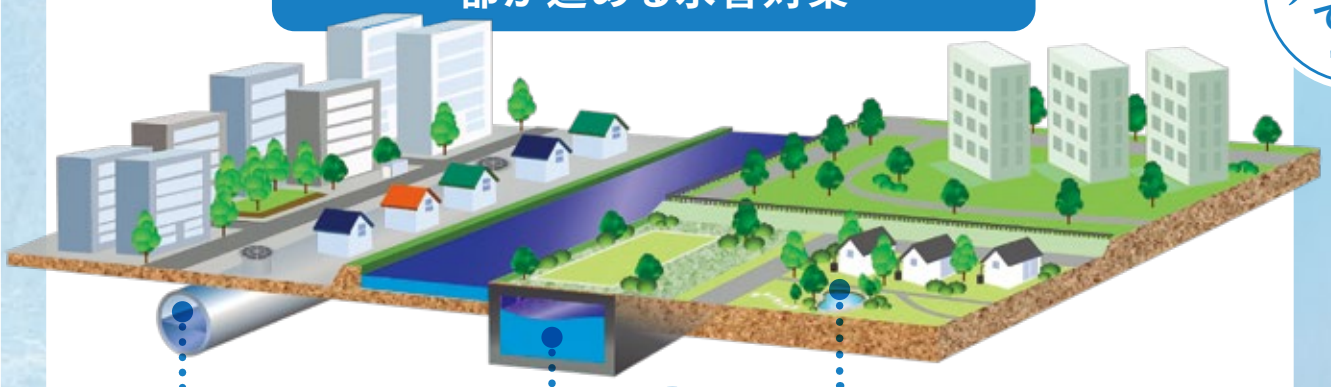
挑戦！水害クイズ Q2 東久留米市に整備された巨大調節池の名称は？ *答えはどこかに隠れているよ！ 探してみてね

水害に強い都市へ。ご存じですか？

街を守る東京都の取り組み

水害から街を守るため、東京都ではさまざまな対策をしています。
主な取り組みを見てみましょう。

都が進める水害対策



1 浸水被害の軽減に取り組む 下水道施設整備

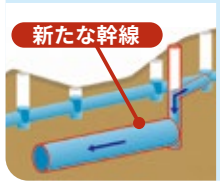
くぼ地や坂下など、浸水リスクが高い地区を重点化して、**下水道幹線や一時的に雨水を貯留する施設等の整備**を進めています。

浸水発生のイメージ



既設の幹線等の水位が上昇し、浸水被害が発生

浸水対策のイメージ



新たな幹線を整備し、既設の幹線等の水位を下げることで、浸水被害を軽減

参考：東京都下水道事業 経営計画2026

2 街の下に広がる“地下神殿”で守る 河川整備

実は都内の地下には、**大雨から街を守る巨大なインフラ**が広がっています。普段は見えないこれらの施設が**豪雨時に雨水を一時的にため、浸水被害を軽減**しています。そのほか、**川幅の拡張や河床の掘下げ**なども進められています。

●黒目橋調節池



黒目川と落合川両河川から洪水を取り込める貯留水深約20m、貯留量約221,000㎥の地下箱式調節池。上部は、東久留米市スポーツセンターや公園として利用され、市民の憩いの場となっています。

3 街全体で水をためる、しみこませる 流域対策

雨水が一気に河川や下水道へ流れ込まないよう、**公園や校庭に一時的に水をためる、しみこませる施設などの設置**を街全体で進めています。



知ってる？情報❷

浸水から街を守る力が動き出す

2つのポンプ所、稼働！

下水道局では、大雨に備え、雨水を速やかに川や海に放流するポンプ所等を整備しており、令和8年3月末に2カ所のポンプ所が新たに稼働しました。
区部の雨水ポンプ所等は計61施設となり、浸水被害の軽減が期待されます。

王子第二ポンプ所（北区）



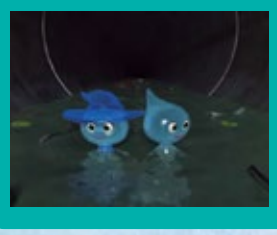
千住関屋ポンプ所（足立区）



観れば、発見いっぱい！

アニメで学ぶ「下水道のしくみ」

アニメ**「ポタンとマリンの下水道大冒険」**では、下水道の仕組みや役割、浸水から街を守る取り組みを楽しく学べます。ぜひご覧ください！



詳しくはコチラ

挑戦！水害クイズの答え：Q1 雨水ます Q2 黒目橋調節池

知ると広がる

東京都の取り組みと私たちの暮らし

2050東京戦略 ～東京もっとよくなる～

より良い東京を実現！都政運営の羅針盤「2050東京戦略」から、戦略や政策の一部をご紹介します。



第11回 自然のチカラで水害への対策。「グリーンインフラ」をご存じですか？

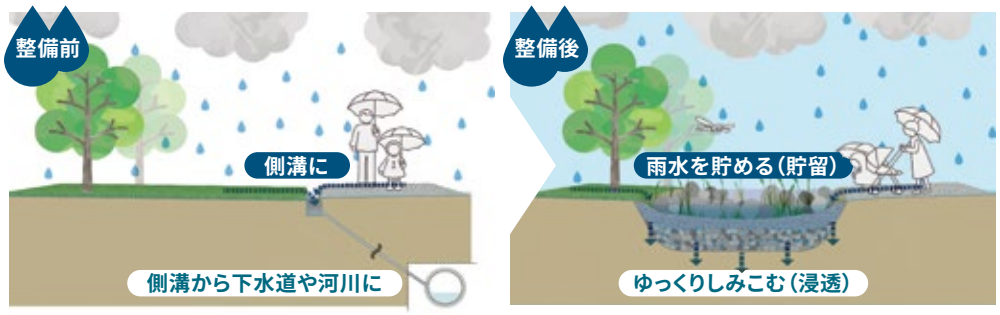
皆さんは、**自然の力を活かした「グリーンインフラ」による水害への対策**をご存じですか。
「グリーンインフラ」とは、**自然環境が有する機能を社会課題の解決に活用しようとするもの**です。東京都では、その取り組みの一つとして、雨水の流出を抑える**「あまみずグリーンインフラ」**の導入を進めています。
街の中に雨水を一時的にためたり、ゆっくり地中にしみこませたりするスポットを作り、**河川や下水道への急な流れ込みを抑え、あふれにくくする効果**が期待できます。
こうした取り組みを公園などの**公共施設に加え、住宅やビル、商業施設などの民間施設**にも広げています。
何気ない緑が、東京の街を守る力になっているのです。

都では今後も、行政や企業、地域の方々などと連携しながら、「あまみずグリーンインフラ」の普及促進に努めていきます。



雨水を貯留・浸透させるレインガーデン（雨庭）

■あまみずグリーンインフライメージ



MyTOKYO 都の情報をテーマごとにわかりやすく発信中！

Tokyo支援ナビ 都民・事業者向け支援情報を簡単検索！

東京動画 東京の「いま」がわかる都公式動画チャンネル



お知らせ

こどもの予防接種ポータルサイト開設

生後2カ月～16歳の定期予防接種について、年齢ごとの接種スケジュール、効果や安全性などの情報を分かりやすく紹介。初めての予防接種でも安心して進められるよう、ご活用ください。予防接種は忘れずに適切な時期に受けましょう。

問保健医療局防疫課☎03-5320-4397

8年度特別児童扶養手当・特別障害者手当等の手当額改定

4月から手当額が改定されました。特別児童扶養手当(1級)56,800円→58,450円、同(2級)37,830円→38,930円、特別障害者手当29,590円→30,450円、障害児福祉手当・福祉手当(経過措置分)16,100円→16,560円。

問区市町村か東京都心身障害者福祉センター☎03-3235-2949、FAX03-3235-2968

気管支ぜん息等の方へ医療費助成「大気汚染医療費助成制度」

都内に1年(3歳未満は6カ月)以上在住の18歳未満で気管支ぜん息等に罹患(りかん)しているなど、要件を満たす方に認定疾病に係る医療費を助成しています。申請書類の配布・受付は区市町村へ。すでに医療券をお持ちの方は、有効期間満了の1カ月前を目安に、区市町村で更新の手続きをしてください。

問区市町村か保健医療局環境保健衛生課☎03-5320-4491

がん検診の大切さを伝える「父の日キャンペーン」を実施！

がんの早期発見・早期治療のためには、定期的にがん検診を受診することが大切です。6月21日の「父の日」に合わせ、がん検診の受診を呼びかけるメッセージ画像をHPに掲載するとともに、都内の協力企業等でメッセージカードを配布します。

問保健医療局健康推進課☎03-5320-4367

教えてAI！任せて安心！東京版救急受診ガイド

急な病気やけがで、病院に行くか救急車を呼ぶか迷った際に、症状の緊急度を自分で判断できるデジタルツールです。音声等で入力した症状により、AIが緊急度を判定します。また、GPSを活用し、症状に適した医療機関を直近順に表示することも可能です。

救急車の適時・適切な利用のため、東京版救急受診ガイドをぜひご活用ください。

問東京消防庁救急医務課☎03-3212-2111(内線4545)

不動産登記申請時には課税明細書が利用できます

不動産登記申請の際に必要な固定資産の価格は、「固定資産税・都市計画税納税通知書」とともにお送りする(23区は6月)課税明細書でご確認いただけます。有料の評価証明は原則不要です。

問主税局固定資産税課☎03-5388-3007

東京都・江戸川区合同総合防災訓練を実施

7月5日10時～13時、平井運動公園(江戸川区)で。首都直下地震からの復旧・復興期における大規模風水害を想定した訓練を実施します。災害の脅威を体感できるVR視聴をはじめ、模擬消火体験など防災行動を体験できる訓練、防災機関による浸水家屋からの救出救助訓練等を実施。雨天決行。

問総務局総合防災部☎03-5388-3765

東京都中小企業障害者雇用スタート支援奨励金

都では、初めて障害者を雇用する中小企業事業主を対象に、最大120万円の奨励金を支給します(1事業主当たり1人)。支給要件等詳細はHPで。

問産業労働局就業推進課☎03-5320-4663

6月は固定資産税・都市計画税(23区内)第1期分の納期

6月1日に納税通知書を発送します。6月30日までにお納めください。

問主税局相談広報班☎03-5388-2925

夏習慣ポイント講座

気象予報士による熱中症対策講義や、都と連携協定を締結している民間企業各社による暑さ対策のポイントを紹介します。

6月7日、フクシ・エンタープライズ南平アリーナ(日野市)で。11日、としま区民センターで。16日、アリオ亀有(葛飾区)で。17日、オリナス錦糸町(墨田区)で。21日、イーアス高尾(八王子市)で。各回50人(6月7日のみ30人)。申込／開催日の前々日17時までにHPで。

問環境局環境都市づくり課☎03-5388-3440

進路や不登校、ひきこもりについて土曜来所相談(高校)・講演会

都立高校就学に向けた進路相談、不登校やひきこもりの状態にある子供の保護者の方を対象とした講演会を行います。①**土曜来所相談(高校)**／6月20日・7月4日・18日・8月29日・9月5日・19日、東京都教育相談センターで。6月13日・7月11日、同センター立川出張相談室で。いずれも9時30分～16時(1回60分程度)。②**思春期サポートプレイス講演会**／6月20日14時～16時30分、東京都教育相談センターで。申込／実施日の前日までに①電話で同センター☎03-3360-4175②HPで。

問同センター☎03-3360-4181

都の広報・広聴に関する世論調査

無作為に抽出した4,000人を対象に、訪問せず郵送で調査を実施します。6月12日～7月6日に郵送かHPでご回答ください。ご協力をお願いします。

問政策企画局企画調整課☎03-5388-3133

熱中症対策をしよう！

昨年は6月から真夏日が続き、東京消防庁管内では6月だけでも1,575人が救急搬送されています(速報値)。これは体が暑さに慣れていない状態で、気温が急激に上昇したことが原因の一つと考えられます。

対策のポイント

- 運動で汗をかく習慣を身につける
- 暑い時は、こまめに水分や塩分を補給する
- 暑い時は、迷わずエアコンを使用し、涼しい屋内で過ごす

問東京消防庁防災安全課☎03-3212-2111(内線4195)

Tokyo Cool Biz

あなたも一緒に取り入れませんか？

「東京クールビズ」とは？

厳しい暑さが当たり前になる中、無理のない形で省エネに取り組みながら、エアコンを迷わず使い命と健康を守ることが重要です。

「東京クールビズ」では、**「働く環境」「暮らす環境」「装う環境」の3つのクール**をキーワードに、賢い省エネと快適な暮らしを両立する新たなライフスタイルを新常識として推進しています。

これからのクールビズ

「涼しさ」だけでなく、エネルギーを賢く使う(＝クール)視点から、**時期や服装にとどまらない新しい働き方や暮らし方**を広げていく取り組みです。

例



取り組みの詳細はHPで。

お問い合わせ　環境局地域エネルギー課　☎03-5388-3670

危険な暑さから命を守るため クーリングシェルター等の活用を！

区市町村が指定した施設などを、暑さをしのげる場所として利用することができます。熱中症から体を守るため、暑い時や外出中に涼みたい場合などにご利用ください。



クーリングシェルターはこのマークが目印

クーリングシェルター

危険な暑さから避難できる冷房設備の整った場所として区市町村長が指定する施設です。

- 過去に例のない危険な暑さが予測され、「熱中症特別警戒アラート」が発表されている期間中は、施設の開放が義務付けられます。

TOKYOクールシェアスポット

公共施設や民間施設、自治体が設置する「涼み処」等で、省エネを目的として冷房環境をシェアする場所です。

施設一覧等詳細は「東京都熱中症対策ポータルサイト」をご覧ください。

お問い合わせ　環境局環境都市づくり課　☎03-5388-3440

都庁SNS　LINE　X(旧 Twitter)　Facebook　Instagram

6月の月間キャンペーン

就職差別解消促進月間　なくそう就職差別

都では、国等と連携して就職差別をなくし、就職の機会均等を確保するための啓発活動を展開しています。就職差別は、企業と社会の人権感覚も問われます。各企業での差別のない公正な採用選考の実施に向けて、積極的な取り組みをお願いします。

問産業労働局労働環境課☎03-5320-4649

蚊の発生防止強化月間　「たまり水を無くして蚊無い安全」

デング熱やジカウイルス感染症などを媒介する蚊は、たまり水で繁殖します。感染症の発生を未然に防ぐためには、たまり水をなくし、蚊に刺されないことが大切です。



蚊対策のポイント

幼虫対策　●不要な「たまり水」をなくす
例:バケツ、植木鉢の受皿、空き缶　など

成虫対策　●やぶ・草むらは定期的に手入れをする
●長袖・長ズボンを着用し、虫よけ剤を活用

問保健医療局環境保健衛生課☎03-5320-4391

東京都HIV検査・相談月間　「ねえ、知ってる? HIVのこと」

HIV感染は自覚症状がない場合もあり、確認には検査が必要です。近年流行中の梅毒もすべて匿名・無料で同時に検査できます。

①東京都新宿東口検査・相談室(要予約)

検査／15時～20時、土日13時～17時、祝除く。毎水は「女性のための検査日」。月間中は他の性感染症検査も同時に実施(事前に検査キットの受け取りが必要)。

②東京都多摩地域検査・相談室(要予約・即日検査)

検査／土日9時50分～11時、祝除く。

①②の予約は、東京都HIV等検査予約サイト(24時間受付)か、同予約センター☎050-3801-5309(10時～20時)へ。多摩地域の都保健所の予約も可。

③東京都HIV／エイズ電話相談

匿名で相談ができます。

☎03-3227-3335(12時～21時、土日祝14時～17時)

問保健医療局防疫課☎03-5320-4487

6月～9月は夏季VOC対策重点実施期間(九都県市で連携)

大気中のVOC(シンナーなどの有機溶剤、ガソリンが揮発したもの、エアゾールスプレーの一部の噴射ガスなど)は、光化学スモッグ発生の原因になります。製品の表示・形状を見てVOCの少ない製品を選ぶなど、VOCの排出を減らすために、皆さんのご協力をお願いします。

問環境局環境改善部☎03-5388-3481

募　集

戦没者追悼式の参列者

8月15日11時45分～13時30分。「東京都戦没者追悼式」は文京シビックホールで。政府主催の「全国戦没者追悼式」は日本武道館で。**対象**／都内在住で戦没者の遺族の方。**定員**／各200人。応募多数の場合抽選。**申込**／6月1日～12日(消印)にHPか往復はがきに①希望する追悼式(東京都か全国)②参列希望者氏名(ふりがな)③生年月日④住所⑤電話⑥戦没者氏名(ふりがな)・続柄⑦所属部隊(陸軍・海軍の別および軍人・軍属の別、その他)⑧介助・付添の有無⑨その他配慮が必要な事項を書き、〒163-8001東京都福祉局生活福祉部(☎03-5320-4078)へ。遺族1人に対して介助等は1人まで。介助・付添人の②～⑤および遺族との続柄を記入。

国公立高校等奨学のための給付金(新入生への一部早期給付)

入学時の教育費負担を軽減するため、高校等に入学する生徒がいる世帯を対象に、「奨学のための給付金」の一部(年額の4分の1)を早期に支給します。**対象**／高等学校等就学支援金の受給資格がある新入生の保護者で、4月1日時点都内在住の生活保護受給世帯か年収目安490万円未満の世帯の方。専攻科は、年収目安380万円未満の世帯か年収目安380万～600万円未満かつ多子世帯の方。または家計急変により上記世帯相当となる見込みの世帯の方。**申込**／6月30日までに学校(都立高校生)か教育庁高等学校教育課(都立以外の国公立高校生)へ。

問各校か同課☎03-5320-7862

育英資金奨学生(予約募集)申し込みは在学校へ

進学後すぐに奨学金(無利子)を借りることができるよう、事前に申し込む制度。所得等の審査有。**対象**／都内に住所があり、9年4月に高校・専修学校高等課程に進学を希望する中学3年生で、経済的な理由により修学が困難な方。**締切**／6月～9月の在学校が指定する日。

問在学校か東京都私学財団☎03-5206-7929

フリースクール等の利用料助成金

不登校の小・中学生が、フリースクール等に通う場合の利用料を助成します。**対象**／都が定める要件を満たした不登校の小・中学生の保護者。**助成金額**／利用料に対して月額上限2万円。**申請**／9年2月12日までにHPか郵送で。交付申請と利用状況報告が必要。

問東京都フリースクール等利用料助成金事務局☎03-6800-8763か生活文化局連携支援課☎03-5388-3153

都庁インターンシップ

8月3日～14日、8月31日～9月4日のうち3日～5日間、本庁・事業所等で都庁の仕事を体験。**対象**／大学・大学院生(学年不問)、高等専門学校4年生以上。675人。**申込**／6月17日12時までにHPで。

問総務局人事課☎03-5388-2375

「TOKYO中高生職業体験サイトJob EX」職業体験・リポーター

①夏休み期間中、職業体験に参加する中・高校生。800人程度。②職業体験に参加して、体験した内容や企業・団体へのインタビューを記事にして発信する「中高生リポーター」。18人。**対象**／都内在住・在学の中・高校生相当年齢の方。**申込**／①7月5日②6月17日までにHPで。

問東京都中高生職業体験事業事務局☎03-4567-6650(平日10時～17時)か子供政策連携室プロジェクト推進課☎03-5388-3814

こどもスマイルムーブメント大賞

子供の笑顔を育む先進的な取り組みを行う企業・団体に対し、「こどもスマイルムーブメント大賞」を贈呈。受賞企業・団体の取り組みは、各種SNSや雑誌等のメディアなどで紹介します。**対象**／「こどもスマイルムーブメント」に参画する企業・団体が行う取り組み。**申込**／7月24日までにHPで。

問同事務局☎03-5213-0815(平日10時～17時)か子供政策連携室プロジェクト推進課☎03-5388-3814

学生向けファッションコンクール

都内在住・在学の学生等(グループも可)を対象とするファッションコンクール「Next Fashion Designer of Tokyo 2027」の作品を募集。**部門**／フリー部門、インクルーシブデザイン部門。**申込**／7月14日(消印)までにデザイン画等をHPか郵送で。作品制作の支援等を実施。大賞100万円、優秀賞50万円、特別選抜賞50万円。

問同事務局☎03-6820-6038か産業労働局経営支援課☎03-5320-4714

着物等を活用したファッションコンテスト

都内在住・在学のアマチュアデザイナー(グループも可)が対象。着物等を活用したファッションコンテスト「Sustainable Fashion Design Award 2027」の作品を募集。**部門**／ウェア部門、ファッショングッズ部門。**申込**／7月14日(消印)までにデザイン画等をHPか郵送で。作品制作の支援等を実施。大賞100万円、優秀賞50万円、特別選抜賞50万円。

問同事務局☎03-6820-6039か産業労働局経営支援課☎03-5320-4714

物価高騰下の暑さ対策の一環として

水道料金の基本料金を無償とします

お申し込みは不要です

期　間　今年度の夏場4カ月
「5～6月分と7～8月分」または「6～7月分と8～9月分」
※検針月により異なり、6月1日検針分からが対象。従量料金・下水道料金は対象外

対　象
東京都水道局と小口径(13mm、20mm、25mm)の給水契約の方

無償となる額(4カ月分、税込)
小口径：13㎜…3,784円、20㎜…5,148円、25㎜…6,424円

エアコン等の利用を控えることなく、暑さ対策を徹底してください。

取り組みの詳細はHPで。

お問い合わせ
水道局お客さまセンター　☎0570-091-100(ナビダイヤル)
☎03-5326-1101

申し込みの際は、住所には郵便番号を、氏名にはふりがなをお忘れなく。　返信用はがきの宛名面もご記入ください。　宛先が郵便番号だけのものは住所不要です。記載の通りお書きください。

東京都提供テレビ番組

TOKYO EVERYONE（テレビ朝日　金13時50分～）

東京交差点 ONE MOMENT（テレビ東京　月21時54分～）

東京GOOD！ TREASURE MAP（テレビ東京　火21時55分～）

東京インフォメーション（TOKYO MX　水金20時40分～）



働　く

東京都職員（職業訓練Ⅰ類B、Ⅱ類、Ⅲ類）

人数／28人程度。**勤務先**／職業能力開発センター等。**採用**／10月1日。**選考**／7月11日・19日。**申込**／7月1日17時までにHPで。

問**産業労働局職員課☎03-5320-4618**

福島県任期付職員（県配属・市町村派遣）採用試験合同説明会

6月14日13時～15時、都庁二庁ホールで。採用試験に関する説明や個別相談等を実施。**対象**／東日本大震災および原発事故からの復興業務に従事する、福島県および被災市町村の任期付職員採用試験の受験希望者。**申込**／6月10日までにHPで。

問**総務局被災地支援課☎03-5388-2308**

介護支援専門員実務研修受講試験

試験／10月11日。**費用**／12,548円。**申込**／6月1日～30日（消印）に簡易書留郵便で。**要項・申込書配布**／6月1日から都庁案内コーナー・区市町村・東京都福祉保健財団で。郵送希望は封筒に「受験要項希望」と書き、320円分切手を貼った返信用封筒（角2）を同封し、〒163-0718東京都福祉保健財団へ。

問**同財団☎03-3344-8512か福祉局介護保険課☎03-5320-4279**



催　し

東京みなと祭

6月27日・28日10時～17時、東京国際クルーズターミナルで。珍しい船の一般公開や港の仕事紹介など、東京港の役割や魅力を伝えるイベント。消防艇・給水船・清掃船の実演や冷凍コンテナ体験、子供向けの工作教室、キッチンカー、官公庁初の水素燃料電池船による東京港周遊クルーズなど。

問**同事務局☎03-5379-1336か港湾局総務部☎03-5320-5524**

小学生向け体験型イベント「ハットニャール博士の研究所」

8月5日9時20分～12時・13時20分～16時（二部制）、日本科学未来館（江東区）で。「無意識の思い込み（アンコンシャス・バイアス）」に気付き、自身の可能性を広げるきっかけを提供。抽選で小学生各回150人（保護者の付き添い可）。**申込**／6月15日までにHPで。

問**生活文化局男女平等参画課☎03-5388-3189**

学　ぶ

視覚・聴覚障害者対象の講座・教室

視覚障害／①「音楽教室」6月19日13時～15時30分。②「教養講座」6月28日13時30分～16時。**聴覚障害**／③「文章教室」6月3日～24日の毎水18時30分～21時。各日40人。いずれも東京都障害者福祉会館で。**申込**／開催日前の平日17時までに①電話で東京都盲人福祉協会☎03-3208-9001②HPか電話で教育庁生涯学習課☎03-5320-6859③HPか電話、ファクスで東京都聴覚障害者連盟☎03-5464-6055、FAX03-5464-6057へ。

問**教育庁生涯学習課☎03-5320-6859**

老年学・老年医学公開講座

「今なら間に合う！フレイル予防」。6月30日12時50分～16時、大田区民ホール・アプリコで。当日先着1,400人。

問**東京都健康長寿医療センター☎03-3964-1141**

復興まちづくりシンポジウム

7月31日14時～17時、都庁都民ホールで。240人。「わたしたちに必要な地震後の行動を考える」をテーマに、被災した場合の避難から生活再建、復興まちづくりについて識者らが講演。手話通訳有。**申込**／7月24日までにHPかファクスに氏名（ふりがな）・連絡先を書き、復興まちづくり支援機構シンポジウム実行委員会事務局FAX03-5550-0050へ。

問**同事務局（東京都中小企業診断士協会）☎03-5550-0033か総務局防災管理課☎03-5388-2587**

都立霊園の使用者募集

申込方法・期間

①ホームページ：6月12日～7月3日

②郵送：所定の申込書で6月12日～7月3日（消印）

※①②いずれかの方法で、1人（1世帯）・1カ所の申し込みに限ります

申込書（申込みのしおり）

6月12日～7月3日に、都庁案内コーナー、東京都公園協会霊園課、各都立霊園・瑞江葬儀所、都内区市町村、松戸市の窓口で配布します。

申込資格

都内に一定年数以上継続して居住しているなど、施設ごとに資格が定められています。詳細は「申込みのしおり」をご確認ください。

募集に関するお問い合わせ

☎0570-783-802（ナビダイヤル）9時～17時

5月29日～7月3日（5月30日・31日・6月6日・7日除く）

お問い合わせ

東京都公園協会霊園課

☎03-3232-3151（土日祝除く）

TOKYO霊園さんぽ　検索　応募方法等をチャットボットが回答します。

募集霊園	墓所の種類		募集数	使用料	年間管理料
多磨霊園	一　般		360カ所	156万7,400円～1,106万4,000円	1,620円～9,720円
	合葬墓地	遺骨申込	120体	・一定期間後共同埋蔵 遺骨1体あたり　6万1,000円	不　要
		遺骨・生前申込	220体		
		生前申込	300体		
	樹林墓地	遺骨申込	300体	[2号基] 遺骨1体あたり　9万5,000円 粉状遺骨1体あたり　3万1,000円	不　要
		遺骨・生前申込	490体		
		生前申込	1,640体		
小平霊園	一　般		140カ所	154万6,600円～501万6,000円	1,620円～4,860円
	芝　生		5カ所	348万4,000円	4,160円
	合葬墓地	遺骨申込	90体	[2号基] ・直接共同埋蔵 遺骨1体あたり　5万8,000円	不　要
		遺骨・生前申込	110体		
		生前申込	300体		
八王子霊園	芝　生		160カ所	128万4,000円	4,160円
八柱霊園	一　般		335カ所	32万850円～122万1,300円	1,620円～4,860円
	芝　生		40カ所	96万8,000円	4,160円
	合葬墓地	遺骨申込	350体	・一定期間後共同埋蔵 遺骨1体あたり　13万1,000円 ・直接共同埋蔵 遺骨1体あたり　5万3,000円	不　要
		遺骨・生前申込	490体		
		生前申込	700体		
雑司ケ谷霊園	一　般		80カ所	321万6,000円～364万4,800円	1,620円
	樹林墓地	遺骨申込	50体	遺骨1体あたり　11万2,000円 粉状遺骨1体あたり　3万7,000円	不　要
		遺骨・生前申込	80体		
		生前申込	270体		
青山霊園	一　般		80カ所	480万円～2,048万円	1,620円～5,670円
	立　体		21カ所	[第1区]　94万円	不要
谷中霊園	一　般		80カ所	268万500円～696万9,300円	1,620円～3,240円
染井霊園	一　般		60カ所	246万7,500円～329万円	1,620円
	立　体		32カ所	[第2・3区]　150万1,000円	不要

「知事への提言」
都政に対する提言・意見・要望等

手紙・はがきで	〒163-8001　「都民の声総合窓口」
ファクスで	FAX 03-5388-1233
電話で	☎03-5320-7725　月～金　9時～17時
ホームページで	

聴覚障害者向け電話代理支援

HPから、手話・筆談等で都庁・都事業所へ問い合わせができます（8時～21時）。

TokyoTokyo 東京ブランドの発信

都庁の代表電話　☎03-5321-1111

都庁総合ホームページ
https://www.metro.tokyo.lg.jp/

発行元：東京都政策企画局戦略広報部戦略広報課
〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1
TEL 03-5388-3093
FAX 03-5388-1329
広報東京都　検索

●「広報東京都」は新聞折り込みでのお届けのほか、区市町村の窓口・図書館や都の施設・都営地下鉄等にも置いています。
● 点字版・音声版もありますので、お知り合いで希望する方がいらっしゃいましたら☎03-5388-3093へ。

※本紙に記載の会社名・製品名は、一般に各社の商標・登録商標です

世帯と人口　8年4月1日現在の推計

- 769万8,372世帯
- 人口1,429万5,440人（男：700万6,230人　女：728万9,210人）
　＊参考：外国人数 78万5,274人

リサイクル適性Ⓐ　この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

R100　古紙パルプ配合率100%再生紙を使用しています。
石油系溶剤を含まないインキを使用しています。

印刷物規格表第1類　印刷番号（7）61

受け継ぐ感動、新たな熱狂。

世界を魅了するスポーツ都市 TOKYOを体感しよう！

東京2020オリンピック・パラリンピックから5年。都では、この大会で生まれたさまざまなレガシーを未来につなぐため、5周年を記念した取り組みを行います。さらに9月にはアジア最大のスポーツの祭典・アジア競技大会が開幕！東京から広がるスポーツの感動を、ぜひ体感してください!!



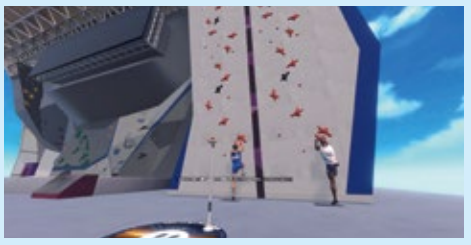
参加無料！

東京2020大会5周年記念企画！

あの興奮がよみがえる！アスリートと一緒に感動を未来へつなげよう。

東京2020 オリンピック・パラリンピック 5周年記念イベント

［日程］7月25日（土）
［場所］東京ミッドタウン アトリウム
［内容］アーバンスポーツ等の競技体験、アスリート等によるトークイベント、大会公式マスコットグリーティング、デジタル技術による体験コンテンツ　ほか



デジタル技術により東京2020大会のスポーツクライミングウォールをリアルに再現

東京2020 パラリンピック スペシャルステージ

［日程］8月30日（日）
［場所］東京国際フォーラム
［内容］パラアスリートによるデモンストレーション、トークショー　ほか

※観覧には事前申し込みを予定しています。
7月上旬頃に詳細を特設ページでお知らせします。

詳細や最新情報は特設ページをチェック！

パラスペシャルステージで紹介されるかも

東京2020パラリンピックの エピソード&メッセージ 大募集！

この5年を振り返って東京やあなた自身の行動はどう変わりましたか。皆さん一人ひとりの記憶や思いを改めてメッセージとして言葉にしてみませんか。

［募集期間］8月19日（水）まで
［応募対象］どなたでも可。
［応募方法］右の応募ページにアクセスし、メッセージとニックネームを入力してください。

ご応募いただいたメッセージは、ニックネームとともに特設ページでもご紹介します。

会場で観戦！

アジア最大のスポーツの祭典

第20回アジア競技大会（2026／愛知・名古屋） 都内で水泳・馬術を開催！

4年に一度のトップアスリートたちの熱戦を、会場で体感しよう！

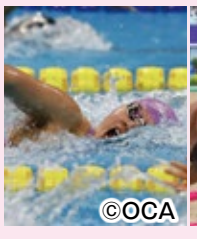


大会マスコット ホノホン

みんなで選手を応援しよう！

都内会場の開催日程

競技		日程	会場
水泳	競泳	9/20（日）～25（金）	東京アクアティクスセンター
	飛込	9/26（土）～30（水）	
馬術		9/21（祝）～23（祝） 9/25（金）～27（日） 10/1（木）、3（土）、4（日）	馬事公苑





大会概要

［大会日程］9月19日（土）～10月4日（日）
［会場地］愛知・名古屋、東京　ほか
アジア45の国と地域が集い、43競技が行われます。

観戦チケット発売中！

チケット販売元：（公財）愛知・名古屋アジア・アジアパラ競技大会組織委員会

子供観戦招待のご案内

都内の子供たちをアジア競技大会の都内会場で行われる競技へご招待。世界レベルのアスリートの活躍を見ることができる貴重な機会です。ぜひご参加ください！

［対象・料金］都内在住の6～18歳または都内在学の小・中・高校生は無料。その引率者は2,000円。
［申込期間］6月1日（月）～6月30日（火）
HPで受付
（応募者多数の場合は抽選）
［お問い合わせ］子供観戦招待事務局
☎03-6745-7377

一人ひとりと生きるまち。
東京都



旬の都政情報を発信 Yuriko's Voice
知事のAIアバター「AI都知事ユリコ」が、暮らしに役立つ都政情報をより分かりやすく、タイムリーにお伝えします！



東京都AI広報アバター 都星人（とせいじん）
都は、AIを活用し3体の都星人を通じて、都民の皆さまに都政情報をこれまで以上に分かりやすく、スピーディにお届けします。