



広報 東京都

TOKYO METROPOLITAN GOVERNMENT NEWS

11月

2025年9月開幕 世界陸上



特集の
見どころ

デフ1年前イベント

スポーツの力で
新たな未来へ



2025年11月開幕

デフリンピック

開催まであと1年! 世界陸上・デフリンピック 2025年東京で開催!

陸上競技の最速・最強を決める戦い 東京2025世界陸上

開催期間 2025年9月13日～21日 開催場所 国立競技場 ほか

公式サイト
チケット等の詳細は
こちらから↓



WORLD ATHLETICS
CHAMPIONSHIPS
T O K Y O ● 2 5

東京2025世界陸上大会ロゴ
東京都はGEOGRAPHICAL HOSTです

世界陸上は、世界陸上競技選手権大会の通称で、陸上競技における世界最高峰の大会。1983年にヘルシンキで第1回大会が開催され、2025年東京大会は20回目の開催となります。1991年の東京初開催以来、34年ぶりにここ東京で開催されます。

陸上競技女子やり投

今号の表紙

北口榛花選手

いよいよ来年は東京で世界陸上があります。東京でも皆さんのエネルギーを感じながら試合できるのをとても楽しみにしています。国立競技場を埋めつくしましょう。私も最高のパフォーマンスができるように頑張ります!

Profile●1998年北海道生まれ。ブダペスト2023世界陸上、パリ2024オリンピックで金メダルを獲得。オリンピックおよび世界陸上の女子フィールド種目における日本人初の金メダリスト。



Haruka Kitaguchi

参加国・地域

約 200 カ国・地域

種目数

49 種目

大会の参加選手

約 2,000 人

世界中のデフアスリートが一堂に会する

東京2025デフリンピック

開催期間 2025年11月15日～26日 開催場所 東京体育館 ほか

公式サイト
競技・会場等の詳細は
こちらから↓



TOKYO 2025
25TH SUMMER DEAFLYMPICS

東京2025デフリンピック
大会エンブレム

デフリンピックは耳がきこえない・きこえにくい選手のための国際総合スポーツ競技大会。競技中は補聴器などを外して、全員が公平にきこえない立場で競技を行います。本大会は、100周年の記念すべき大会で、日本で初めて開催されます。

陸上競技男子短距離走

今号の表紙

山田真樹選手

世界中からデフアスリートが集まり、選手同士が手話言語でコミュニケーションをする様子が見られる、「言葉が見える」大会になるので、簡単な手話単語を使って応援いただけると嬉しいです。私も最高のパフォーマンスを見せられるよう頑張ります!

Profile●1997年東京都生まれ。初出場のサムスン2017デフリンピックで200mと4×100mリレーで金、400mで銀の計3個のメダルを獲得。デフ陸上をリードする存在。



Maki Yamada

参加国・地域

約 70~80 カ国・地域

競技数

21 競技

大会の参加選手

約 3,000 人

2024年11月15日・16日に1年前イベント開催

東京2025デフリンピック 1 Year To Go!

開催期間 11月15日(金)・16日(土)10時30分～16時30分

開催場所 アーバンドック ららぽーと豊洲

15日 ミドリーズ、長濱ねるさんと「しゅわしゅわ☆デフリンピック!」を踊ろう!

ミドリーズ、デフリンピック応援アンバサダーの長濱ねるさんが「しゅわしゅわ☆デフリンピック!」を披露します。会場で一緒に踊りませんか?



ミドリーズ
(SDGsこどもユニット)



応援アンバサダー
長濱ねるさん

16日 フィッシャーズとデフバレーボール選手が対決!

人気アニメクリエイターのフィッシャーズが、今年6月の世界選手権を制したデフバレーボール女子日本代表選手たちと共演! デフアスリートの魅力や、そのすごさを感じられるゲームも実施します。



フィッシャーズ
(クリエイター)



長谷山優美さん
(デフバレーボール)



中田美緒さん
(デフバレーボール)

デフアスリートとの交流や、手話言語、UC(ユニバーサルコミュニケーション)技術体験など、来年のデフリンピックが楽しみになる、きこえない世界を“みて・知って・体験する”2日間です。ぜひご来場ください!



茨隆太郎さん
(デフ水泳)



岡田海緒さん
(デフ陸上)



亀澤理穂さん
(デフ卓球)



山田真樹さん
(デフ陸上)



詳細はこちら↑

ボランティア募集! 共に大会を創ろう!

大会の成功に向けて、ボランティアの皆さんの力はあらゆる場面で必要不可欠です。共に大会を創り、大会を支えてくださる皆様のご応募をお待ちしています。

- 応募要件**
- 2025年4月1日時点で満18歳以上の方
 - 活動期間中において、日本国籍または日本に滞在する資格を有する方
 - 各種研修への参加が可能であること

世界陸上

募集期間 11月1日10時～12月16日12時

募集人数 約3,000人



ボランティアスタッフ
ユニフォーム



デフリンピック

募集期間 11月15日10時～1月31日

募集人数 約3,000人



ご応募
お待ちしております!

東京2025デフリンピック
公式マスコット
「ゆりーと」

東京2025デフリンピック 寄附・協賛ご協力をお願い

大会の開催に向け、多くの方々からのご支援をお待ちしています。みんなで大会を創り上げましょう!
〒東京都スポーツ文化事業団デフリンピック準備運営本部 ☎03-6380-7727(代表)

詳細はこちら➡



世界陸上・デフリンピックをきっかけに 東京がステップアップ!

世界陸上・デフリンピックのような国際スポーツ大会は、子供たちの夢と希望を育み、共生社会に向けた歩みを加速させるなど、大きな価値をもたらします。スポーツの力で東京の新たな未来を切り拓いていくため、「東京2020大会のレガシーを継承・発展」「2025年を機に、東京に新たなレガシーを創出」などのコンセプトのもと、さまざまな取り組みを行っていきます。

両大会を通じて都が目指す姿や取り組みの方向性などは「ビジョン2025」をチェック! ➡



ステップアップに向けた5つの柱

大会後のレガシー

<h3>1 みんなが つながる</h3> <p>「いつでも・どこでも・誰とでも」 つながる街・東京へ</p>	 <p>公共施設や今後のスポーツ大会における情報保障の充実</p>	 <p>誰もが分け隔てなくコミュニケーションを取ることができる技術の普及</p>
<h3>2 世界の人々が 出会う</h3> <p>伝統と革新が共存する街・東京を発信し、世界との絆を深める</p>	 <p>芸術文化へ親しみを 持つ人の増加</p>	 <p>東京の持つ多彩な魅力の発信により、訪都旅行者数が増加</p>
<h3>3 こどもたちが 夢をみる</h3> <p>子供たちがスポーツから多くを学び、 多様な価値観を育む</p>	 <p>大会を通じて子供たちがさまざまなことを学び、健やかに成長</p>	 <p>大会ならではのまたとない経験を得た子供たちが、明日の東京を創る</p>
<h3>4 未来へ つなぐ</h3> <p>たくさんの国際スポーツ大会が 楽しめる街へ</p>	 <p>持続可能な社会への歩みを加速</p>	 <p>相互理解が一層進み、共生社会への歩みが加速</p>
<h3>5 みんなで 創る</h3> <p>スポーツを通じて つながる街・東京へ</p>	 <p>東京2020大会を通じて広がったボランティア文化のさらなる根付き</p>	 <p>継続的な運動や健康づくりなど、スポーツへ関心を持つ人の増加</p>



推しスポーツプロジェクト

世界陸上・デフリンピックの開催を機に、都民一人ひとりの好みや特性に合ったスポーツの楽しさ(推しスポーツ)を発見してもらう取り組みです。都では、さまざまな「する・みる・支える」スポーツイベントを行っています。イベントに参加して、あなたの推しスポーツを見つけてみませんか?



誰もがスポーツを楽しめるように

初めての方でも安心してスポーツを楽しめる障害者専用のスポーツ施設を設置しています。ぜひご利用ください。

- 障害者総合スポーツセンター
- 多摩障害者スポーツセンター

TOKYOパラスポーツ・ナビでは、イベント情報や公共スポーツ施設のバリアフリー情報、地域のスポーツ活動に関する情報等を掲載しています。



施設情報



パラスポーツ・ナビ

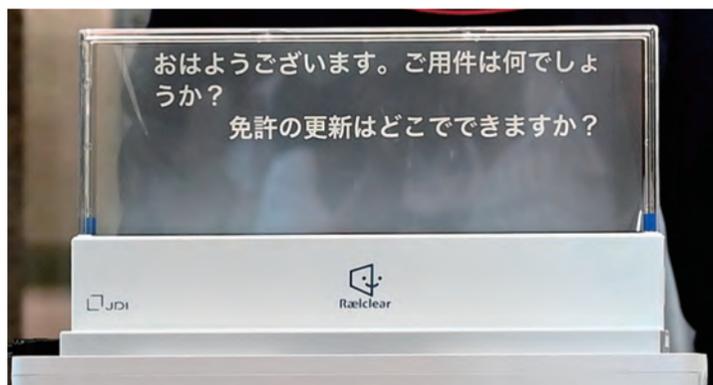
スポーツの力で新たな未来へ! ステップアップに向けた取り組みを進めています。



デジタルで みんながつながる東京へ

音声を多言語で表示する透明ディスプレイを設置

きこえない・きこえにくい方や訪日外国人との言語の壁を超える機器として、32カ国語に対応した「翻訳機能付き透明ディスプレイ」を都庁舎や東京体育館など38施設に設置しています。



予想以上にスムーズに表示されて、コミュニケーションにとっても良いなと思いました。きこえない・きこえにくい方だけでなく、観光で来日する海外の方も言葉の壁を超えてコミュニケーションできるので、今後使う機会が広がるといいなと思います。

(透明ディスプレイを使用した、デファスリートの山田真樹選手のコメント)



大会に合わせて 文化プログラムを展開!

3つのアートプロジェクトを2025年秋に開催し、両大会を盛り上げます。

- 都内各地のまつり・伝統芸能が一堂に集結する
「TOKYO わっしょい」
- ろう者と聴者が協働して制作する舞台
「黙るな 動け 呼吸しろ」
- 東京2020大会のレガシーを受け継ぐ新作公演
「TRAIN TRAIN TRAIN」

今後情報を発信していきます。お楽しみに!



プレイベントの様子。「TOKYO わっしょい」2025年9月12日・13日・14日に東京駅前・行幸通りで開催



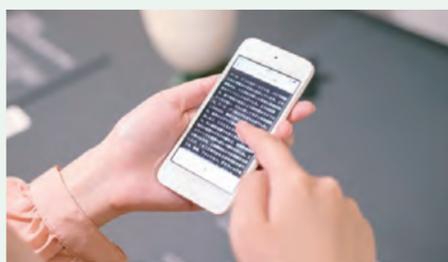
「TRAIN TRAIN TRAIN」制作発表。本作品と「黙るな 動け 呼吸しろ」では出演者をオーディションで募集

「東京2020大会からこの3年で自分もアップデートしたところを生かして、パラリンピック開会式の作品以上のものを作っていきたいです」

(「TRAIN TRAIN TRAIN」出演者の和合由依さん)

誰もが芸術文化を楽しめる 鑑賞サポートを推進

展覧会や公演の鑑賞を支援するツールや、手話言語通訳・字幕・音声ガイドなど情報保障付きプログラムを増やしています。民間団体の鑑賞サポートの取り組みも助成し、都内全体で芸術文化へのアクセシビリティを高めていきます!



子供たちとともに創る大会

東京2025デフリンピックのメダルデザインを決める小・中・高校生によるオンライン投票を行い、全国から8万票を超える投票をいただきました。メダルデザインの発表は11月15日です。お楽しみに!

メダルデザイン候補



メダル投票の授業の様子



「こどもワークショップ」を開催

8月20日に世界陸上の会場となる国立競技場で開催したワークショップでは、元陸上選手の福島千里さんをゲストに迎え、小・中学生約20人が、世界陸上に向けて実現したいことを話し合いました。皆さんからのアイデアや意見は、今後の大会運営に生かしていきます。



世界陸上は雲の上の存在で、自分には関係ない世界だったのですが、今日参加して身近に感じられました。

(参加者の声)

「こどもワークショップ」の概要はこちら➔



都職員の給与の状況

東京都は、福祉・医療・教育・土木・警察・消防など都民生活に密接に関わる仕事を行っており、これに携わる職員が約17万1千人(12参照)います。

都職員の給与は、都議会の議決によって定められる給与条例や、これに基づく規則などによって明らかにされていますが、都民の皆さんに一層のご理解をいただくため、そのあらましを紹介します。

なお、詳細はホームページに掲載します。 ※4・5・7～10は6年4月1日現在

お問い合わせ 総務局人事部 ☎ 03-5388-2471

1 給与の概要

給料 仕事の内容や責任に応じて給料表、級などによって区分されており、民間でいう基本給に相当するもの

地域手当 民間における賃金や物価等に関する事情を考慮して支給される手当
地域区分により給料、扶養手当、管理職手当の合計額の20%～0%(職員1人当たり平均支給月額67,546円)

扶養手当

区分	都	国
子	各9,000円	各10,000円
16歳～22歳の子がいる場合の加算額	各4,000円	各5,000円
子以外の扶養親族	各6,000円	各6,500円

一般職員の例。

住居手当

区分	都	国
世帯主等	管理職を除く年度末年齢35歳未満で月額15,000円以上の家賃を支払っている場合 15,000円	賃貸住宅に居住する場合 支給限度額 28,000円

その他 通勤手当、管理職手当、初任給調整手当など

特殊勤務手当 著しく危険、不快、不健康、困難な勤務、その他著しく特殊な勤務に従事したときに支給される手当(支給職員1人当たり平均支給月額12,753円、都全体で36種類、全職員に対する支給職員割合37.4%)

代表的な手当の名称	支給額の多い手当	支給対象職員の多い手当
	深夜特殊業務手当、教員特殊業務手当、捜査等業務手当、救急手当、警ら手当	深夜特殊業務手当、出勤手当、救急手当、警ら手当、捜査等業務手当

超過勤務手当 職員1人当たり平均支給月額30,955円

その他 夜勤手当、宿日直手当など

期末・勤勉手当

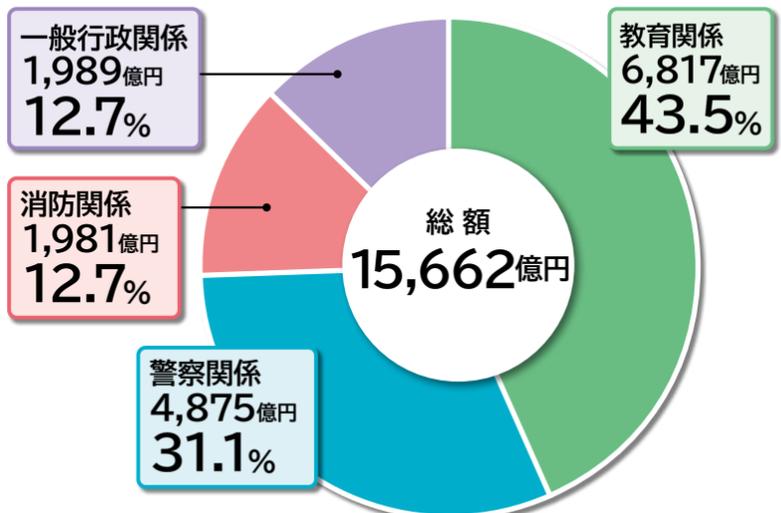
区分	都		国	
	期末	勤勉	期末	勤勉
6月期	1.20月	1.125月	1.225月	1.025月
12月期	(0.675月)	(0.55月)	(0.6875月)	(0.4875月)
合計	4.65月	(2.45月)	4.50月	(2.35月)

一般職員の例。()内は、定年前再任用短時間勤務職員(暫定再任用職員および暫定再任用短時間勤務職員を含む)に係る支給割合。

退職手当 退職時に支給される一時金(8参照)

(注) 諸手当は、いずれも6年勤告前の金額および月数です。

2 人件費の内訳(5年度普通会計決算)



(注)① 都の会計は、一般会計、特別会計、公営企業会計に分かれています。普通会計とは、一般会計と大部分の特別会計を加えて、会計間の重複などを控除して得られる統計上の会計です。
② 表示単位未満を四捨五入して表示しています。

3 人件費の状況(普通会計決算)

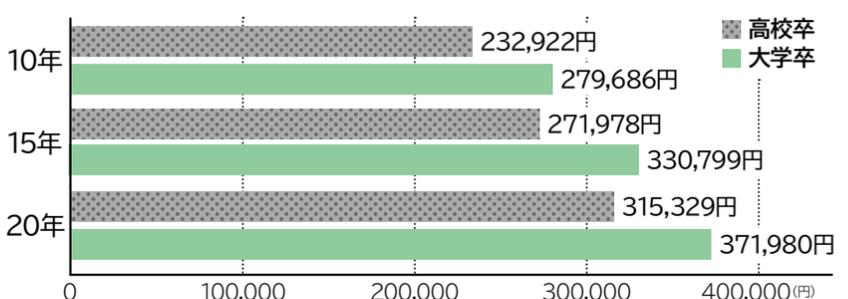
区分	歳出額(A)	人件費(B)	人件費比率(B)/(A)
5年度	83,533億円	15,662億円	18.7%
4年度	91,883億円	15,893億円	17.3%

4 職員の平均給料月額、平均給与月額および平均年齢の状況

区分	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
一般行政職	318,089円	458,519円	42.5歳
警察職	331,197円	520,765円	40.3歳
小中学校教育職	341,332円	441,317円	39.8歳
高等学校教育職	350,230円	450,871円	43.2歳
技能労務職	286,976円	388,004円	50.5歳

(注) 「平均給与月額」とは、給料と諸手当(期末・勤勉手当を除く)の合計です。

5 職員の経験年数別、学歴別平均給料月額の状況(一般行政職)



(注) ① 諸手当は含まれていません。
② 一般行政職とは一般職員のうち消防職、企業職、医療技術職、税務職、技能労務職などを除いた職員です。

原則として毎月支給されるもの

さまざまに支給されるもの

勤務実績に応じて支給されるもの

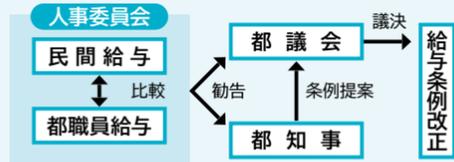
例年支給されるもの

退職時に支給されるもの

給与決定の仕組み

地方公務員の給与は、地方公務員法により、生計費、国や他の地方公共団体の職員、民間企業の従業員の給与などを考慮して定めることとされています。

都には、法律に基づき、専門的で中立的な人事機関として人事委員会が設置されており、人事委員会は毎年、都内の民間企業(企業規模50人以上、かつ事業所規模50人以上の事業所[※])の給与の実態を調査して、都の職員の給与について勧告を行っています。この人事委員会勧告に基づき、都議会の審議を経て条例により給与が決定されます。このため、都職員の給与決定の仕組みは、民間企業の給与水準を適正に反映するものとなっています。



※5年については都内11,186事業所から1,242事業所を無作為抽出

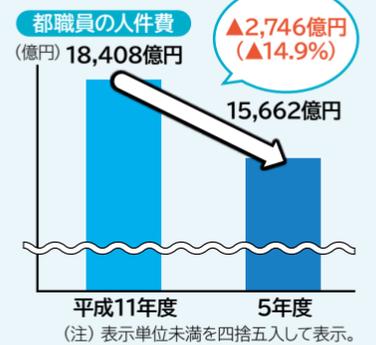
これまでの人事給与制度改革

都では、これまで行ってきた職責・能力・業績を重視する人事給与制度の見直しにより、年功的な給与上昇を抑制し、職責差が適切に反映される仕組みとするとともに、昇給や勤勉手当において、努力し、成果を上げた者に対する適正な処遇の確保を進めてきました。

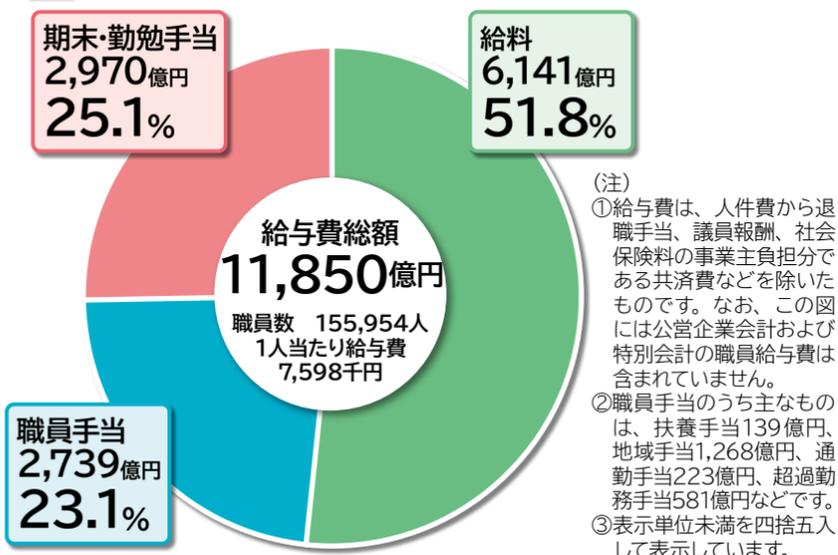
〈主な取り組み〉

- 昇給カーブのフラット化や職務実態を踏まえた職級統合等により、職責差を適切に給料に反映
- 55歳以上の職員の昇給抑制
- 全職員へ勤勉手当の成績率(ボーナス査定)を導入し、査定幅についても拡大することで、職員一人一人の努力や業績を適正に反映
- 行政職給料表(一)および公安職給料表の部長級については、昇給を廃止、給料月額を定額化
- 退職手当について、在職年数比例分を大幅に引き下げるとともに、職責反映分を拡充する構造見直しを実施

都独自の給与構造改革や、職員定数の設定に不断の努力を重ねてきた結果、5年度普通会計決算の人件費は、財政再建推進プランを策定した平成11年度と比べ、2,746億円(14.9%)の減となっています。



6 職員給与費の状況 (5年度普通会計決算)



(注) ①給与費は、人件費から退職手当、議員報酬、社会保険料の事業主負担分である共済費などを除いたものです。なお、この図には公営企業会計および特別会計の職員給与費は含まれていません。
②職員手当のうち主なものは、扶養手当139億円、地域手当1,268億円、通勤手当223億円、超過勤務手当581億円などです。
③表示単位未満を四捨五入して表示しています。

10 一般行政職の級別職員数の状況

区分	5級	4級	3級	2級	1級	計
標準的な職務内容	部長	課長	課長代理	主任	主事	
職員数(人)	482	1,580	6,193	6,745(55)	6,988(13)	21,988(68)
構成比(%)	2.2	7.2	28.2	30.7(80.9)	31.8(19.1)	100.0(100.0)
参考 1年前の構成比(%)	2.2	7.1	28.1	30.3(81.3)	32.2(18.7)	100.0(100.0)
参考 5年前の構成比(%)	2.1	6.9	27.6	28.1(92.3)	35.2(7.7)	100.0(100.0)

(注) ①都の給与条例に基づく行政職給料表(一)の級区分による職員数です。
②標準的な職務内容は、それぞれの級に該当する代表的な職名です。
③職員数および構成比、参考の1年前の構成比欄の()内は、定年前再任用短時間勤務職員および暫定再任用短時間勤務職員、参考の5年前の構成比欄の()内は、再任用短時間勤務職員であり、それぞれ外書きです。
④表示単位未満を四捨五入して表示しています。

11 昇給への勤務成績の反映状況 (知事部局所属の職員)

区分	6年度	5年度
職員数(A)	13,449人	13,073人
勤務成績の区分が「上位」または「最上位」に決定された職員数(B)	3,680人	3,596人
比率(B)/A	27.4%	27.5%

(注) 勤務成績の区分が「上位」または「最上位」の職員は、「中位」の職員と比べて基本的に1、2号拡大された昇給幅が付与されます。

12 職員数の状況 部門別職員数の状況と主な増減理由 (各年4月1日現在)

部門	区分	職員数(人)		対前年増減数(人)	主な増減理由
		5年	6年		
普通会計部門	議会	147	144	△3	【増加理由】 児童相談体制の強化、子ども子育て支援関連、デジタル化関連の増等 【減少理由】 新型コロナウイルス感染症対応に係る執行体制の見直し等
	総務	4,020	4,268	248	
	税務	3,018	3,003	△15	
	労働	732	751	19	
	農林水産	598	609	11	
	商工	626	677	51	
	土木	5,066	5,096	30	
	民生	3,062	3,111	49	
	衛生	3,568	3,452	△116	
	計	20,837	21,111	274	
普通会計部門	教育部門	68,499	69,844	1,345	実員配置の増減等
	警察部門	47,346	46,929	△417	
	消防部門	19,272	19,549	277	
	小計	155,954	157,433	1,479	
公営企業等会計部門	交通	6,682	6,672	△10	【増加理由】 業務執行体制の強化等 【減少理由】 業務委託の拡大等
	水道	3,493	3,479	△14	
	下水道	2,541	2,526	△15	
	その他	805	827	22	
	小計	13,521	13,504	△17	
合計	169,475 [165,431]	170,937 [166,665]	1,462 [1,234]	(参考:人口10万人当たり職員数 1,209.48人)	

(注) ①職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者、派遣職員等を含み、定年前再任用短時間勤務職員、会計年度任用職員を除きます。
②[]内は、条例定数の合計であり、定年前再任用短時間勤務職員を含み、休職者、派遣職員、会計年度任用職員等を除きます。

7 職員の初任給(給料)の状況

区分	都	国
一般行政職	I類(大学卒)	総合職 200,700円
		一般職 196,200円
	III類(高校卒)	166,600円
警察職	I類(大学卒)	総合職 235,500円
		一般職 227,600円
	III類(高校卒)	191,800円
教育職	大学卒	-
	短大卒	-

(注) 初任給のほか、扶養手当、地域手当、住居手当、通勤手当などが支給されます。

8 退職手当の状況

区分	都		国	
	普通退職	定年等退職	普通退職	定年等退職
勤続20年	23.0月分	19.6695月分	24.586875月分	
勤続25年	30.5月分	28.0395月分	33.27075月分	
勤続35年	43.0月分	39.7575月分	47.709月分	
最高限度	43.0月分	47.709月分	47.709月分	
加算措置	定年前早期退職特例措置(2%~20%加算)		定年前早期退職特例措置(2%~45%加算)	

(注) ①普通退職とは自己都合などによる退職をいい、定年等退職とは定年や勤奨などによる退職をいいます。
②5年度に退職した職員1人当たりの平均支給額は、普通退職で225万円(平均勤続年数6年10月)、定年等退職で2,343万円(平均勤続年数33年6月)となっています。

9 特別職の給料・報酬、期末手当の状況

区分	給料・報酬の月額	期末手当
知事	730,000円(1,460,000円)	6月期 1.75月 12月期 1.75月 計 3.50月
副知事	1,192,000円	
教育長	1,110,000円	

区分	給料・報酬の月額	期末手当
議長	1,019,200円(1,274,000円)	6月期 1.75月 12月期 1.75月 計 3.50月
副議長	920,000円(1,150,000円)	
議員	820,000円(1,025,000円)	

(注) ①特別職の報酬等の額は、学識経験者などで構成される「東京都特別職報酬等審議会」の答申に基づき条例で定められています。
②知事、議長、副議長、議員は、特別条例により、給料・報酬等を減額しています。()内は、減額前の月額です。

お知らせ

11月は

個人事業税第2期分の納期です
8月に送付した納付書で、12月2日までにお納めください。

☎主税局相談広報班 ☎03-5388-2925

東京都最低賃金を 50円引き上げ

10月1日から時間額1,163円に改定。都内で働く全ての労働者に適用。

☎労働相談情報センター ☎0570-00-6110か東京労働局 ☎03-3512-1614

2025水道カレンダーを プレゼント

窓口配布/12月1日より先着順。水道歴史館(2,450部)・水の科学館(500部)・奥多摩 水と緑のふれあい館(800部)で。1人1部。郵送配布/11月22日~12月5日にHPで。都営水道給水区域にお住まいの方、抽選で200人。

☎水道局サービス推進課 ☎03-5320-6326

10月・11月は麻薬・覚醒剤・ 大麻乱用防止運動期間

若い世代の薬物乱用問題を一緒に考えませんか? 「正しい知識」「断る勇気」を身に付け、薬物乱用を根絶しましょう。

「都民大会」11月17日13時~15時20分、都庁大会議場で。ポスター・標語表彰式、高校生会議活動成果発表など。申込/11月12日12時までにHPで。

☎保健医療局業務課 ☎03-5320-4504

11月14日は世界糖尿病デー 都庁舎をライトアップ

40歳~74歳の都民の約4人に1人は、糖尿病発症者がその予備群です。気づかぬうちに糖尿病になることも。定期的に健康診断を受け、生活習慣を見直しましょう。

日時/11月8日~11日・13日・14日 17時45分~21時。シンボルカラーの青色にライトアップ。

☎保健医療局健康推進課 ☎03-5320-4356

肺の健康を考えよう

11月20日は世界COPDデー

長引くせき・たん・息切れなどの症状は、COPD(慢性閉塞性肺疾患)かもしれません。COPDは主に喫煙を原因とする肺の進行性疾患です。この機会に、肺の健康について考え、気になる症状がある場合は先延ばしせず受診しましょう。都ではパンフレットを作成し配布しています。申込はHPで。

☎保健医療局健康推進課 ☎03-5320-4361

11月は乳幼児突然死症候群 (SIDS)対策強化月間

SIDSは、それまで元気だった赤ちゃんが何の予兆や既往歴もないまま死に至る原因の分からない病気です。

発症率を低くするためのポイント

- 1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝かせましょう
- できるだけ母乳で育てましょう
- たばこをやめましょう

赤ちゃんを亡くされたご家族のための電話相談 ☎03-5320-4388(毎週10時~16時、年末年始を除く)

☎福祉局家庭支援課 ☎03-5320-4372

障害者等用駐車区画の 適正な利用にご協力ください

店舗等の駐車場では、車椅子使用者等は、車の乗り降りに広いスペースが必要です。障害者等用駐車区画は必要な方のために空けておくよう、ご協力をお願いします。

☎福祉局生活福祉部 ☎03-5320-4047

実践しよう! 点検・整備とエコドライブ

- 自動車の点検・整備は、運転中のトラブルを防止するだけでなく、CO₂や排出ガスの削減に効果があります。しっかり日常点検と定期点検を行いましょう。
- 環境に優しい運転「エコドライブ」の実践は、燃料の節約や交通事故の減少にもつながります。安全運転を心掛けながら、エコドライブに取り組みましょう。

すぐに始められるエコドライブ

- ・自分の燃費を把握しよう
- ・渋滞を避け、余裕をもって出発しよう
- ・エアコンの使用は適切に
- ・タイヤの空気圧から始める点検・整備
- ・不要な荷物は降ろそう など

☎環境局自動車環境課 ☎03-5388-3521

住宅火災から命を守るため 4大出火原因の対策を!

空気が乾燥する冬は火災が発生しやすく、住宅火災による死者の約5割が12月~2月に集中しています。

- たばこ
 - ・寝たばこはしない
 - ・吸い殻は水に浸けて消す
- ストーブ(特に電気ストーブに注意)
 - ・外出前や寝る前には必ず消す
 - ・布団やカーテンなど燃えやすいものの近くで使用しない
 - ・使用しないときは電源プラグを抜く
- こんろ
 - ・調理中は離れない
 - ・周りに燃えやすいものを置かない

- コード・電源タップ
 - ・家具等で踏みつけない
 - ・タコ足配線にしない

☎東京消防庁 ☎03-3212-2111(火災予防について)防災安全課(内線4195)(火災原因について)調査課(内線5066)

統計調査にご協力ください

よりよい社会を実現するため、総務省・東京都が暮らしに役立つ経常3調査、「家計調査」「労働力調査」「小売物価統計調査」を行っています。調査員が伺いますので、ご回答をお願いします。

☎総務局社会統計課 ☎03-5388-2551

11月の宝くじ発売開始予定日

- 1等1,500万円くじ(100円)* 13日
- 年末ジャンボ宝くじ(300円) 20日(1等前後賞合わせて10億円)
- 年末ジャンボミニ(300円) 20日(1等前後賞合わせて5,000万円)

*この宝くじの収益金は「こどもスマイルムーブメント」の推進に使われます。

☎財務局公債課 ☎03-5388-2685

募集

都営住宅入居者

募集戸数/①家族向・単身者向(一般募集住宅)3,188戸②若年夫婦・子育て世帯向(定期使用住宅)200戸③居室内で病死等があった住宅269戸。申込/11月18日(必着)までに郵送で渋谷郵便局へ。11月1日~18日にHPからも申し込み可。募

集案内・申込書は11月1日~12日(平日)に配布。2日(土)・3日(日)・4日(休)・9日(土)・10日(日)は都庁第一庁舎1階で配布。HPからも入手可。

☎JKK東京 都営住宅募集センター(平日のみ) ☎0570-010-810か ☎03-5467-9269(11月1日~18日)、☎03-3498-8894(上記以外の期間)

11月は児童虐待防止推進月間です



児童虐待防止推進キャラクター OSEKAIくん

児童虐待とは保護者によって子供に加えられた行為で、身体的虐待・性的虐待・心理的虐待・ネグレクト(養育の放棄または怠慢)に分類されますが、ほとんどの場合、重複して起こっています。児童虐待は、皆さんのちょっとした「気づき」や「心配り」で防ぐことができます。

「心配だな」「虐待かな?」と思ったら..... 児童相談所虐待対応ダイヤル

児童虐待の可能性があったら相談機関にご相談ください。 ☎189

子供の健やかな成長のために

体罰などによらない子育てのポイントをHPにまとめています。ダウンロードしてご活用ください。



子育ての悩みや困っていることを相談してください

よいこに電話相談 ☎03-3366-4152

平日9時~21時(土日祝は17時まで、年末年始除く) 聴覚・言語障害者用ファクス ☎03-3366-6036

LINEで相談

親子のための相談LINE

平日9時~23時(受付は22時30分まで) (土日祝)9時~17時



窓口で相談

区市町村の子供家庭支援センター一覧



お問い合わせ

福祉局家庭支援課 ☎03-5320-4127 東京都児童相談センター ☎03-5937-2305

東京都の 子供・子育て支援

018

ゼロイチハチ

サポート

新規申請
受付中!

申請対象者

- 6年度に都内に転入された方
- 子供が生まれた方

子供の育ちを切れ目なく支援するため、都内在住*1の子供*2に月額5,000円を支給しています。所得制限はありません。

すでに申請し、受給している方の手続きは原則不要です。

5年度分の申請がまだの方も、申請できます(最終期限:7年3月15日)

*1 6年度中に都内に住所を有する、または有していた方(原則)
*2 0歳から18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある方

申請はHPで。



マイナンバーカードで申請ができます!

お問い合わせ

018サポート給付金コールセンター ☎0120-056-018(9時~19時)

My TOKYO 都の情報をテーマごとに
わかりやすく発信中!



Tokyo 支援 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



千代田区立神田一橋中学校 通信課程生徒

対象/昭和21年3月31日以前の尋常小学校卒業または国民学校初等科を修了したが、高校に入学資格が無い方(おおむね90歳以上)。または都内に在住・在勤している満65歳以上で、戦後の混乱の影響等により中学校で十分に学べなかった方など。選考/12月7日。申込/11月22日(消印)まで。募集要項・願書は同校(〒101-0003千代田区一ツ橋2-6-14)☎03-3265-5961へ。

☎教育庁義務教育課☎03-5320-6752

公立学校教員志望者向け 個別相談会

12月14日10時~17時20分、オリン

ピック記念青少年総合センター(渋谷区)で。対象/教職に興味のある高校生から社会人、免許のない方も可。現任教員が不安や悩みに直接回答。選考制度に関する相談にも対応。申込/11月4日10時~12月14日にHPで。

☎教育庁選考課☎03-5320-6787

とうきょう健康応援事業 「東京健康UPlus」の協賛店

社会全体で都民の健康づくりを支援するため、7年度からとうきょう健康応援事業を実施。今年度は、本事業にご賛同いただける店舗を募集します。対象/都内の店舗・企業。申込はHPで。

☎同運営事務局☎03-6734-1334か保健医療局健康推進課☎03-5320-4356

TOKYOエシカル プレゼントキャンペーン

Instagramをフォローし
クイズに答えると、
抽選で約100人にエシカル
グッズをプレゼント!

人や社会、環境に
配慮した商品を選ん
で購入する「エシカル
消費」を暮らしに
取り入れるきっかけ
となるキャンペーン
を実施しています。

締切 11月30日まで。

お問い合わせ

同事務局 ☎03-4400-3493(平日10時~18時)
生活文化スポーツ局消費生活部 ☎03-5388-3069



応募方法等詳細はHPで。



職員採用

公立学校 特別支援教室専門員 (会計年度任用職員)

職務/特別支援教室での連絡調整、教材作製、指導記録作成等。資格/教員免許、特別支援教育支援員の業務従事経験等。配置校/都内小中学校。人数/400人程度。採用/7年4月。選考/〈1次〉書類、〈2次〉面接。申込/11月22日(必着)までに郵送で。

☎教育庁特別支援教育課☎03-5320-6746

都立特別支援学校 学校介護職員 (会計年度任用職員)

職務/肢体不自由特別支援学校での児童・生徒の介護。資格/介護業務従事経験、介護福祉士、介護職員初任者研修、各種教員免許(要介護経験)等。配置校/光明学園ほか。人数/100人程度。採用/7年4月。選考/〈1次〉書類、〈2次〉面接。申込/12月6日(必着)までに郵送で。

☎教育庁特別支援教育課☎03-5320-6746

催し

産業交流展

11月6日~29日、特設サイト上で。11月20日・21日・22日10時~17時(22日は16時)、東京ビッグサイトで。「情報」「環境」「医療・福祉」「機械・金属」「スタートアップ」「新製品・新サービス」等の分野を中心に、中小企業の優れた技術や製品を展示。著名人によるセミナーや特別企画も。オンライン展・リアル展ともに登録が必要。

☎同事務局☎03-3233-8390か産業労働局商工部☎03-5320-4672

人権啓発イベント ヒューマンライツ・フェスタ東京

11月9日、イオンモールむさし村山で。デフ卓球デモンストレーション、手話歌パフォーマンス等。11月23日・24日、東京国際フォーラムで。デフリンピック×パラリンピック・インターネットによる人権侵害・LGBTQ+に関するトーク、落語会、車いすバス体験等。時間はいずれも11時~17時。

☎同事務局☎090-2529-9572か総務局人権施策推進課☎03-5388-2588

築地市場跡地を親子で見学 「築地探検隊」

12月1日10時~14時。小学生と保護者、抽選で100人。1人1,000円。「築地まちづくり事業」を知り、歩きながらの市場跡地見学や水上バスからの視察、築地の食文化を体感するバーベキューなど。申込/11月11日までにHPで。

☎都市整備局土地利用計画課☎03-5388-3300

おいしい!たのしい!東京周遊フェス 「TOKYO周獲祭」

11月16日・17日10時~18時(17日は17時)、東京国際フォーラムで。都内のご当地グルメや地酒・クラフトビール等の提供、地域の特産品の販売など。都内の観光地を疑似旅行体験できるVR動画コーナーや専門スタッフによる観光情報案内、親子で楽しめるワークショップも。被災地復興支援の一環として、石川県、山形県の特産品ブースも出店。

☎同事務局☎03-4400-4784か産業労働局振興課☎03-5000-7319

島しょ物産展

11月24日10時~16時、調布飛行場ターミナルで。伊豆・小笠原諸島の魅力あふれる特産品を、品数を増やして販売。移住定住相談ブースも併設。

☎港湾局離島港湾部☎03-5320-5652

東京港夜景観賞ツアー

11月27日18時30分、TOKYOミナトリ集合。抽選で250人。東京港の夜景をミナトリエと水上バスから観賞。申込/11月11日までにHPで。

☎東京都港湾振興協会☎03-5500-2585

水上バスと資料館で学ぶ 東京の防災と治水

12月11日12時45分、水上バス小豆沢発着場集合。発災時の物資輸送など災害対応の役割を果たす水上バスを用いて、都

の防災について学ぶ。都内在住・在勤・在学の6歳以上の方、抽選で36人(小学生は保護者同伴)。申込/11月6日~20日にHPで。

☎建設局河川部☎03-5320-5408

庭紅葉の六義園 夜間特別観賞

11月22日~12月4日18時~20時30分(最終入園は19時30分)。都内有数の紅葉の名所・大名庭園を、夜間に特別開園しライトアップ。夜間特別観賞券(900円)はHPで要事前購入。当日券(1,100円・枚数制限有)は現金のみ。

☎同園☎03-3941-2222

Clear Sky Tokyo!! みんなで東京の空を考えよう!

11月23日13時・15時、光が丘IMA(練馬区)で。大気環境について楽しく学ぶイベント。出演/テツandトモ(お笑いコンビ)、そらジロー。

☎環境局環境改善部☎03-5388-3596

特別支援学校総合文化祭

「音楽会」11月20日10時~15時10分、オリンピック記念青少年総合センター(渋谷区)で。「オセロ大会」12月6日9時30分~15時10分、北特別支援学校およびオンラインで。

☎教育庁特別支援教育指導課☎03-5320-6868

「障害者週間」記念の集い ふれあひフェスティバル

12月4日13時~15時30分、都庁大会議場で。抽選で350人。障害者自立生活者や障害者自立支援功労者の表彰式典、トークショー、サイエンスショー、ダンスパフォーマンス等。申込/11月20日(消印)までにHPかファクス、往復はがきに代表者の氏名・住所・電話・人数(うち障害者数・障害の種類・車椅子利用者数・客席への移乗の可否・ヒアリンググループ希望者数)を書き、日本チャリティ協会(〒160-0022新宿区新宿1-18-12-3階)☎03-3359-7964へ。

☎同協会☎03-3341-0803か福祉局障害者施策推進部☎03-5320-4147

インターネットの利用にも 「ルール」と「マナー」があります

インターネットやSNSの普及に伴い、その匿名性や拡散性などから誹謗中傷等の書き込みによる被害が発生しています。

SNSなどの利用にあたっては、書き込みの相手や読み手に配慮することが大切です。差別的な発言、承諾がない本人情報の暴露(いわゆるアウティング)、誹謗中傷等の書き込みを行うことは止めましょう。

悪質な書き込みは、民事上・刑事上の責任を 問われる可能性があります。

東京都人権プラザでは、インターネット上の誹謗中傷等の被害に関するLINE相談を行っています。

「インターネットにおける人権侵害」に関するLINE相談

月・金(祝・年末年始除く)16時~22時(受付は21時30分まで)

お問い合わせ 総務局人権部 ☎03-5388-2584



都庁 SNS

LINE

LINE



X (旧 Twitter)

X



Facebook

f



Instagram

Instagram



地域参加のトビラつながる 見本市

12月7日13時~17時30分、中野セントラルパークカンファレンスで。人生100年時代を自分らしく楽しむため、身近な地域で参加できる趣味、学び、ボランティアなどの活動を紹介。専門家による講演のほか、地域参加の実践者によるトークセッションや小断こぼなしかるた、体操などの体験型イベントも。一部事前申込有。
☎ 同事務局 ☎050-1807-5753か福祉局在宅支援課 ☎03-5320-4275

都民クルーズ 客船「にっぽん丸」

「熱海花火と小笠原クルーズ」12月7日~13日(6泊7日、朝夕食各6回、昼食5回)を通常価格の10%引きでスーパーアツイン10室(2名1室利用で大人1人415,800円)。東京港発着。申込/11月11日(消印)までにHPかはがきに催し名・人数・全員の住所・氏名・生年月日・電話を書き、クルーズのゆたか倶楽部(株)(〒101-0044千代田区鍛冶町2-5-15) ☎03-5294-6261へ。応募多数の場合抽選。
☎ 港湾局振興課 ☎03-5320-5529

いずれも14時~15時40分。各日抽選で50人。②③託児有。早期発見や支援につなげるために、お金に関するDVを中心に暮らしの中で気付にくいDVの実態を知る。申込/①11月15日②③25日(託児は22日)までにHPで。
☎ 同プラザ ☎03-5467-1714

監察医務院公開講座

11月28日13時30分~15時、社会福祉保健医療研修センターで。当日先着200人。「東京都監察医務院について」「東京都23区で取り扱う異状死の傾向」の講演。
☎ 同院 ☎03-3944-1481

消費生活総合センター 「くらしに役立つ消費生活講座」

①「エシカル消費~商品の選択で私たちができる社会貢献とは?」11月19日19時~21時、ライブ配信。22日12時~28日12時、録画配信。22日14時~16時、同センターで録画上映。②「デジタル社会に潜む脅威と対策~インターネットとうまくつき合うには」11月26日19時~21時、ライブ配信。29日12時~12月5日12時、録画配信。11月29日14時~16時、同センターで録画上映。同センターでの録画上映は各回抽選で50人。申込/11月11日までにHPで。
☎ 同センター ☎03-3235-1157

東京都立大学 「グローバル教養講座」

11月14日16時50分~18時、同大学南大沢キャンパスで。抽選で100人。国際的に活躍する台湾の元デジタル発展相のオードリー・タンさんによる講義。同時通訳有。申込/11月8日12時までにHPで。
☎ 東京都立大学法人経営企画室 ☎03-5990-5388

プラチナナースセミナー

「プラチナ世代の面接対策 言葉の数より大切なこと」11月30日13時30分~16時、東京都ナースプラザで。会場100人、オンライン80人。おおむね50歳以上の看護職を対象としたキャリア継続に向けたセミナー。申込/11月26日までにHPで。
☎ 同プラザ ☎03-6304-2940か保健医療局医療人材課 ☎03-5320-4447

公開講座 池谷裕二講演会

「脳とAIの未来~ AIは教育をどう変えるか」12月12日19時~20時30分、全電通労働会館(千代田区)で。抽選で300人。申込/11月12日までにHPで。当選者のみ通知。
☎ 東京都私学財団 ☎03-5206-7922

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」11月1日・15日13時~15時30分。②「教養講座」11月24日13時30分~16時。聴覚障害/③「文章教室」11月6日~27日の毎週13時30分~16時。各日40人。①③東京都障害者福祉会館②多摩障害者スポーツセンターで。④「コミュニケーション教室」11月23日~12月7日、オンラインで。⑤「社会教養講座」11月1日よりオンラインで。申込/①~③は開催日前の平日17時までに①電話で東京都盲人福祉協会 ☎03-3208-9001②はHP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、FAX ☎03-5464-6057④は10月31日~11月14日にHPかファクスで東京都中途失聴・難聴者協会 FAX ☎03-5919-2563⑤は教育庁生涯学習課HPへ。
☎ 教育庁生涯学習課 ☎03-5320-6859

配偶者暴力(DV)防止講演会 「お金にまつわるDVって?」

①11月23日、オンラインで②12月1日、東京ウィメンズプラザで③12月4日、八王子市クリエイトホールで録画上映。

教員の働き方改革にご理解を!

公立学校の教員が、子供たちと向き合う時間や授業の質を高めるための授業準備の時間を十分に確保できるよう、働き方改革の取り組みを進めています。

教員の正規の勤務時間

8時15分~16時45分

学校によって異なります

保護者・地域社会の皆さんへ

- ☑ 学校への連絡は、勤務時間中にお願いします
- ☑ 目的に応じて、学校行事の統合・縮小を進めています
- ☑ 地域行事等へ教員が参加できない場合があります

働き方改革について



「働き方改革」を進めることで、大きな変化を伴うこともあります。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

お問い合わせ 教育庁労働課 ☎03-5320-7492

学校現場にあなたの力を!

TEPRO Supporter Bankでは、学習や部活動の支援、教員の事務支援等、さまざまな活動にご協力いただける方を募集しています。



学生や主夫・主婦、退職後の方など多くの方が活動しています!

- 活動場所 都内の公立学校(小・中・高・特別支援学校等)
- 活動形態 有期労働・パートタイム、ボランティア(有償・無償)

研修と面談を実施していますので、学校での活動経験がない方も、安心して学校活動に参加できます。

お問い合わせ 東京都教育支援機構(TEPRO) ☎0120-389-055

登録等詳細はHPで。



生涯学べる100歳大学 /

「東京都立大学 プレミアム・カレッジ」 募集開始!

生涯現役社会の実現に向け、都立大学南大沢キャンパスで開講する「東京都立大学プレミアム・カレッジ」の7年度の本学受講生を募集します。50歳以上のプレミアム世代に向けた新たな学びに挑戦してみませんか。

プレミアム・カレッジの特徴

- 首都・東京をフィールドに、専任の教授陣による独自カリキュラム
- 都が持つ資源を最大限活用したフィールドワーク
- 全員がゼミナールに参加し、修了論文の作成やプレゼンテーションを実施

- 対象 50歳以上の方(定員55人程度)
- 在学期間 本科:1年(週3日~4日程度の通学)
- 受講料 20万円
- 入学選考 小論文および面接(選考料1万円)

- 出願期日:11月26日(必着)まで。募集要項(願書)はHPか電話で事務局(☎03-6272-6027)へ請求。
- 選考:〈1次〉小論文(出願書類と共に郵送で提出)〈2次〉面接(7年1月12日南大沢キャンパス)
- 合格発表:7年1月24日

※模擬授業を配信中。内容等詳細はHPをご覧ください
※本科修了後「専攻科」(2年目)、「研究生コース」(3~4年目)に進むことで最長4年間学び続けることができます

お問い合わせ 東京都立大学 ☎042-677-1111(代表)



東京都提供
テレビ番組

東京サイト
(テレビ朝日 月~金13時45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 月21時54分~)



東京インフォメーション
(TOKYO MX 月~金7時15分~)



TOKYO 縁ジョイ!

2025東京都シニア・コミュニティ交流大会

シニア世代の皆さんが日頃から親しんでいる趣味を通じた交流大会を開催します。

縁ジョイサポーター

カラオケ/香西かおりさん、囲碁/吉原由香里さん、将棋/中川大輔さん
健康マージャン/井出洋介さん、ダンススポーツ/大西兄妹(大西大晶・大西咲菜組)

参加条件 都内在住で、7年4月1日時点で60歳以上の方
※ダンススポーツは、ペアのうち1人は都内在住

種目	開催日時	会場	募集人数
カラオケ	1月25日10時30分	小金井 宮地楽器ホール	約100人
囲碁	2月1日10時	武蔵野の森 総合スポーツプラザ	約100人
将棋			約100人
健康マージャン	2月8日10時	武蔵野の森 総合スポーツプラザ	約300人
ダンススポーツ			約30チーム(団体) 約200組(個人)

※競技終了後、表彰式(入賞・特別賞等)を実施

参加費 1種目につき1人1,000円

申込 12月6日(必着)までにHPか申込書(大会事務局から郵送かHPで入手可)を郵送で。申込多数の場合抽選。

お問い合わせ

〈内容・申込等について〉同大会事務局 ☎03-6272-6099 (平日10時~17時)
〈事業について〉生活文化スポーツ局スポーツレガシー活用促進課 ☎03-5388-2846



自転車、アーバンスポーツなどを体験

「マルチスポーツ」開催

ブレイキンやBMXのデモンストレーション、スポーツ選手・タレント等によるトークショーなどを実施します。一部有料・事前申込有。

日時 12月1日9時30分~16時30分

会場 青海NOPI区画
シンボルプロムナード公園

内容 アーバンスポーツやパラスポーツなどの体験、自転車レース(クリテリウム)観戦、BMXのデモンストレーション ほか



ブレイキンのShigekix選手も来場!

サイクルイベント「レインボーライド」開催に伴う交通規制

- 12月1日4時頃~14時頃、レインボーブリッジ(首都高速)
 - 12月1日6時頃~13時頃、レインボーブリッジ(一般道)および東京ゲートブリッジ、お台場・青海・有明・若洲地区周辺道路
- 交通規制の詳細はHPをご覧ください。



お問い合わせ

〈イベントについて〉GRAND CYCLE TOKYO事務局
☎03-4446-2991 (平日10時~17時)
〈事業について〉生活文化スポーツ局国際大会課
☎03-5000-7418



2025都民芸術フェスティバル

- 鑑賞券は、各主催団体でお求めください。寄席芸能(無料)は、下記によりお申し込みください。
- 各公演の詳細は、都民芸術フェスティバルHPで。掲載以外の公演も有。
- 日程・内容等が変更となる場合があります。最新の内容等はHPでご確認ください。

演目	日程	会場	発売日・主催団体
寄席芸能	入船亭扇遊、柳亭小痴楽	1月19日	S&Dたまぐーセンター(青梅市)
	三遊亭遊雀、三遊亭わん丈	1月25日	多摩市立関戸公民館
	「浪曲の会」 天中軒雲月、富士琴美	2月9日	武蔵野公会堂
	柳家さん喬、春風亭昇也	2月14日	くにたち市民芸術小ホール
	「講談の会」 神田松鯉、宝井琴調	2月15日	国分寺市立いづみホール
	五街道雲助、桂文治	2月22日	和光大学ポブリホール鶴川(町田市)
	三遊亭小遊三、古今亭文菊	2月24日	プリモホールゆとろぎ(羽村市)
	春風亭昇太、林家たい平	3月7日	狛江エコルマホール
オペラ	藤原歌劇団創立90周年記念公演「ファルスタッフ」	2月1日・2日	東京文化会館
	日本オペラ協会公演「静と義経」	3月8日・9日	東京文化会館
	東京二期会オペラ劇場「カルメン」	2月20日・22日・23日・24日	東京文化会館
バレエ	東京バレエ団 ベジヤールの「くるみ割り人形」	2月7日・8日・9日	東京文化会館
	スターダンサーズバレエ団 リラックスパフォーマンス「シンデレラ」	2月15日・16日	新国立劇場
オーケストラ	東京交響楽団	1月20日	東京都交響楽団
	日本フィルハーモニー交響楽団	1月21日	東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団
	読売日本交響楽団	1月28日	新日本フィルハーモニー交響楽団
	東京フィルハーモニー交響楽団	2月14日*	NHK交響楽団
室内楽	Midtown Brass Japan(金管五重奏)	1月14日	チェロ&ピアノ
	クロマティック・ハーモニカ&ギター	2月13日	

お問い合わせ 各公演については主催団体へ。 都民芸術フェスティバルについては東京芸術劇場 ☎03-5391-2116

「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 ☎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(警視庁・東京消防庁は除く)へ問い合わせができます。



Tokyo Tokyo

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



世帯と人口

754万9,266世帯
人口1,418万3,261人(男:695万7,446人 女:722万5,815人)
*参考:外国人数 69万4,063人

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



古紙リサイクル率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(6)18

開催まで1年! 世界陸上×デフリンピック アスリート対談!



Ryuji Miura
世界陸上
三浦龍司選手

Mio Okada
デフリンピック
岡田海緒選手

ステップアップを実感できる大会に

金メダルを獲って恩返ししたい

ともに陸上競技で活躍する三浦龍司選手と岡田海緒選手に、世界陸上とデフリンピックの見どころや意気込みを語っていただきました。

撮影/大村聡志

世界陸上×デフリンピック 2025年に開催!

——来年、世界陸上とデフリンピックが東京で行われます。今の率直なお気持ちを教えてください。

三浦 すごく貴重な機会だと思います。競技や選手に興味・関心を持っていただくきっかけになれば嬉しいです。特に外国人選手の活躍は海外に行かないと見られないですし、世界記録もどんどん更新され、全体的なレベルが上がっているので、すごく盛り上がるのではないのでしょうか。

岡田 生まれ育った東京で開催されるので、家族や友人、お世話になっている方々に直接これまでの成果を見てもらえる、千載一遇のチャンスだと思っています。ぜひ会場でスポーツの感動を肌で感じてほしいです。デフリンピックはまだまだ認知度が低くてきこえない・きこえにくい人(聴覚に障害のある人)がパラリンピックに含まれると思っている方も多いので、別の大会であることを知っていただけたら嬉しいです。

デフ特有の見えるコミュニケーションにも注目!

——デフリンピックは競技ルールなどに違いはあるのでしょうか?

岡田 基本的なルールは一緒ですが、特徴的なのは手話言語を使ったコミュニケーションですね。



Profile●2002年島根県生まれ。東京2020オリンピック3000m障害に出場し、日本人初入賞の7位入賞。ほか、数多くの日本記録を保持している。

ほかにも、競技の進行や大会運営をスムーズに行うため、ランプやフラッグといった視覚で情報を得られるツールを効果的に活用しているので、そこも楽しめるポイントです。

三浦 すごく興味深いです。同じくスポーツに取り組む者として、来年のデフリンピックを楽しみにしています。

岡田 ありがとうございます。三浦選手のご活躍はずっと拝見していたので、お会いするのを楽しみにしていました。手話単語もいくつか覚えてくださって、とても嬉しいです。

三浦 こちらこそ、すごく気さくに話して下さるおかげでリラックスできています。岡田選手も僕と同じくミドル(中距離走)をやられているので、親近感がありますね。

大会に懸けるそれぞれの思い

——大会での目標と、目標達成のために励んでいること、気を付けていることなど教えてください。

三浦 東京2020オリンピックに続いて東京で開催される国際大会なので、どのくらい成長できているかを皆さんにお見せできるいい機会だと思っています。僕自身もステップアップしていることを実感できる大会にしたいです。まずは冬の駅伝に向けて練習しつつ、世界陸上を目指して調整していく予定です。とにかく練習を継続することが大切だと思っているので、食事の管理や身体のメンテナンス、感染症の予防などは日頃から気を付けています。

岡田 これまでのデフリンピックや世界デフ陸上で、銀メダルと銅メダルを獲得しましたが、金メダルだけがまだなんです。私の地元である東京で金メダルを手にし、応援して支えて下さっている皆さんに恩返しをしたいと思っています。そのために、まずは11月末にあるデフリンピックの



Profile●1997年東京都生まれ。ブラジル2021デフリンピック女子1500mで銅メダル獲得、男女混合4×400mリレーで6位入賞を果たす。

選考会に向けて、練習メニューに取り組んでいます。基本的には三浦選手と同様ですが、練習がうまくいかなかったり落ち込んだりしたときに、それを次の日に持ち越さないように気を付けています。そのためにはしっかり寝る!

三浦 僕も一緒です、メンタルを切り替えるなら寝るのが一番ですね。

——音声を多言語で表示する透明ディスプレイを体験していかがでしたか?

岡田 リアルタイムに文字が表示されるところが素晴らしいです。何よりも優れていると感じたのが、透明であること。きこえない・きこえにくい人にとっては表情も重要なポイントなので、相手の顔が見えるところが一番良いと感じました。こうしたツールを活用し、音声言語が中心の社会で耳がきこえにくくても、手話言語が分からなくても、当たり前前にコミュニケーションがとれる世の中になったら素敵ですね。

三浦 そうですね、新しい技術やツールによってみんなが心にゆとりを持てるようになれば、お互いに優しく接することができて過ごしやすい社会になる気がします。

↓詳しくは3面をチェック!

2024年11月15日・16日にデフ1年前イベント開催



一人ひとりと生きるまち。  東京都