



2014年(平成26年)8月25日 第1691号

発行/足立区
編集/報道広報課
〒120-8510 足立区中央本町1-17-1
代表番号/3880-5111
区長へのファクス/3880-5678
区長へのメール/voice@city.adachi.tokyo.jp
足立区ホームページ
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

足立区公式フェイスブックページ
www.facebook.com/adachi.city

あだち 広報



あなたの“押しキャラ”を見つけよう! 応援しよう!

足立 キャラクター図鑑リニューアル記念

あだち キャラクター人気投票

投票期間 開催中～9月25日

区で活躍するキャラクターたちを紹介している、区の公式ホームページ内の「足立 キャラクター図鑑」に、新しい仲間が加わりました。図鑑のリニューアルを記念して、キャラクターたちの人気投票を開催します。一番人気があったキャラクターには、もちろん“ごほうび”が…!

■問い合わせ先=広報係 ☎3880-5815



- ▲えだまめ君とごまつなちゃん
- ▲エラビー
- ▲さるぴょん
- ▲ジョーとプー
- ▲節子ちゃん
- ▲チャップン
- ▲てる丸くん
- ▲はぐくみん
- ▲ハムハム
- ▲はりきり! すけ坊
- ▲ビュー坊
- ▲マニャビ
- ▲ミドスケとハナ子
- ▲ミリー・ドリー・リリー
- ▲りぼんちゃん

※投票対象は区が現在行っている事業推進のために活躍しているキャラクターに限ります。民間のキャラクターなどは含まれません。

投票はこちらから▶▶

足立 キャラクター図鑑から投票

区の公式ホームページ
(<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>)
→ 足立の魅力BOX → 足立 キャラクター図鑑



区の公式フェイスブックから投票

www.facebook.com/adachi.city

※投票の結果は区のホームページなどで10月以降公表



今号の主な内容

4面

9月は自殺対策強化月間

8～11面

近所 de まなびナビ

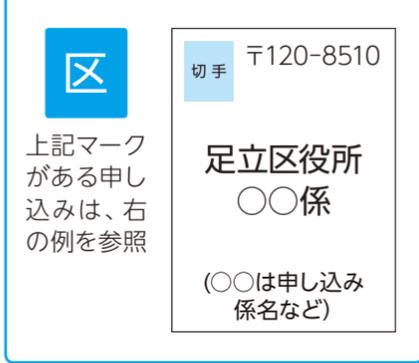
12面

災害に備えよう

■申込…申し込み方法 ■期限…申込期限
■場・申・問先…場所・申込先・問い合わせ先
※費用の記載がないものは無料

☎…電話番号 ☎…ファクス番号
🌐…ホームページアドレス
✉…Eメールアドレス

郵送申し込み記入例



月12日～10月11日生まれの子どもと保護者
■内容=1歳児の食生活の話/レシピ紹介
■定員=15組(8月26日から先着順)
■申込=電話
■場・申・問先=江北保健総合センター保健栄養担当
☎3896-4004

母子講演会「今日からはじめる事故予防」

■日時=9月29日(月)、午後2時～3時30分
■対象=区内在住の1歳以下の子どもの保護者
※子ども同伴で受講可
■内容=誤飲や怪我等、家庭内で起こりうる事故の予防ポイントと事故の際の対処法を学ぶ
■定員=30人(先着順)
■申込=電話または窓口
■場・申・問先=竹の塚保健総合センター地域保健係
☎3855-5082

健康・衛生

健康あだち21「足立区民健康まつり」

■日時=9月6日(出)、午後2時～4時
■場所=区役所庁舎ホール、1階区民ロビー
■内容=▷健康相談…内科/外科/眼科/耳鼻咽喉科/皮膚科/泌尿器科/産婦人科/歯科/柔道接骨/葉の相談など
▷検査・体験…心電図(先着42人)・血圧・尿検査/歯周病・むし歯の感受性テスト/体力測定/血糖自己測定/はつらつ体操など
▷展示…児童・生徒の各種ポスターコンクール作品/有害薬物の

見本など
■申込=不要 ※当日直接会場へ
■問先=▷イベント内容…足立区医師会 ☎3840-2111
▷そのほか…区・衛生管理係 ☎3880-5891

呼吸器病教室「大人のスポーツ吹き矢」

■日時=10月7日(火)、午後2時～4時
■場所=区役所庁舎ホール
■対象=ぜん息などの呼吸器疾患がある20歳以上の方や家族など
■内容=呼吸を整えて矢を吹き、腹式呼吸を身につける
■定員=30人(8月26日から先着順)
■申込=電話
■申・問先=お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

子育て・教育

栄養教室「離乳食から幼児食へのステップアップ」

■日時=9月11日(木)、午前10時30分～11時30分
■対象=25年5

子どもと一緒に参加する親の学び場「風の子カルチャー」(10月～12月分)

■日時等=表1
■対象=2カ月～就学前の子どもの保護者
※子ども同伴で受講可
■定員=各10人程度(抽選)
■費用=1回500円
※材料費が別途必要
■申込=住所、氏名(フリガナ)、電話番号、講座名、場所を往復ハガキで送付
※返信面にも宛名を記入。1枚につき1講座、1人3通まで。同一講座への複数申し込みは不可
■期限=9月5日(金)消印有効
■申先=東綾瀬区民事務所 〒120-0004 東綾瀬1-5-17
■問先=ボランティアグループ風の子カルチャー事務局(月～土曜日、午前10時～午後5時) ☎080-1242-3553
区・こども支援センターげんき ☎3852-3535

表1 風の子カルチャー(10月～12月分)日時等

Table with columns: 場所, 曜日, 時間, 講座名, 日程. Rows include activities like 'チャレンジ着付け', 'フラダンス入門A', 'ヨガ教室A', etc.

※場所の「A」は東和地域学習センター、「B」はこども支援センターげんき、「C」は愛恵まちづくり記念館(関原の森内、駐車場は使用不可)。時間の「午前」は午前10時30分～正午、「午後」は午後1時30分～3時

認可保育園・区立認定こども園・認証保育所・小規模保育室をご利用の皆さんへ

認可保育園・区立認定こども園(長時間保育)保育料の減額制度
■減額事由等=表2
減額金額=減額事由や児童の年齢によって異なる。2つ以上の減額事由に当てはまる場合は、最も減額されるものを適用
※表2★を除く
■申込=申請書と必要書類を☎へ郵送または持参
※申請書は子ども・子育て支援課 入園事務係または区内認可保育園・区立認定こども園で配付す

るほか、区のホームページからもダウンロード可。減額金額など、くわしくはお問い合わせください。
■申・問先=入園事務係 ☎3880-5263
認証保育所などの利用者助成制度
■対象=認証保育所・小規模保育室などの利用者
■内容=利用負担額の一部を助成
※助成額など、くわしくはお問い合わせください。
■問先=保育支援係 ☎3880-5428

表2 認可保育園・区立認定こども園(長時間保育)保育料の減額事由等

Table with columns: 減額事由, 申請に必要な書類. Rows include '生活保護を受けるようになった', '26年度の区民税が非課税または免除となった', etc.

※保育料減額が適用される場合は、一部を除き申請した月の翌月から適用(月の初日に申請した場合を除く)
※申請手続きが遅れた場合、申請月以前に遡っての適用不可(★を除く)

放射線量の調査(雨天時を除く、平日)

Table with columns: 日付(8/1~15), 測定値(マイクロシーベルト/時). Values range from 0.08 to 0.09.

計測場所=区役所前中央公園(地上から高さ50cm)
■問先=足立保健所生活衛生課 生活衛生係 ☎3880-5374

左記マークがある
申し込みは、
P2左上を参照

足立区ホームページアドレス
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

10月1日から水痘・高齢者肺炎球菌ワクチンの制度が変わります

水痘ワクチン

■対象等=1~4歳の子ども ※1~2歳の子どもは2回接種。3~4歳の子どもは過去に一度も接種をしたことがない場合、経過措置として27年3月31日までに1回接種が可能。21年10月2日~25年10月2日生まれの子どもに9月末に予診票を送付

高齢者肺炎球菌ワクチン

■対象等=26年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方/101歳以上の方/60~64歳で身体障害者手帳1級相当の内部疾患があり、過去に一度も高齢者肺炎球菌ワクチンを接種したことがない方 ※区が管理する接種記録に、接種の記録がない方へ予診票を送付 ■費用=4,000円 ※生活保護受給者、中国残留邦人等の支援給付金受給者は自己負担金全額免除

—いずれも—

■内容=予防接種法で定める定期接種に新たに追加 ※現在行っている任意の助成制度は9月30日で終了 ■問先=保健予防係

☎3880-5892



福祉・高齢医療

成年後見・相続・遺言無料相談会

■日時=9月6日(土)、午前10時~

午後4時 ■内容=司法書士などによる成年後見制度の利用や相続・遺言などの相談 ■定員=28人 (8月26日から先着順) ■申込=電話 ■場・申先=権利擁護センターあだち(千住庁舎内) ■問先=▷相談会…権利擁護センターあだち

☎5813-3551

▷そのほか…区・高齢援護係

☎3880-5269

知的障がい者移動支援従事者養成研修(4日制)

■日時=▷講義…11月26日(水)~28日(金)、午後1時~6時 ▷演習…11月29日(土)または30日(日)、午前9時~午後5時 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=障がいのある方との上手な向き合い方を学ぶ ※受講後、区内で知的障がい者の移動支援に従事することが可能になる ■定員=30人(選考) ■申込=住所、氏名、生年月日、電話番号、勤務先または学校名、受講動機、演習の第1・2希望日をハガキで送付 ■期限=9月19日(金)必着 ■場・申・問先=障がい福祉センター生活体験室 〒121-0816梅島3-31-19

☎5681-0131

73歳以上の区民に無料マッサージ(9月分)

■日時等=▷9日(火)・23日(祝)…竹の塚障がい福祉館 ▷14日(日)・28日(日)…勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内) ※いずれも午前9時10分~午後3時10分。定員になり次第終了 ■定員=各48人(先

着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時~午後8時) ☎3880-0039

もの忘れ相談(9月分)

■日程等=表4 ■対象=65歳以上の方と家族 ■申込=電話または窓口 ■問先=介護予防係

☎3880-5885

表4 もの忘れ相談(9月分)日程等

場・申・問先 (地域包括支援センター)	日程
伊興 ☎5837-1280	18(木)
さの ☎5682-0157	25(木)
関原 ☎3889-1487	30(火)
千寿の郷 ☎3881-1691	10(水)
千住本町 ☎3888-1510	22(月)
西綾瀬 ☎5681-7650	17(水)
西新井 ☎3898-8391	30(火)
西新井本町 ☎3856-6511	11(木)
一ツ家 ☎3850-0300	29(月)
保木間 ☎3859-3965	18(木)
本木関原 ☎5845-3330	4(木)

介護予防「はつらつ教室」(8日制)

■日時=9月26日~11月14日の毎週金曜日、午後1時~2時30分 ■対象=区内在住の65歳以上で、

介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方 ■内容=水中ウォーキングなど ■定員=20人(選考) ■申込=申込書をファクス・郵送または持参 ※申込書はスイムスポーツセンターで配付するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■期限=9月17日(水)必着 ■場・申・問先=スイムスポーツセンター(うきうき館)(9月16日(火)休館) 〒121-0812西保木間4-10-1

☎3850-1133 ☎3860-6903

■問先=区・介護予防係

☎3880-5885

ストーマ(人工肛門や人工膀胱)セミナー

■日時=9月27日(土)、午後1時30分~4時30分 ■対象=ストーマを造設している方や家族など ■内容=国立がん研究センター中央病院の皮膚・排泄ケア認定看護師による講演「ストーマとじょうずに付き合うために」など ■定員=60人(8月26日から先着順) ■申込=電話または住所、氏名、電話番号をファクス ■場・申・問先=障がい福祉センター自立生活支援室

☎5681-0132 ☎5681-0137

福祉・高齢医療は、
4面に続きます

献血(9月分)

体調などの条件により、献血できない場合があります。

日程	場所	時間
3(水)	足立自動車検査登録事務所(南花畑5-12-1)	午前10時~11時30分/午後0時45分~4時
4(木)	ライフ竹の塚店(西伊興4-1-22)	午前9時30分~午後4時
26(金)	西新井駅西口	午前10時~11時30分/午後0時45分~4時
27(土)	西友青井店(青井3-1-1)	午前10時~11時30分/午後0時45分~4時

※運転免許証や保険証など、本人確認ができるものを持参

■問先=▷献血の条件…都・赤十字血液センター

☎5534-7550

▷実施場所など…区・衛生管理係

☎3880-5891

休日接骨院当番所(9月分)

骨折や脱ぎゅう、ねんざ・打撲などの応急施術を当番制で行っています。

日程	当番所名(所在地)	電話番号
7(日)	星接骨院(栗原3-2-11)	3886-3328
	親愛整骨院(保塚町12-21コアクレスト保塚)	3850-3006
14(日)	あやせ駅前鍼灸接骨院(綾瀬3-6-6)	3629-3227
	小平鍼灸接骨院(千住中居町28-9)	3882-9191
15(祝)	みやかわ整骨院(伊興5-21-9)	5647-9739
	白川接骨院(東保木間2-1-6天満屋ハイツ101)	3885-8665
21(日)	高砂名倉堂接骨院(足立4-24-2)	6808-1705
	西新井名倉岡村接骨院(西新井本町3-11-9)	3898-5696
23(祝)	誠真接骨院(綾瀬2-18-6-105)	5680-5516
	力神堂整骨院(本木1-21-1)	3887-5804
28(日)	白川接骨院(大谷田5-8-4)	5697-0325
	武笠接骨院(江北4-9-2)	3890-0346

※いずれも時間は午前9時~午後5時

■問先=▷施術…各当番所 ▷制度…健診事業係

☎3880-5121

長寿健康増進事業(10月分)

「趣味・生きがい・仲間づくりでイキイキ健康に」

■日時等=表3 ■対象=区内在住で75歳以上の後期高齢者医療被保険者 ■申込=電話または窓口 ※窓口の場合は後期高齢者医療被保険者証を持参

表3 長寿健康増進事業(10月分)日時等

場・申・問先 (地域学習センター)	日時	内容	定員
興本 ☎3889-0370	14(火)、 午前10時30分~11時30分	寝ながらできる「ゆったりヨガ」	10人
	19(日)、 午後2時~3時30分	笑って健康興本寄席	20人
新田 ☎3912-3931	16(木)、 午前10時~午後2時	元気に冬を迎える体をつくる養生ごはん	16人
中央本町 ☎3852-1431	23(木)、 午後1時~3時	歌声喫茶「懐かしのメロディー」	40人
東和 ☎3628-6201	16(木)、 午前10時~正午	スポーツ吹矢を楽しむ	20人
舎人 ☎3857-0008	23(木)、 午後1時30分~3時	手の運動で脳を活性化 ペーパークラフトで動物づくり	15人
花畑 ☎3850-2618	16(木)、 午前10時30分~午後0時30分	季節の料理教室 秋	16人
保塚 ☎3858-1502	27(月)、 午後1時30分~3時	立礼による茶道 イスに座れる秋のお茶会	15人

※いずれも8月26日から先着順

このマークは、野菜を食べやすい環境をつくり、糖尿病予防を進める「あだちベジタライフ~そうだ、野菜を食べよう~」関連事業です。

そのほかの関連事業など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=健康づくり係 ☎3880-5433

4

お知らせ・情報コーナー

凡例

■申込…申し込み方法 ■期限…申込期限
■場・申・問先…場所・申込先・問い合わせ先
※費用の記載がないものは無料

☎…電話番号 ☒…ファクス番号
☎…ホームページアドレス
☒…Eメールアドレス

福祉・高齢医療は、3面からの続きです

福祉・高齢医療

臨時福祉給付金、子育て世帯臨時特例給付金の申請

対象となる方などへ申請書を発送、受け付けを開始

対象 = 臨時福祉給付金…26年1月1日時点で区内に住民登録があり、26年度分の住民税が非課税の方
公務員の方の子育て世帯臨時特例給付金の申請方法
申込 = 勤務先から交付された申請書、受給状況証明書、振込口座が確認できる書類などを封筒に入れ「臨時給付金担当 公務員用申請書在中」を明記し区へ郵送

ている/25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満
期限 = 27年1月28日(水)

申請受け付け後に審査があります
申請受け付け後、1~2カ月程度で審査結果を送付します。決定となった方へは口座振込で支給します。混雑の状況により支給が遅れる場合がありますのでご了承ください。

公務員の方の子育て世帯臨時特例給付金の申請方法

申込 = 勤務先から交付された申請書、受給状況証明書、振込口座が確認できる書類などを封筒に入れ「臨時給付金担当 公務員用申請書在中」を明記し区へ郵送

ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

申・問先 = 区・臨時給付金担当 ☎3880-9901
問先 = 給付金についての厚生労働省の相談専用ダイヤル ☎0570-037-192

都内各重症心身障がい児(者)通所施設の通所者募集

入所時期 = 27年4月以降
対象 = 区内在住の重症心身障がい児(者)
支援内容 = 生活介護/児童発達支援
定員 = 若干名(選考)
申込 = 窓口
期限 = 9月30日(火)
申・問先 = 足立福祉事務所(表1)
問先 = 障がい施策推進担当 ☎3880-5255

表1 足立福祉事務所一覧

Table with 2 columns: 申・問先 (地域包括支援センター) and 電話番号. Rows include 伊興, 関原, 千住西, 中川, 西新井, はなはた, 日の出, 本木関原.

オープンする、区役所14階展望レストランを運営する事業者の募集
※応募には下記現場説明会・見学会への参加が必要

現場説明会・見学会
日時 = 9月12日(金)、午後2時30分~4時30分
期限 = 9月5日(金)
※申し込み方法など、くわしくは区のホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

問先 = 本庁舎管理係 ☎3880-5824

暮らし・まちづくり

秋の剪定講習会

日時等 = 10月9日(木)~10月10日(金)
内容 = 講習と実習から庭木などの剪定を学ぶ
定員 = 各15人程度(抽選)
申込 = みどりのねっと
本庁舎展望レストラン運営事業者募集
内容 = 27年4月にリニューアル

仕事・産業

本庁舎展望レストラン運営事業者募集

地域包括支援センター介護(予防)教室(9月・10月分)

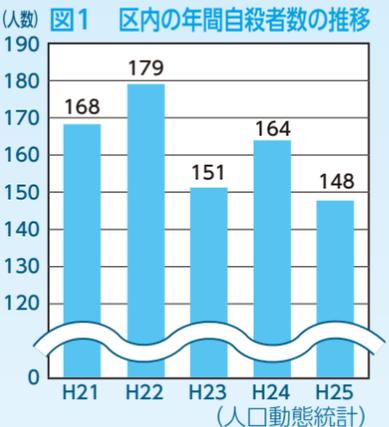
Table with 3 columns: 申・問先 (地域包括支援センター), 日時, 内容等. Rows include 伊興, 関原, 千住西, 中川, 西新井, はなはた, 日の出, 本木関原.

※先着順は8月26日から受け付け開始(月~土曜日、午前9時~午後5時)
※「場所」の記載がないものは問先の地域包括支援センターが会場
※「申込」の記載がないものは申し込み不要。当日直接会場へ

9月は自殺対策強化月間
~気づく つながる いのちを守る~
問先 = ところといのち支援係 ☎3880-5432

区内の自殺者数は減少傾向

区では21年度から、「すべての人が健康で生きがいを持って暮らすことができる社会」の実現をめざし、生きる支援に取り組んできました。ゲートキーパー(※)の活動や支援の輪が広がった結果、22年10月から自殺者数は減少傾向となり、若干の増減はあるものの、25年は148人、前年比16人減(9%減)となりました(図1)。



雇用・生活・ところと法律の総合相談会
日時 = 9月1日(月)~5日(金)、午前10時~午後3時
場所 = 東京芸術センター9階・会議室
内容 = 仕事が見つからない、ローンが返済できない、眠れないなどの悩みに専門相談員、保健師、弁護士が応じる

ゲートキーパー初級研修
日時 = 9月18日(木)、午後1時30分~4時30分
場所 = 区役所庁舎ホール
内容 = 自殺についての正しい知識を身につけ、自殺のサインに気づくゲートキーパーになることをめざす

大切な方を自死でなくされた方の集い「分かちあいの会 とまり木」
日時 = 9月5日(金)、午後6時30分開始
場所 = エル・ソフィア

都・自殺防止東京キャンペーン特別相談
[54時間特別相談] ☎0120-58-9090 (東京自殺防止センター)
日時 = 9月6日(土) 午前0時~8日(月) 午前6時



左記マークがある
申し込みは、
P2左上を参照

足立区ホームページアドレス
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

講座「知っ得 安心 パー トの法律知識」

■日時=9月17日(水)、午前10時～正午 ■場所=エル・ソフィア ■内容=パートで働くうえで必要な法律知識や労働者の権利を学ぶ ■定員=30人(8月26日から先着順) ※保育あり(要予約、6カ月～就学前の子ども、先着10人) ■申込=電話または区のホームページ内の専用フォームに入力または住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話・ファクス番号、保育希望の有無(希望の場合は子どもの名前(フリガナ)・年齢)、「パートの法律知識」をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 ☎3880-0133

区民まつり「こどもフリー マーケット」出店者募集

■日時=10月11日(土)、午前11時～午後3時/10月12日(日)、午前10時～午後3時 ■場所=荒川河川敷・虹の広場 ■対象=区内在住の小・中学生5人以内の団体 ※小学生のみの団体は保護者1人以上の同伴が必要。保護者も人数に含む ■内容=遊具、衣類、文房具など、出店者が使用していたものを1点につき上限1,000円で販売 ※1区画2m×3m程度 ■定員=各20組(抽選) ■費用=500円 ■申込=代表者住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、保護者名(小学生のみの場合)、参加人数、

主な出品物、出店希望日、「区民まつりこどもフリマ」をハガキで送付 ※1団体につき1通まで。重複申し込み不可。出店決定後、10月4日(土)の説明会に参加が必要 ■期限=9月17日(水)必着 ■申・問先=あだち再生館(月曜日、祝日休館) 〒120-0011中央本町2-9-1 ☎3880-9800



催し物

あしだち大学「水辺のまち・あだち」(6日制)

■日時=10月23日(水)・28(火)、11月6日(水)・13日(水)・20日(水)・27日(水)、午後1時～4時 ■対象=区内在住で60歳以上の方 ■内容=座学や浄水場の見学などを通じて、川の利用方法や河川の災害対策、川との共存方法を学ぶ ■定員=40人(抽選) ■申込=住所、氏名、年齢、電話番号、「水辺のまち・あだち」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限=9月27日(土)必着 ■場・申・問先=鹿浜いきいき館 〒123-0864鹿浜2-24-2 ☎3853-5071

足立シティオーケストラ 第52回定期演奏会

■日時=9月7日(日)、午後2時開演 ※午後1時30分開場 ■場所=西新井文化ホール ■内容=汐澤安彦氏の指揮による、伊福部昭作曲「ゴ

ジラ・ファンタジー」/「オーケストラとマリンバのための『ラウダ・コンチェルタータ』、ショスタコーヴィチ作曲「交響曲第5番『革命』」 ■定員=902人(先着順) ■費用=▷前売り…1,000円▷当日…1,200円 ※高校生以下の方は半額。全席自由。就学前の子どもは入場不可 ■申込=ギャラクシティホームページ(<http://galaxycity.jp/>)内の専用フォームに入力または窓口 ■申先=ギャラクシティ、地域学習センターなど ■問先=文化団体支援係 ☎3880-5986

郷土博物館の映画会(9月分)

■日時=13日(土)、午前11時～正午 ※無料公開日 ■内容=「被災した民俗資料の保存修復 石川県穴水町指定明泉寺台燈籠」/「鮑づくり」の上映 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=郷土博物館 ☎3620-9393

地域デビュー講座「私にも できる高齢者のお手伝い」

■日時=9月27日(土)、午前10時～正午 ■場所=エル・ソフィア ■対象=おおむね50歳以上の方 ■内容=高齢者の暮らしの困りごとをサポートする有償ボランティア団体から、地域で支えあう高齢者支援の楽しさを学ぶ ■定員=40人(8月26日から先着順) ■申込

=電話または区のホームページ内の専用フォームに入力または住所、氏名、年齢、電話番号、Eメールアドレスをファクス ■期限=9月26日(金) ■申・問先=区民参画支援係 ☎3880-5020 ☎3880-0133

住区de団らん& 子育てサロンパネル展示

■日程等=▷9月1日(月)～4日(水)…区内48カ所にある悠々館の住区de団らんを紹介したパネル展示▷9月8日(月)～12日(金)…区内63カ所にある子育てサロンを紹介したパネル展示 ※いずれも最終日は午後4時終了 ■場所=区役所1階区民ロビー ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=指導相談係 ☎3880-5868

親子体験キャンプ

■日時=9月23日(祝)、午前10時～午後4時 ■場所=都立舎人公園・キャンプ場 ■対象=区内在住の小・中学生と保護者 ■内容=テント設営/野外炊事/レクリエーションゲーム ■定員=50人(8月26日から先着順) ■費用=1人500円(材料費) ■申込=電話 ■申・問先=青少年事業係 ☎3880-5275

催し物は、
6面に続きます

「ニュービジネス支援事業」採択事業決定

斬新なアイデアで創業した方(予定を含む)や、新製品・新技術・新サービスを開発し新たな分野への展開を図る事業者への助成金制度(創業プランコンテストコース、ビジネスチャレンジコース)です。審査の結果、26年度の採択事業が決定しました。(表2～4) ■問先=創業支援係(あだち産業センター内) ☎3870-8400

表2 「創業プランコンテストコース」採択事業一覧

提案者	事業概要	表彰種別
㈱コネクティル 坂口健太郎氏	経営者の庶務代行をすることで、経営者が本来行うべき経営活動やプライベートに使える時間を増やすサービス	優秀賞
㈱ミケーラ・ケアサービス 石井睦子氏	地域での定期的な健康測定相談会の実施を通じた「かかりつけ看護師」による高齢者の見守り事業	奨励賞

表3 「ビジネスチャレンジコース」採択事業一覧(新規分) ※50音順

提案者	事業概要
㈱オレンジアーチ 本山功氏	スマートフォンと新デバイス「スタンプギア」により、場所と人を特定する新たな認証サービス
㈱今野製作所 今野浩好氏	設計に最適な長さで、イージーオーダーできる軽量ロングストローク油圧シリンダの開発
㈱ソーリン 野村一也氏	ICTタグにより自転車の登録を管理し、盗難を防止するシステムの開発
東京バック㈱ 田畑虎幸氏	TASKものづくり大賞の「スイッチカバール」をベースに、デザイン性に乏しい商品に対応した、高付加価値のあるカバーの開発

表4 「ビジネスチャレンジコース」採択事業(継続分)

提案者	事業概要
㈱メッツ 福田充宏氏	患者間の交差感染リスクを低減する「標準12誘導心電図検査用セミディスプレイ型電極」の開発

職員数等の公表

条例に基づき、職員数と処分の状況をお知らせします。くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=人事係 ☎3880-5831

職員数(人) (26年4月1日現在)

職	管理職	係長級	一般	技能系	常勤計	再任用(※1)	合計
男	126	493	963	191	1,773	217	1,990
女	21	255	1,376	9	1,661	117	1,778
計	147	748	2,339	200	3,434	334	3,768

(※1)再任用…常勤職員が定年退職後、原則として5年間に限って勤務実績などに基づく選考により採用する職。26年度は74人を採用。再任用になると、勤務時間、給与などは新たな制度となり、再任用終了後の退職金の支給はなし

処分数(人) (25年度)

懲戒処分(※2)					分限処分(※3)				
免職	停職	減給	戒告	計	免職	降任	休職	降給	計
0	1	1	4	6	0	1	34	0	35

(※2)懲戒処分…職員に法令違反などの一定の義務違反があった場合に行われる処分 (※3)分限処分…職員が一定の事由によって職務を十分に果たすことができない場合に行われる処分

審議会等の公開(9月分)

傍聴方法など、くわしくはお問い合わせください。

審議会等	日程	時間	問先
第20回足立区景観審議会	1(月)	午後2時～4時	住宅・都市計画課 景観計画係 ☎3880-5738
足立区区民評価委員会(第4回全体会)	2(火)	午前10時～正午	政策経営課 経営管理担当 ☎3880-5811
足立区成年後見制度審査会	3(水)	午後1時30分～3時30分	援護課 高齢援護係 ☎3880-5269
足立区建築審査会	17(水)	午後2時30分～4時30分	建築調整課 用途照会係 ☎3880-5943

※いずれも場所は区役所

区立小学校に入学希望の 外国人の方へ

区内在住で27年度に新入学の年齢に達する外国籍の子どもがいる保護者の方へ、8月下旬に入学手続きの案内を送付します。区立小学校へ入学を希望する方は、学務課 就学係で手続きをしてください。 ■問先=就学係 ☎3880-5969

■申込…申し込み方法 ■期限…申込期限
■場・申・問先…場所・申込先・問い合わせ先
※費用の記載がないものは無料

☎…電話番号 FAX…ファクス番号
📧…ホームページアドレス
✉…Eメールアドレス

催し物は、
5面からの続きです

催し物

リサイクル体験講座「トールペイントのハロウィーン壁飾り」(2日制)

■日時=9月17日(水)・24日(水)、午前10時~正午 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=様々な素材に絵を描く「トールペイント」で、不要になった木材板をハロウィーン壁飾りに変身させる ■定員=10人(抽選) ■費用=300円(材料費) ■申込=電話・窓口または住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「ハロウィーン壁飾り」をファクス・ハガキで送付 ■期限=9月10日(水)必着 ■場・申・問先=あだち再生館(月曜日、祝日休館) 〒120-0011中央本町2-9-1 ☎3880-9800 FAX3880-9801

桜花亭観月茶会

■日時=10月8日(水)、午後5時30

分~8時30分 ※時間内に茶会6回(30分ごと)と演奏会3回(1時間ごと)を開催 ■内容=日本庭園で秋の月を眺めながら、桜花亭茶道教室による茶会と、箏とフルートの演奏を楽しむ ■定員=▷茶会…各10人 ▷演奏会…各40人 ※いずれも8月26日から先着順 ■費用=各500円 ■申込=電話・窓口または住所、代表者氏名、電話番号、人数、茶会または演奏会の希望をファクス ■場・申・問先=桜花亭 ☎3885-9795 FAX3860-0608

第2回足立市場の日

■日時=9月13日(土)、午前9時~11時 ※魚河岸食堂は午後1時まで ■場所=中央卸売市場 足立市場(千住橋戸町50) ■内容=プロ向けの卸売市場で買い物ができる ※商品券が当たる抽選会あり ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=足立市場協会 ☎3879-2750 区・お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時~午後8時) ☎3880-0039

足立 エンタメ インフォ

プリランテ20周年コンサートvol.2「バロックからロマン派まで」

■日時=11月2日(日)、午後2時開演 ※午後1時30分開場 ■場所=西新井文化ホール ■内容=オーディションで発掘された区内の演奏家団体「プリランテ」によるクラシックコンサート ■定員=902人(9月2日から先着

順) ■費用=▷前売り…1,200円 ▷当日…1,500円(3歳~高校生は前売り600円、当日900円) ※全席自由。2歳以下の子どもは入場不可 ■申込=ホームページ内の専用フォームに入力または窓口 ■申先=ギャラクシティ、地域学習センターなど ■問先=ギャラクシティ ☎5242-8161 📧http://galaxcity.jp/

宿泊施設インフォメーション(11月分)

■利用日等=表1 ■対象=区内在住・在勤の方、その同伴の方、区内の社会教育団体 ※1人のみや、未成年者のみでの利用不可 ■利用料金=表2 ■申込=抽選申し込みハガキを利用施設に郵送 ※抽選申し込みハガキは区民事務所、地域学習センターなどで配布 ■申込期間=9月1日~10日消印有効 ※9月15

日以降に抽選結果を通知。抽選の結果空室がある場合は、10月1日から利用希望日の3日前までに電話予約

施設の外壁工事のため鋸南自然の家を全館休館

■期間=11月1日~27年3月31日

施設の宿泊料金の改定

■内容=表2

表1 宿泊施設利用日等(11月分)

利用施設	利用できる日	受付時間
日光林間学園 ☎0288-53-3681(予約専用)	1~3・8・15・22・23・29	午前9時~午後5時 ※土・日曜日、祝日を除く

※学校などが利用するため、空室が少ない場合や体育館の使用ができない場合があります。くわしくは、各施設にお問い合わせください。

表2 宿泊料金の改定内容

施設名	旧料金(9月30日までの予約分)	新料金(10月1日以降の予約分)
鋸南自然の家	3,500円(1泊2食付き) ※3歳~中学生は1,700円。	3,650円(1泊2食付き) ※3歳~中学生は1,750円。
日光林間学園	2歳以下の子どもは無料	2歳以下の子どもは無料

おわびと訂正

以下の記事内に誤りがありました。訂正しおわび申し上げます。
◆あだち広報8月10日号10面掲載記事「坊川夏其自然観察会」
【誤】場所=神明水の森公園(虹の

広場および周辺緑道)

【正】場所=六木水の森公園(虹の広場および周辺緑道) ■問先=環境学習係 ☎3880-6263

官公庁

東京都シルバーパスの更新手続きは9月30日までに行ってください

■対象=有効期限が9月30日のシルバーパスを持っている方 ■費用=▷26年度の住民税が非課税または26年度経過措置の対象の方…1,000円 ▷26年度の住民税が課税の方…2万510円 ■申込=8月下旬に東京バス協会から送付される、シルバーパス更新申込書に記載の窓口などに次のすべてを持参…更新申込書/使用中のシルバーパス/本人確認ができる書類 ※次に当てはまる方は追加で書類が必要 ▷26年度の住民税が非課税の方…非課税を証明する書類 ▷26年度経過措置対象者のうち、25年の合計所得金額が125万円以下の方…介護保険料決定通知書など25年の合計所得金額が確認できる書類 ■問先=東京バス協会シルバーパス専用電話(土・日曜日、祝日を除く。午前9時~午後5時) ☎5308-6950

区民のひろば

=催し物=
☆映画「こんばんは」&講演会 学びの可能性を未来に 9月28日(日)/竹の塚地域学習センター/▷上映…午前10時30分、午後2時、5時30分開始 ▷講演会…午後3時50分開始/各306人(先着順)/1,000円 ※障がい者・介助者500円、高校生以下の方無料/当日直接会場へ/難波 ☎090-7270-3654
=サークル会員募集=
☆55歳以上の初心者旅行英会話 月3回木曜日、午前9時~10時/エル・ソフィアなど/英会話初心者対象。体験無料/月額4,000円/電話/矢野 ☎080-5410-6138
☆千寿白鷺会(俳句会) 毎月第2日曜日、午後2時~4時/エル・ソフィアなど/65歳以下の方/兼題に沿って事前に投句し、その内容で句会を開催。初心者歓迎/5人(先着順)/月額1,000円/氏名、電話番号をファクスまたは電話/山下 ☎090-5549-5569 FAX3884-7543

あだちNPOフェスティバル

■日時=9月21日(日)、午前11時~午後3時 ■場所=区役所1階区民ロビー ■内容=区内のNPOによる音楽ステージ/あだちを元気にするアイデア発表会/コミュニティカフェ/親子で楽しむキッズスペース/展示や体験でNPOの活動を紹介するブース/抽選会など、約40団体が一

堂に会し、区民と交流 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=NPO活動支援センター(午前9時~午後8時、日・月曜日、祝日休館) ☎3840-2331



子どもも楽しむ体験ブースも多数



東京藝術大学連携イベント

ちいさなちいさな親子コンサート「障がいのある方々と共に」

■日程=9月28日(日) ■時間等=▷午前11時~正午…障がいのある小学生以下の方と家族 ▷午後2時~3時…障がいのある中学生以上の方と家族 ※いずれも区内在住・在勤・在学の方優先 ■場所=東京藝術大学千住キャンパス(千住1-25-1) ■内容=音楽鑑賞/楽器演奏体験など ■定員=各70人(抽選) ■申込=申込書をファクスまたは郵送 ※申込書は地域学習センター、図書館、東京藝術大学千住キャンパスで配付するほか、ホームページからもダウンロード可 ■期限=9月7日(日)必着 ■申・問先=東京藝術大学アトリエゾンセンター(平日、午前11時~午後4時) 〒120-0034千住1-25-1 ☎050-5525-2744 FAX5284-1578 📧http://www.geidai.ac.jp/labs/alc/

大学連携の問い合わせ先=区・大学連携担当 ☎3880-5840

左記マークがある
申し込みは、
P2左上を参照

足立区ホームページアドレス
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

あだちの遊び場

9月・10月の催し



桑袋ビオトープ公園 〒121-0061花畑8-2-2

☎3884-1021 ㊚3884-1041 ㊜http://www1.adachi.ne.jp/biotop/

イチオシ カマキリを探せ

■日時=9月21日(日)、午後2時～3時 ※午後1時45分受け付け開始
■内容=園内でカマキリを捕まえて、じっくり観察する
■定員=20人(先着順) ※就学前の子どもは保護者の参加が必要



▲うまく見つけられるかな

自然のあそび屋台

■日時=9月7日(日)・15日(祝)、午後2時～2時30分
■内容=その時期ならではの自然の見どころや遊びを園内に出す屋台で紹介

—いずれも—

■申込=不要 ※当日直接会場へ

ギャラクシティ 〒123-0842栗原1-3-1

9月8日(月)～12日(金)は設備点検のため休館

☎5242-8161 (午前9時～午後8時) ㊜http://galaxcity.jp/

イチオシ 天文台で観測体験ツアー「ギャラクシティ星空学校 木曾観測所親子天文教室」(1泊2日)

■日程=10月12日(日)・13日(祝)
■対象=小学生と保護者
■内容=東京大学木曾観測所(長野県木曾郡木曾町三岳10762-30)で、星空の観察や天文学者・若手研究者の天文教室を通じて星や宇宙を学ぶ
■定員=10組
■費用=▷保護者…2万円 ▷小学生…1万9,000円 ※交通費、宿泊費、食費など



©東京大学 天文学教育研究センター木曾観測所

大きな声を出してみよう、おどってみよう、歌ってみよう

「こども えんげき部」(11日制)

■日時=10月5日(日)・25日(土)、11月22日(土)、12月27日(土)、27年1月10日(土)・24日(土)、2月14日(土)・28日(土)、3月14日(土)・27日(金) ※いずれも午後1時～4時。27年3月28日(土)に発表会を予定
■対象=小学4年生～高校生
■内容=区内在住の劇作家・今野裕一郎氏と、千住を拠点に活動する演劇ユニット「バストリオ」の指導のもと、自分たちだけの物語を作って演じる
■定員=15人

大人向けプログラム「クライミング講座(初級)」(6日制)

■日時=10月1日～11月5日の毎週水曜日、午後7時30分～9時30分
■対象=高校生以上の方
■内容=クライミング専門講師による、初心者向けの連続講座
■定員=10人
■費用=1万2,000円(受講料)

—いずれも—

■申込=電話 ※8月30日から先着順

荒川ビジターセンター 〒120-0034千住5-13-5

「学びピア21」4階

☎5813-3753 ㊜http://www1.adachi.ne.jp/ara-vc/

イチオシ 自分たちでつくる 川のようにえん「虫となかよくなるう」

■日時=9月14日(日)、午前10時～11時30分 ※午前9時から荒川ビジターセンターで参加証配付
■場所=荒川河川敷
■対象=就学前の子どもと家族
■内容=荒川河川敷で虫探しなどをして遊ぶ
■定員=20人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ

都市農業公園

〒123-0864鹿浜2-44-1

☎3853-4114 ㊚3853-3729 ㊜http://www.seibu-la.co.jp/adachi-agri/

イチオシ ドキドキ夜の観察会 コウモリと鳴く虫を探そう

■日時=9月28日(日)、午後4時30分～6時30分
■場所=都市農業交流館、荒川河川敷
■対象=小・中学生と保護者
■内容=バットデテクター(コウモリ探知機)や自分の耳を頼りに、コウモリや鳴く虫を探す
■定員=15組(抽選)
■費用=100円(材料費)
■期限=9月15日(祝)必着

ハーブミニ講座「ハイビスカス」

■日時=9月20日(土)、午後1時30分～3時 ※午後1時受け付け開始
■場所=人と自然の共生館
■内容=ハイビスカスの育て方や使い方など
■定員=20人(先着順) ※小学2年生以下の方は保護者同伴

はじめての植物画教室「公園の野菜・ハーブを描く」(4日制)

■日時=10月3日・17日、11月7日・21日 ※いずれも金曜日、午前10時30分～午後0時30分
■場所=人と自然の共生館
■内容=透明水彩絵の具で園内の植物の細密画を描く ※ハーブティー付き
■定員=15人(抽選) ※小学2年生以下の方は保護者同伴
■費用=各2,000円(材料費)
■期限=9月22日(月)必着

園芸講習会「春の草花の種まき講座」

■日時=10月4日(土)、午後1時30分～3時
■場所=人と自然の共生館
■内容=秋まきの草花の日常管理方法(置き場所、肥料、病害虫対策など)を学ぶ
■定員=15人(抽選) ※小学2年生以下の方は保護者同伴
■費用=1,000円(材料費)
■期限=9月22日(月)必着

美魔女入門講座「ハーブのフェイスオイル作り」

■日時=10月5日(日)、午後5時～6時30分
■場所=人と自然の共生館
■内容=満月の日に使用すると美容効果が高まるといわれているハーブのフェイスオイルを作り、ハーブティーを飲みながらお月見をする
■定員=20人(抽選) ※小学2年生以下の方は保護者同伴
■費用=1,800円(材料費)
■期限=9月22日(月)必着

—いずれも—

※場所は都市農業公園内 ■申込=▷ハーブミニ講座…不要 ※当日直接会場へ ▷そのほか…窓口・ホームページまたは全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話番号、イベント名をファクス・往復ハガキで送付 ※往復ハガキは返信面にも宛名を記入。1通で2人まで。重複申し込み不可

生物園

〒121-0064保木間2-17-1

☎3884-5577 ㊚3884-8996 ㊜http://www.seibutuen.jp/

イチオシ 鳴く虫展

■期間=9月3日～10月5日
■内容=コオロギやキリギリスなど、様々な鳴く虫を展示



◀虫の音を聞きくらべてみよう

生きものガイド

■日時=8月30日、9月6日・13日 ※いずれも土曜日、午前11時～11時30分
■内容=解説員が生物園や元洲江公園で暮らすオススメの生き物を紹介 ※内容は毎回異なる
■定員=各15人(先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴

まーしー園長のガイドツアー

■日時=9月7日(日)、午前11時～11時30分
■内容=いつもは見られない生物園の裏側で暮らすワニガメを紹介
■定員=15人(先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴

探す 育てる 観察「鳴く虫」

■日時=9月21日(日)、午後2時～3時
■対象=小学生以上の方
■内容=園内でコオロギを探し、観察方法や育て方を学ぶ
■定員=20人(先着順)
■費用=300円(飼育セット代など)

大水槽のエサやり

■日時=毎週日曜日、午後2時開始
■内容=ダイバーが金魚の大水槽に潜って行うエサやりを見学 ※ダイバーとの記念撮影可

—いずれも—

※別途入園料が必要 ■申込=不要 ※当日直接会場へ



足立区文化祭

■申・問先=文化団体支援係 ☎3880-5986



■日時等=表1 ■内容=様々な分野の文化・芸術作品の発表・展示

◆文化祭合同セレモニー

■日時=9月28日(日)、午後1時30分~4時 ■場所=区役所庁舎ホール
内容=和太鼓や舞踊など、文化団体連合会の舞台部門による合同発表

表1 足立区文化祭日時等

日程	開演時間	内容	場所
9/13(土)・14(日)	午前9時	民謡★	西新井文化ホール
9/14(日)	正午	相撲甚句	
10/26(日)	午後1時30分	バレエ	
11/1(土)	午後1時	大正琴	
11/9(日)	午前10時30分	民舞	
11/16(日)	午前10時30分	和太鼓	
9/28(日)	午前9時20分	囲碁★	中央本町地域学習センター
10/19(日)	午前11時30分	日本舞踊	竹の塚地域学習センター
11/3(祝)	午前10時30分	舞踊芸能	
11/23(祝)	午後1時	三曲	
11/1(土)	午前10時	吟剣	区役所庁舎ホール
11/3(祝)	午前9時30分	歌謡	
11/3(祝)	午前10時	謡曲	エル・ソフィア
11/24(休)	午前11時	川柳★	
11/3(祝)	午前10時	俳句★	勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)
		茶道★	西新井大師書院(西新井1-15-1)

期間	内容	場所
9/13(土)~18(休)	俳画	区役所1階区民ロビー
10/14(火)~16(木)	フラワーデザイン	区役所1階区民ロビー ※共同企画展
10/14(火)~18(土) ※14日は午後2時開始、 18日は午後3時終了	手芸★/拓本/川柳 /盆景/魚拓/俳画	
10/16(木)~18(土)	さつき	
10/16(木)~19(日)	書道★	シアター1010・ギャラリー (千住ミルディスI番館内)
10/18(土)・19(日)	いけばな	
10/20~27	写真★	
10/27(月)~11/1(土)	洋画★	ギャラクシティ

「★」があるものは一般参加可(要事前申し込み。実費負担あり)。申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。
※展示部門の時間はいずれも午前10時~午後6時(最終日は午後5時終了)



学びで絆(きずな)を
強めてみませんか

近所deまなびナビ

生涯学習施設・スポーツ施設の催し
(9月・10月分)

講座の予約はインターネットからでもできます

講座の予約はインターネットからでも可能です(一部例外あり)。また、掲載されているほかにも各種講座などを開催しています。くわしくは区のホームページ、または各施設で配布するチラシなどをご覧になるか、お問い合わせください。

【講座予約システム】

<http://www.city.adachi.tokyo.jp/bunka/kouzasisutemu.html>

■講座の申し込み共通事項

受付時間=午前9時~午後8時

※インターネット申し込みは、24時間受け付け(ただし受け付け開始日は午後1時から)

※庁舎ホール(平日のみ)・平野運動場は、午前9時~午後5時で受け付け可

《対象(◆マーク)》特に記載がない講座の対象は、「16歳以上の方」

《定員》往復ハガキ申し込みは抽選。事前申し込みは、講座により先着順または抽選

《費用》費用は合計金額(保険料・教材費などを含む)。70歳以上の方・障がいのある方は費用が割引となる講座あり(支払い時に証明書を提示)

《申込》事前…窓口、電話またはインターネット(【ネット不可】を除く)で事前申し込み
当日…当日直接会場で申し込み

☎…開催施設へ往復ハガキの郵送による申し込み(講座名(希望コース名)・住所・氏名(フリガナ)・電話番号・生年月日(年齢)、返信面に住所・氏名を明記) ※マークの下の日付必着。1人1通(親子講座に限り、親子の氏名(フリガナ)・性別・生年月日を明記。きょうだいで申し込みをする場合は、全員分記載)。定員に達しない場合は9月20日(土)、午前9時から受け付け開始

《持ち物など(申し込み方法欄に記載)》持…運動着・運動靴持参(プールは水着・水泳帽子持参) / 用…用具貸し出しあり

■講座の参加上の注意

- ・中学生以下の方が午後6時以降に参加する場合は、保護者の同伴が必要
- ・妊娠中の方はスポーツ系の催しへの参加不可
- ・高血圧・心疾患の方はプールで開催する催しへの参加不可

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
生涯学習センター 〒120-0034 千住5-13-5 (学びピア21内) ☎5813-3730				
花のある暮らし 初心者のための園芸講座	10/2(木) 午前10時~11時30分	20人	500円	事前
獨協大学連携「日本を巡る国際関係の変容と日本外交課題」	10/4(土) 午後2時~4時	50人	無料	
漫才から学ぶコミュニケーションのコツ	10/5(日) 午後2時~5時	40人	700円	
あだちシニア元気大学「生活に役立つ健康作り」(10日制) ◆おおむね60歳以上の方	10/15~12/17の毎週水曜日(12月3日を除く)、 12月4日(木) 午後1時30分~5時	30人	5,000円	
皆で楽しく体験! 車いすダンス「ウェルフェアダンス」	10/16(木) 午後1時30分~3時	20人	510円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
生涯学習センター 〒120-0034 千住5-13-5 (学びピア21内) ☎5813-3730				
ディスコダンスコミュニティ2014	10/18(土) 午後6時30分~9時	70人	550円	事前
学びピアコンサート 秋空にケーナの響き・カルマンタ	10/19(日) 午後2時30分~4時30分	190人	900円	
高齢者のためのゆっくりパンコン講座(入門編)(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	10/21(火)~25(土) 午前10時~正午	20人	8,500円	
気軽に! 初めての三味線のお稽古(9日制)	10/24~12/19の毎週金曜日 午後2時~3時	8人	5,500円	
FP(ファイナンシャルプランナー)3級資格取得対策講座(7日制)	10/25~12/6の毎週土曜日 午後1時~5時	25人	7,513円	
心と体のリフレッシュ「メンズヨガ」 ◆16歳以上の男性	10/26(日) 午後1時30分~2時45分	15人	710円	10/3必着
赤ちゃんと一緒に! ママのための映画上映会 ◆就学前の子どもと母親	10/30(木) 午後1時30分~3時30分	100人	無料	
★文豪 夏目漱石の世界 縁(ゆかり)の地を巡る(3日制)	10/18・25、11/1 いずれも土曜日 午後2時~4時 ※3日目の場所は文京区向丘	30人	2,240円	
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
編み物サロン	9/8(月) 午前10時~正午	10人	300円	事前
大人の折り紙教室(2日制)	9/10(水)・17(水) 午後1時30分~3時30分	15人	1,400円	
初めてダンスをする子のゆっくりヒップホップ(6日制) ◆6歳~小学生	9/13~10/18の毎週土曜日 午後6時30分~7時30分	15人	2,700円	
伊興の珈琲(コーヒー)屋さん直伝! もっとおいしく入れるコツ	9/14(日) 午前10時~11時	15人	760円	
心と身体もスッキリ! かんたんピラティス	9/17(水) 午後7時15分~8時30分	10人	650円	
暮らしのアロマ・肌の若返り化粧水作り	9/24(水) 午前10時30分~11時30分	12人	1,300円	事前
切手サロン「切手で認知症予防に役立つパズルゲーム」	9/27(土) 午後2時~4時	15人	200円	事前 【ネット不可】
丸くてかわいい! ゆび編みでバッグ作り	9/29(月) 午前10時~正午	10人	1,200円	

8月26日(火)、午前9時から受け付け開始(一部を除く)

受け付け開始日の午前9時～午後1時は催しの開催施設のみで受け付け ※インターネットの受け付けは午後1時から

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1 ☎3880-5322				
早わかり行政書士資格試験合格へのコツ(5日制)	9/7～10/12の毎週日曜日(9/21を除く) 午後6時～7時30分	20人	12,280円	
早わかり宅建資格試験合格へのコツ(5日制)	9/7～10/12の毎週日曜日(9/21を除く) 午後7時40分～9時10分	20人	12,280円	
ママサロン0歳「予防歯科」◆2カ月～1歳未満の子どもと母親	9/16(火) 午前10時30分～11時20分	17組	600円	
パパサロン0歳&1歳「さよならイライラ育児」◆2カ月～2歳未満の子どもと父親	9/27(土) 午前10時30分～11時20分	17組	600円	
つくってあそぼー「タブレットでピクエのつくるえほん」◆5歳～小学生(就学前の子どもは保護者同伴)	10/5(日) 午前10時～正午	10人	980円	
ケーキ教室「フルーツソースがけバイクドチーズケーキ」	10/7(火) 午後1時30分～4時30分	16人	2,660円	
ママ&乳児のぴよぴよ講座「体操&読み語り」A・B(4日制)◆A:6カ月～1歳未満の子どもと保護者 ◆B:1歳の子どもと保護者	10/8～29の毎週水曜日 A:午前10時55分～正午 B:午前10時～11時5分	各17組	3,410円	
リンパで自分磨き「ヘッドスパでストレス解消編」◆16歳以上の女性	10/9(木) 午後7時～8時30分	20人	600円	
健康料理「和風チキンロールキャベツ」ほか2品◆小学生以上の方(小・中学生は保護者同伴)	10/12(日) 午前11時～午後2時	32人	1,510円(小・中学生1,210円)	
家庭で出来る! 簡単手作りそば打ち講座	10/17(金) 午後7時～9時	24人	1,200円	
親子でかぼちゃのモンブランづくり◆小学生と保護者	10/19(日) 午後1時30分～4時30分	16組	2,000円	
お喜楽(きらく)ランチ会「さけ寿司」ほか4品◆65歳以上の方	10/30(木) 午後0時30分～2時30分	40人	500円	
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
夜間開催! 色えんぴつで始められる絵画教室(2日制)	9/17(水)・24(水) 午後7時～9時	10人	2,880円	
自分だけのアクセサリを作ろう! 「ヘアクリップ編」	9/22(月) 午前10時30分～11時30分	10人	1,500円	
かんたんヨーガ(6日制)	9/30、10/7・21、11/4・18、12/2 いずれも火曜日 午後1時30分～2時40分	33人	3,060円	
楽しく簡単リフレッシュ! 「3B体操」(3日制)◆おおむね50歳以上の方	10/1・8・15 いずれも水曜日 午前10時30分～11時30分	5人	1,500円	
子どものためのクラシックバレエ(10日制)◆3歳～小学1年生	10/2～12/11の毎週木曜日(11/27を除く) 午後3時45分～4時45分	20人	7,768円	
たのしい! パフォーマンス・ショー◆どなたでも	10/3(金) 午後4時～5時	60人	無料	
親子トランポリン(7日制)◆3～6歳の子どもと保護者	10/7～11/18の毎週火曜日 午後3時30分～4時30分	15組	4,900円	
ママと一緒にきれいな字を書こう(3日制)◆5歳～小学2年生と母親	10/7～21の毎週火曜日 午後3時45分～4時30分	8組	2,760円	
代謝アップですっきりエクササイズ◆16歳以上の女性	10/13(祝) 午後1時～2時	10人	500円	
親子の五感を育てるおいしいとどろ幼児講座(4日制)◆2カ月～1歳の子どもと保護者	10/16～11/6の毎週木曜日 午前10時30分～11時30分	20組	2,640円	
1回で2度おいしい! さわやかウオーキングとストレッチ	10/16(木) 午後2時～4時	15人	500円	
大人のためのきれいな字の書き方「漢字編」(4日制)	10/17～11/7の毎週金曜日 午後1時30分～3時	12人	2,160円	
飲まない! かけない! 吸わない! 健康麻雀(マージャン)サロン◆上がり役がわかる16歳以上の方	9/5～26の毎週金曜日 午後6時～9時	各24人	1回330円	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
楽しく一緒に童謡を歌おう! 歌声サロン◆どなたでも	9/28(日) 午後1時30分～3時	30人	無料	当日
さわって楽しい布絵本(3日制)	9/30、10/7・14 いずれも火曜日 午後1時～4時	15人	無料	
神領堀ハーブテラスで太極拳(2日制)	10/1(水)・15(水) 午前9時20分～10時50分	20人	680円	
ノルディックウオーキングで荒川を歩こう教室(5日制)	10/1～29の毎週水曜日 午後1時30分～3時	20人	2,750円	
ベビーマッサージサロン◆2カ月～1歳未満の子どもと母親	10/3(金) 午前10時～正午	10組	1,130円	
ベリーダンス教室(8日制)◆16歳以上の女性	10/3～11/28の毎週金曜日(10/17を除く) 午後1時30分～2時30分	20人	3,600円	
大人からはじめるクラシックバレエ教室(3日制)◆16歳以上の女性	10/4・11・25 いずれも土曜日 午前10時30分～正午	16人	2,640円	
楽しい中国語入門講座(7日制)	10/6～12/22の毎週月曜日(10/13・20、11/3・24、12/15を除く) 午後7時～8時30分	20人	5,080円	
体幹ピラティス(9日制)◆16歳以上の女性	10/8～12/10の毎週水曜日(10/29を除く) 午後3時30分～4時30分	25人	4,050円	
江北の歴史を歩いて知ろう 寺社めぐり教室	10/9(木) 午前10時～正午	15人	無料	
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
美しい指先へ セルフネイルケアカラー(2日制)	9/9(火)・17(水) 午前10時～正午	15人	2,700円	
指でございアート春夏秋冬を描こう	9/16(火) 午後1時～3時	10人	500円	
親子で楽しくえいご(4日制)◆1歳～就園前の子どもと保護者	9/22～10/20の毎週月曜日(10/13を除く) 午前10時30分～11時30分	15組	3,600円(子が1人増えるごとに1,900円追加)	
大人のおりがみ教室(5日制)	9/26～10/24の毎週金曜日 午前10時30分～午後0時30分	20人	3,500円	
誰にでも作れる 大人かわいいスイーツデコ◆5歳以上の方	9/27(土) 午前10時～11時30分	15人	1,250円	
太極拳で体重カット&筋力アップ(3日制)	9/27、10/4・11 いずれも土曜日 午前10時～11時30分	20人	1,080円	
ちびっこ体操(7日制)◆4歳～就学前の子ども	10/6～12/15の毎週月曜日(10/13、11/3・24、12/8を除く) 午後3時30分～4時30分	15人	2,310円	
楽しむハンドメイド 棒針編みハンドウォーマー(3日制)	10/7・28、11/11 いずれも火曜日 午前10時～正午	16人	3,000円	
リボンレイを自分のために作ろう(2日制)	10/9(木)・16(木) 午前10時～正午	10人	6,200円	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
寄り道サロン「薬膳ってなあに? カンタン薬膳料理入門」	10/2(木) 午前10時30分～午後1時	20人	1,000円	
メンズクラブ パパと作る野菜で美味しいキーマカレー◆おおむね50歳までの男性または小学生以上の方と父親	10/4(土) 午前10時30分～正午	10組	1,100円	
まなぼー体験広場「ハロウィーンのゆらゆらモバイル」◆小学生	10/4(土) 午後2時～4時	20人	100円	
日本の踊り・民謡と一緒に体験してみませんか(3日制)	10/6・20・27 いずれも月曜日 午前10時～正午	20人	無料	
初級者バレーボール(5日制)◆18歳以上の女性	10/8～11/5の毎週水曜日 午前10時～正午	40人	2,210円	
寄り道サロン「骨粗しょう症が気になりませんか?」	10/9(木) 午前10時～11時	20人	無料	
初心者大歓迎! 水彩画デッサン体験	10/14(火)・28(火) 午後3時～5時	各10人	無料	
家族で鹿浜大運動会◆3歳～中学生と保護者	10/25(土) 午前10時～午後3時	30組	1人160円(小学生以下の方は110円)	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
柔軟やリズム、手具を使って楽しく新体操A・B(2日制) ◆A:3~6歳の子ども ◆B:小学生	9/18(木)・25(木) A:午後3時30分~4時15分 B:午後4時30分~5時45分	各20人	20円	事前
親子ほしぞら教室「親子で星涼み」 ◆小学4~6年生と保護者	9/20(土) 午後2時~4時	15組	親1人子1人 900円 親1人子2人 1,300円	事前
秋空を感じて…大正琴ミニコンサート ◆どなたでも	9/23(祝) 午後2時~3時	50人	無料	当日
野菜をおいしく食べる「足立区の給食」	9/25(木) 午前10時~午後1時	16人	1,500円	事前
マカロンカラー! カップケーキアロマキャンドル作り ◆4歳~小学生と保護者	9/27(土) 午後1時30分~3時30分	15組	親1人子1人 1,200円 親1人子2人 1,900円	事前
【絆(きずな)づくり事業】商店街でトリックオアトリートハロウィーンスタンプラリー ◆3歳~小学生(就学前の子どもは保護者同伴)	10/11(土) 午後2時~4時	小学生25人 親子15組	小学生300円 親1人子1人310円	当日
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
誰にでもできるアンチエイジング講座「薬膳で若さを保つ」	9/20(土) 午後1時~3時	30人	500円	事前
姿勢改善・体幹強化「ストレッチポール」(3日制)	9/22・29・10/6 いずれも月曜日 午前10時~11時	12人	1,854円	事前
ニコニコサロン 親子ヨガA・B ◆A:1歳3カ月~2歳の子どもと保護者 ◆B:3カ月~1歳2カ月の子どもと保護者	9/26(金) A:午前10時~10時40分 B:午前11時~11時40分	各25組	820円	当日
【絆(きずな)づくり事業】バイオリンユニット「龍心音」スペシャルショー ◆小学生以上の方	9/27(土) 午後2時~3時30分	300人	無料	当日
ステンシルで描く「夏~秋リボンでつなぐ葉っぱたち」	10/3(金) 午後1時30分~4時30分	25人	2,900円	事前
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
お祭りをもっと楽しく! 「神社の歴史探検隊」 ◆小学生	9/13(土) 午前9時30分~正午	10人	100円	事前
すくすくベビーマッサージ ◆3カ月~1歳未満の子どもと保護者	9/16(火)、10/7(火) 午前10時30分~正午	各10組	1回 1,020円	事前
千寿会サークル体験「書道に挑戦」(3日制) ◆どなたでも	9/18、10/2・16 いずれも木曜日 午前10時~正午	15人	無料	事前
早わかり宅建合格のコツ(5日制)	9/20~10/18の毎週土曜日 午後2時40分~4時10分	16人	10,240円	事前
安藤秀樹のボイストレーニング(6日制)	9/20、10/4・18、11/1・15、12/6 いずれも土曜日 午後3時~5時	15人	21,000円	当日
俳句と短歌のサロン ◆どなたでも	9/21(日) 午後2時~3時	10人	無料	当日
Ryu(リュウ)のロック・ダンス入門(9日制) ◆中学生以上の方	9/25~12/11の毎週木曜日(10/16、11/6・20を除く) 午後8時15分~9時15分	20人	4,770円	事前
笑顔になれるフラワーアレンジメント	9/30~10/28の毎週火曜日 午前10時~11時30分	各8人	1回 3,000~4,300円	事前
演劇サークル支援「はじめてでも大丈夫!」(4日制) ◆小学生以上の方	9/30~10/21の毎週火曜日 午後7時~9時	20人	200円	事前
生け花サークル体験「生け花を始めませんか」(2日制) ◆どなたでも	10/3(金)・10(金) 午前10時~11時30分	15人	2,000円	事前
インドカレー店で「秋の味覚ナン」作りに挑戦 ◆4歳~小学生と保護者	10/4(土) 午後3時~4時30分 ※場所は青井	10組	1,300円	事前 [ネット不可]
NTTドコモの「らくらくスマートフォン」の使い方教室 ◆おおむね60歳以上の方	10/7(火) 午前10時~正午	20人	無料	事前
歌舞伎のススメ「はじめてさんにも楽しい歌舞伎」	10/17(金) 午前10時~11時30分	15人	700円	事前

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
暮らしのアロマ 更年期の不調にアロマスプレー	9/25(木) 午後1時30分~2時30分	10人	1,200円	事前
普通救命講習で資格取得	9/27(土) 午前9時~正午	30人	1,400円	事前
キラキラなポンポンで楽しくチアダンス(5日制) ◆5歳~小学3年生	9/30~10/28の毎週火曜日 午後5時15分~6時	20人	2,000円	事前
親子でスキンシップ 赤ちゃんマッサージ(4日制) ◆2カ月~1歳未満の子どもと保護者	10/10~10/31の毎週金曜日 午前10時~11時	12組	3,860円	事前
教えて先輩ママ! 「楽しくトイレトレーニング」 ◆トイレトレーニングを始める前の子どもの保護者	10/15(水) 午前10時30分~11時30分	10人	無料	事前
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
おとなの少年倶楽部(くらぶ) ミニ四駆	8/31(日) 午後1時~4時	なし	100円(ミニ四駆を作成する方は1,180円)	当日
すくすく子育てひろば はじめてのドキドキ科学 ◆3歳以下の子どもと保護者	9/24(水) 午前10時~11時30分	20組	310円	事前
みんなで歌おう 相撲甚句サークル体験(2日制)	9/24(水)、10/1(水) 午後1時30分~3時	10人	無料	事前
ママと一緒にわくわく親子体操(5日制) ◆2・3歳の子どもと母親	9/26~10/24の毎週金曜日 午後0時30分~1時30分	20組	2,700円	事前
リンパマッサージ むくみすっきり! フェイスマッサージ ◆16歳以上の女性	9/26(金) 午後7時30分~9時	20人	1,120円	事前
男子キッチン「きのこの炊き込みごはん手作りがんも」 ◆16歳以上の男性	10/3(金) 午後7時~9時	8人	1,690円	事前
楽しく読もう! 近代文学「夏目漱石『夢十夜』第一夜」	10/5(日) 午前10時~正午	20人	50円	事前
リンパマッサージ 肩こり解消! 体のリンパマッサージ ◆16歳以上の女性	10/10(金) 午後7時30分~9時	20人	620円	事前
男のボディメイク「脂肪燃焼ピクス」(6日制) ◆16歳以上の男性	10/14~11/25の毎週火曜日(11/4を除く) 午後7時30分~9時	20人	3,180円	事前
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
イザという時に! 家族や自分を守る護身術教室	9/15(祝) 午前10時~正午	20人	無料	事前
「のこぎりキング」秋のミニリサイタル ◆どなたでも	9/21(日) 正午~午後0時45分	30人	無料	当日
足立区災害対策課が教える災害対策と花畑センターの役割	9/22(月) 午後1時30分~3時	30人	無料	事前
ストレッチからはじめる大人バレエ入門(8日制) ◆16歳以上の女性	10/2~11/27毎週木曜日(10/30を除く) 午後0時30分~2時	16人	3,600円	事前
フライパンで簡単おやつ! パンケーキとりんごジャム作り	10/6(月) 午前10時30分~正午	16人	980円	事前
最新ヒット曲で踊るこどもジャズダンス(8日制) ◆女子小学生	10/7~11/25の毎週火曜日 午後4時~5時	20人	2,720円	事前
不安解消! 充実したシニアライフのための年金活用セミナー	10/8(水) 午前10時30分~正午	20人	無料	事前
こどもヒップホップダンスサークル体験(4日制) ◆小学1~3年生	10/8~29の毎週水曜日 午後3時45分~4時45分	15人	無料	事前
花畑の料理「萩ご飯と秋刀魚(サンマ)開きの素焼き」	10/9(木) 午前10時~午後1時	20人	1,040円	事前
皮から作る本場のパリパリ手作り餃子(ギョーザ)	10/12(日) 午前10時~午後2時	16人	980円	事前
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
おじいちゃんとおばあちゃんに贈る敬老の日おりがみ工作 ◆4歳~小学生(就学前の子どもは保護者同伴)	9/10(水) 午後3時30分~4時30分	14人	無料	事前
キッズK-POP(ケイポップ)ダンス(6日制) ◆小学生	9/10~10/15の毎週水曜日 午後4時30分~5時30分	20人	2,010円	事前
暮らしのアロマサロン 介護ハンドマッサージA・B	A:9/11(木) 午前10時30分~11時30分 B:9/12(金) 午後7時~8時	各12人	1,300円	事前
みんなの将棋ひろば ◆おおむね小学生以上の方	9/13(土) 午後1時30分~3時	20人	200円(小学生以下の方は100円)	当日

スイムスポーツセンターのプールの臨時利用休止 日程=9月9日(火)~13日(土) ※プール以外の施設や総合受付窓口は営業 問い合わせ先=スポーツ施設支援係 ☎3880-5989

図書館の臨時休館日(9月分)

休館日=▷梅田/江北…1日(月)~5日(金) ▷興本…8日(月)~12日(金) ▷鹿浜/花畑…25日(木)~30日(火) ▷宮城…8日(月)~13日(土) ※定期休館日は館内掲示などで案内 問い合わせ先=中央図書館 ☎5813-3740

8月26日(火)、午前9時から受け付け開始(一部を除く)

受け付け開始日の午前9時～午後1時は催しの開催施設のみで受け付け ※インターネットの受け付けは午後1時から

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502					
保塚ベビーサロン 赤ちゃんにこにこベビーマッサージ ◆2カ月～ハイハイができる前の子どもと保護者	9/16(火) 午前10時～11時	12組	550円	事前	
アロマリフレクソロジー・セラピスト養成講座(8日制)	9/29～12/15の毎週月曜日(10/13、11/3・24、12/8を除く) 午後7時30分～9時	12人	10,200円		
女性のための筋トレ講座「ひめトレ」骨盤体操(3日制) ◆16歳以上の女性	10/2～16の毎週木曜日 午後7時15分～8時15分	12人	1,380円		
基本から始めましょう! ギターサークル体験 ◆中学生以上の方	10/3(金) 午後6時30分～8時30分	12人	無料		
バランスボールでゆったリラックス体操(7日制) ◆おおむね40歳以上の方	10/8～12/24の毎週水曜日(10/15、11/5・19、12/3・10を除く) 午後1時30分～2時30分	15人	3,150円		
楽しく続ける ゆったり健康太極拳(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	10/28、11/11・25、12/9・23 いずれも火曜日 午前10時～11時30分	20人	2,150円		
スィムスポーツセンター(うきうき館) 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133					
きれいに歩こう シェイプアップウォーキング(5日制) ◆おおむね30歳以上の方	10/6、11/10、12/1・8・22 いずれも月曜日 午前11時～正午	20人	3,000円	事前	
シェイプ! アップ! ステップ・エアロ(5日制)	10/7～11/4の毎週火曜日 午後0時30分～1時30分	15人	2,550円		
初級・中級水泳(6日制)	10/7～11/11の毎週火曜日 午後1時30分～2時20分	15人	4,080円		
4泳法シリーズ入門編(平泳ぎ)前期(4日制) ◆18歳以上の方	10/23～11/13の毎週木曜日 午後1時30分～2時20分	20人	3,320円		
親子水遊び(5日制) ◆2歳～就学前の子どもと保護者	10/26～11/30の毎週日曜日(11/23を除く) 午前11時30分～午後0時20分	20組	4,350円		
親子水泳(5日制) ◆小学1～3年生と保護者	10/26～11/30の毎週日曜日(11/23を除く) 午後1時30分～2時20分	15組	4,350円		
ヘルシーエクササイズ(4日制)	10/27、11/10、12/1・8 いずれも月曜日 午前10時～11時30分	50人	1,800円		
アンチエイジング・ラテンエクササイズ(7日制) ◆18歳以上の方	10/31～12/12の毎週金曜日 午前11時30分～午後0時30分	15人	3,570円		
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211					
体験版トリム体操A・B ◆おおむね60歳以上の方	A: 9/3(水) B: 9/10(水) 午前10時～11時30分	各30人	無料		事前
トリム体操(8日制) ◆おおむね60歳以上の方	9/17～11/12の毎週水曜日(10/1を除く) 午前10時～11時30分	30人	3,600円		
障がい者ちびっこトランポリン(10日制) ◆障がいのある3歳～小学生	9/17～11/26の毎週水曜日(10/1を除く) 午後1時30分～3時	15人	2,000円		
小学生合気道(11日制) ◆小学生	9/19～11/28の毎週金曜日 午後4時30分～5時30分	30人	2,530円		

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
キッズサッカー(8日制) ◆小学1・2年生	9/22～12/15の毎週月曜日(10/13、11/3・10・24、12/8を除く) 午後4時～5時30分	50人	1,840円	事前
チア&バトンA・B(11日制) ◆5歳～小学生	9/25～12/4の毎週木曜日 A: 午後4時15分～5時15分 B: 午後5時15分～6時15分	各40人	2,530円(別途教材費が必要)	
やさしいヨガ(8日制)	10/10～11/28の毎週金曜日 午前10時～11時15分	30人	3,600円	
フィットネス・フラ(6日制)	10/20～12/22の毎週月曜日(11/3・10・24、12/8を除く) 午前10時～11時	30人	2,700円	
東綾瀬公園温水プール(すいすいらんど綾瀬) 〒120-0004 東綾瀬3-4-1 ☎5616-2500				
健康いきいきフェスタ やさしいアクアエクササイズ	9/21(日) 午前10時20分～11時20分	30人	500円	事前
健康いきいきフェスタ ボールでストレッチ ◆35歳以上の方	9/21(日) 午前11時～11時40分	10人	500円	
健康いきいきフェスタ 水中ウォーキング体験教室 ◆50歳以上の方	9/21(日) 午前11時30分～午後0時20分	30人	500円	
健康いきいきフェスタ 全身ストレッチ ◆50歳以上の方	9/21(日) 正午～午後0時50分	13人	500円	
健康いきいきフェスタ ひざ痛・腰痛改善教室 ◆45歳以上の方	9/21(日) 午後0時30分～1時20分	12人	500円	
健康いきいきフェスタ かなづち水泳教室 ◆50歳以上の方	9/21(日) 午後1時30分～2時20分	12人	500円	
ベビーマッサージ&リトミックA・B(4日制) ◆4カ月～1歳5カ月の子どもと保護者	10/8～29の毎週水曜日 A: 午前10時～10時30分 B: 午前10時45分～11時15分	各15組	3,320円	
子どもリトミック(水曜)(4日制) ◆1歳3カ月～2歳の子どもと保護者	10/8～29の毎週水曜日 午前11時30分～午後0時15分	12組	4,200円	
親子水遊び(5日制) ◆就学前の子どもと保護者	10/25～11/29の毎週土曜日(11/15を除く) 午前11時30分～午後0時20分	20組	4,350円	

♪♪ 月 ふれあいまつり ♪♪

■日時=9月27日(土)、午前10時～午後4時/9月28日(日)、午前9時～午後3時 ■内容=登録団体が日ごろの活動成果を発表 ■申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ ■場所・問い合わせ先=保塚地域学習センター ☎3858-1502



▲様々なサークルの舞台発表が楽しめる

この下は広告スペースです。内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは、報道広報課へ ☎3880-5815

医療機関が混み合う前に 健診を受けましょう!

◆10月からは医療機関も混み合います。
◆早めに健診を受けましょう!

※平成25年度に足立区立小学校6年生の皆さんから標語を募集しました。この広告で優秀作品に選ばれた標語を順次掲載しています。

メタボ先生

平成25年度「特定健診受診勧奨の標語キャンペーン」優秀作品

病気をほっておいたら 命があぶない 今から健診だ!

東加平小学校6年 高橋 瀬那

足立区医師会
〒121-0011 足立区中央本町 3-4-4
TEL: 03 (3840) 2111 (平日9:00～17:00)

REAL PARTNER 公益社団法人 東京都宅地建物取引業協会 足立区支部

随時受付

不動産無料相談

☎03-3889-2297

〒120-0011 東京都足立区中央本町1-13-13 遠山ビル2F(区役所となり)

難解な雨漏りを即解決 雨漏り検査!

特殊検査液で雨漏りをピンポイント解明 修繕費の無駄はカット

地震による壁の亀裂補修等 何でもお気軽にお問合せ下さい

tel 03-5875-6633

見積り無料 信頼と実績の 株式会社サーベイ

検査・修繕 〒124-0006 東京都葛飾区堀切 2-60-9

広告

H27年3月まで 2,000円をキャッシュバック! ローカル鉄道で行く会津・大内宿の旅

TEL 0242-39-1202 ローカル鉄道で行こう 会津 検索

〒965-8601 福島県会津若松市東栄町3-46 会津若松市役所 地域づくり課

12

9月1日は防災の日

必ずやってくる 災害に備えよう

25年度に実施した区の世論調査によると、災害に備えて家庭備蓄を行っている方が、前年度に比べ7.9ポイントも低下していることが分かりました(図1)。必ず訪れる災害に備え、今一度ご自身で、ご家族で、勤務先で防災について考えましょう。■申込・問い合わせ先 =災害対策係 ☎3880-5836

(図1) 備蓄や防災用具などの用意についての調査

年次	備蓄・買い置きあり			無回答
	災害に備えて食材の備蓄や防災用具などを用意している	特に災害対策としてではないが、一定量の飲食物などの買い置きはある	特に用意していない	
23年	25.7	47.9	23.8	2.6
24年	30.0	43.9	24.3	1.9
25年	22.1	46.3	29.2	2.4

自助 「各家庭での備蓄」が皆さんの命をつなぐ!!

区の備蓄には限りがあります。各家庭で生活必需品を用意しましょう。日ごろ使う食品を多めに用意し、消費しながら補充を繰り返して非常時に備える「ローリングストック」を実践すると、効率的な備蓄ができます。



豆知識 買い置き食品で簡単! 災害時レシピ

常備している缶詰めやレトルト食品がバランスメニューに変身。火を使わず、混ぜるだけで「まぜご飯」の完成。



さらにワンポイント

- 缶切りを使わない缶詰めが便利
- 水、食料は小サイズの方が使いやすいと衛生的

▲ ご飯は温めなくても缶詰めの汁気で柔らかくなる
レシピ提供: 足立フリー栄養士会

困ったときは、足立区防災ナビを活用

防災マップの表示、避難所などへのナビ、区公式ホームページの最新情報の表示などの機能を集約したアプリです。



9月上旬に地図や防災ガイドなどを最新版に更新

← 一時滞在施設、誰でもトイレ、オストメイト対応トイレ情報も掲載

入手方法



▲ 上記QRコードから区公式ホームページへアクセスし、使用機種に対応するページからダウンロード

共助・近助 近くの人の助けが必要になります

東日本大震災発生時、被災者の救出には地域住民同士で助け合う「共助」が大きな力を発揮しました。災害時には、近くにいる人同士の助け合いが何より大切です。

区内には、町会・自治会などを単位とした防災区民組織を基盤に、区民消防隊や区民レスキュー隊が結成されています。自分たちのまちを自分たちで守るため、地域の防災活動に参加しましょう。



▲ 区民消防隊による消火訓練の様子

地域の防災訓練にも参加しよう

9月以降も多くの小・中学校などの避難所で防災訓練が実施されます。訓練に参加し、地域一丸となって災害に備えましょう。実施場所など、くわしくは区のホームページをご覧ください。



▲ 25年度総合防災訓練での救出訓練

「足立区総合防災訓練」出展者募集

■日時= 11月9日(日)、午前9時~正午 ■場所= 西新井さかえ公園 ■対象= 防災関連の活動や商品を取り扱い、区民向けに普及啓発が可能な団体・事業者・企業 ■定員= 20団体程度(抽選) ■費用= 無料 ■期限= 9月16日(火) ※申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。

火災の早期発見、出火・延焼拡大防止にご協力を

区内消防署、町会・自治会、民生・児童委員、社会福祉協議会、足立区で組織された住宅防火推進協議会では、「住宅火災における死者低減対策」に取り組んでいます。日ごろから、たばこ、ストーブ、こんろなどの火気の取り扱いには十分注意しましょう。

この下は広告スペースです。内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは、報道広報課へ ☎3880-5815

七五三 半額 (正礼より)

大好評! 全172柄
七才祝着 7,800円~
五才祝着 11,000円~
三才祝布セット 4,900円~

男「和」きもの 半額 (正礼より)

着物初めての方 お気軽にどうぞ

祭 ダボシャツ 全187柄 限定オリジナル

祭 用品何でも揃う

ライオン看板 「きものひらさわ」で検索 ☎3886-1827
二階展示室火・木定休 ☎3886-1827
ひらさわ呉服店 関原3-4-5 関原通り交番前

足立・地元で愛されて35年
あなたのクルマを高く評価
実績と評判の高い一括査定

出張査定も おまかせ! **パンヤトラックも 買取!**

現金買取! もちろん査定は無料!

JAWS 足立 カープラザ日本自動車(株)
加盟店
フリーダイヤル **0120-916-331**

【営業時間】 午前10時~午後8時(日・祝日は午後7時まで)
【定休日】 木曜日
【HP】 <http://www.294net.com/>
【メール】 carplaza@topaz.ocn.ne.jp
〒121-0062 東京都足立区南花畑2-1-8

ご成約特典
この「あだち広報」をご持参で買取ご成約のお客様に **3,000円分のクオカード** をもれなくプレゼント!

最後の120区画、現在受付中!
(H26.4.1 現在)

パーソナルタイプ(個人用) 年間管理費 10,800円 **48万円**

ファミリータイプ(家族用) 年間管理費 10,800円 **80万円**

町屋駅すぐ **東京御廟**
開館時間/午前10時~午後6時
☎0120-570-750

安心の室内墓所。限定120区画、お急ぎください。

市原悦子さん

ここである 検索

■事業主・経営管理/宗教学者無量寿山光明寺 ■所在地/〒116-0002 東京都荒川区荒川7丁目14番8号 ■敷地面積/150m ■延べ床面積/424.73m ■墓地等(納骨堂) 経営許可番号/東京都荒川区保健所 20 荒保衛環第11号 ■許可日/平成21年7月7日 No.KHAD-02