



2013年(平成25年)12月25日 第1675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/>

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

あだち ち 広報



あだち 絆
きずな
足立区孤立ゼロプロジェクト推進活動

最近、ちょっと
楽しい!

年をとってから外に出るのが億劫で、誰とも話
すことなく、毎日1人でテレビを見て過ごしてい
ました。でも最近、訪ねてきてくれる人がいるん
です。毎日、おしゃべりをして、楽しくてつい時
間を忘れてしまいますね。(区内在住 Aさん)
■問い合わせ先=絆づくり担当 ☎3880-5184



腕章と
名札が目印!

▲孤立ゼロプロジェクトで調査
活動する「推進活動員」は腕章と
名札、「絆のあんしん協力員」は名
札を着用しています

“お互いさま”の
関係づくりをめざす

「孤立ゼロプロジェクト」
くわしくは2面へ

撮影協力：六月町会会長 芦川一男さん/保木間第四アパート自治会の皆さん

葺立ち

「私は長年、民生委員児童委員
信条によって己を律して生
きてまいりました。ある民
生・児童委員の職を辞する際
のこの言葉を耳にして、私は
心を打たれました。そこには
職務に対する非常に強い責任
感と、それを全うした自分自
身に対する誇りを感じたから
です。思いのまま勝手に振る
舞うのが自由とは違っていて
いる人が多い昨今、「己を律す
る」という生き方がずっしり
とした重みをもって私にせ
まってきました◆民生・児童
委員は「社会奉仕の精神を
もって、常に住民の立場に
立って相談に応じ、必要な援
助を行い、もって社会福祉の
増進に務める」とされ、足立区
では現在541名の方にお務めい
ただいています。制度が始
まった昭和22年と今とは社
会環境が大きく変化し、求め
られる仕事量も質も異なって
きています◆存在そのものを
ご存じない方もいらっしゃる
かもしれません、1年を通
して担当地域を回り、お困り
の方と行政などをつなぐ橋渡
しの役割を担っていらっしや
います。自らの時間を割いて
活動してくださる大勢の方々
の支えがあってこそ足立区
であることを改めてかみ締め
ています◆支え支えられ。社
会はお互いさま。そんな一人ひ
とりの気持ち、安心して住
み続けられるまちづくりの礎
になるのだと思います。今年
も大変お世話になりました。今
良いお年をお迎えください。

足立区長 近藤やよい

【職員の懲戒処分等の公表とおわび】12月3日付で、懲戒処分等を行いました。職員の不祥事につ
き心からおわび申し上げます。今後、区民の皆様の信頼を回復できるよう、再発防止に全力で取り
組んでまいります。 工事契約における不適切な事務処理▷都市建設部 係長および主任主事
…戒告/課長…訓告■問い合わせ先=人事課 調査担当 ☎3880-5831

◆選挙管理委員の交代◆
12月16日付で西口喜代志委員が退任し、12月17
日付で、菅原良和委員が就任しました。
■問い合わせ先=選挙管理委員会事務局 管理係
☎3880-5581 ▲菅原良和委員



2 「人と人がつながるまちへ」

孤立ゼロプロジェクト本格始動！

近年、「社会的孤立」を背景にした孤独死やセルフネグレクト(※)などが社会問題になっています。それらを打破するため、区は、地域で支え合う「お互いさま」の関係づくりを始めました。

■問い合わせ先=絆づくり担当 ☎3880-5184

※…自身の体調管理や衛生状態の保持ができない、またはする意思のない状態



「孤立ゼロプロジェクト」とは

ステップ1 介護保険サービスを利用していない70歳以上の単身世帯または75歳以上のみの世帯を対象に、町会・自治会、民生委員が、区からの情報をもとに「世間話をする頻度」「困りごとの相談相手がいるか」などを聞き取り調査します。 ※11月末現在、93の町会・自治会が参加し、調査を開始しています。



現在
地点

気づく

▲六月町会では、10月から対象者351人に調査を行った

▼保木間第四アパートでは、「絆のあんしん協力員」が定期的に訪問活動を行っている



寄り添う
つなげる

ステップ2 「世間話をする頻度が低い」「困りごとの相談相手がない」と判断した方には、地域包括支援センターから「絆のあんしん協力員」を派遣。協力員は世間話などを通じて対象者を見守ります。

ステップ3 「絆のあんしん協力員」は、地域のイベントやサロン活動などを紹介。居場所づくりのお手伝いもします。

居場所
づくり

社会参加へ



▲区内11カ所の公園で開催中の「パークで筋トレ」



▲住区センターで楽しく交流する「住区de団らん」

事例紹介

孤立ゼロプロジェクトの重要部分を担う「絆のあんしん協力員」。その活動内容を紹介します。

孤立ゼロをめざし、「お互いさま」の関係づくりで増やす笑顔と元気

◆孤独死ゼロをめざして

「10年前、この地区では孤独死が続きましたが今はゼロです」と話すのは、波多野玲子さん。保木間第四アパート自治会のメンバーだ。波多野さんたちは「絆のあんしん協力員」として、定期的に各宅を訪問している。「はじめは無表情だった方も、訪問を重ねるうちに、次第に笑顔を見せてくれるようになります。そんなとき役に立っていることを実感できますね。より良い支援のために認知症などの勉強会も行っているんですよ」と語る。波多野さんたちからは、この地区から孤独死は絶対に出さないという力強い思いが伝わってくる。



▲「絆のあんしん協力員」の訪問に笑みがこぼれる

◆団地内のコミュニティを支える

都営団地に「こんにちは、お元気ですか」と明るい声が響く。扇一丁目第三団地自治会長の笠井達夫さんたちだ。団地内の話し相手が少ない1人暮らしの高齢者宅を週1回訪ねている。新しく入居してくる人も多いため、常に状況を把握しながら活動しているという。

「『次はいつ来るの?』と言ってももらえるととても嬉しく、逆に元気をもらっている気がします」と語る笠井さん。「お互いさま」の関係は、地域の絆をより強くしている。



▲扇一丁目第三団地自治会「絆のあんしん協力員」の皆さん

「絆のあんしん協力員」さんが来てくれるのを毎日楽しみにしています



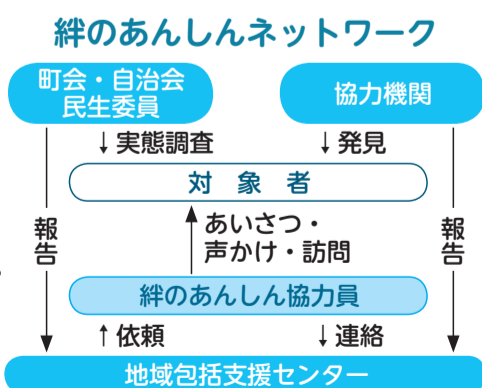
▲区内在住Aさん

足を悪くしてから、外に出かけることが難しく、家にこもりがちになりました。ご近所の方と話す機会もなく、高齢者の集いに参加したい気持ちはあっても足のことを考えると参加できずにいました。小さな問題も1人で抱え込んでしまっていましたね。昔は大家族で暮らしていたので、1人暮らしは寂しく、不安も感じていました。それが「絆のあんしん協力員」の方が訪ねてきてくれるようになってからは、朝からおしゃべりができてとても楽しく、日々の活力になっています。このようなご近所づきあいがもっと広がってほしいですね。

“あなたのちから”を貸してください

「絆のあんしん協力員」として「絆のあんしんネットワーク」に参加してみませんか？

お互いに少しずつちからを出し合って、無理のない範囲で助け合う、「緩やかなつながり」を「絆のあんしんネットワーク」と名づけました。地域の人がお互いに支え合って暮らせるまちにするため、ぜひ、あなたのちからを貸してください。



◆「絆のあんしん協力員」の活動は？

地域包括支援センターから依頼された対象者への訪問や声かけを行います。

例えば… ・あいさつなどの声かけや玄関先で世間話
・地域の行事や住区センターなどの催し物を案内…などを無理のない範囲で行います。

「絆のあんしん協力員」の活動内容や接し方をまとめた『「絆のあんしん協力員」寄り添い支援活動定期訪問の手引』を地域包括支援センターなどで配布中。登録方法など、くわしくは手引をご覧ください。■対象=区内在住・在勤・在学の方

■問い合わせ先=絆づくり担当 ☎3880-5184

◆放射線量の調査 (12/2~13の平日)

日付	2	3	4	5	6	9	10	11	12	13
測定値(マイクロシーベルト/時)	0.08	0.09	0.09	0.08	0.09	0.09	0.12	0.13	0.07	0.08

■計測場所=区役所前中央公園(地上から高さ50cm)
■問い合わせ先=環境対策係 ☎3880-5367

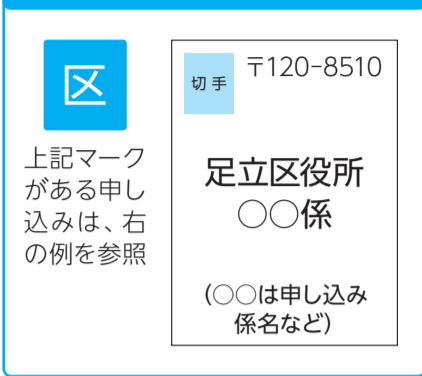
お知らせ・情報コーナー

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
✉…メールアドレス

郵送申し込み記入例



上記マークがある申し込みは、右の例を参照

〒120-8510
足立区役所
〇〇係
(〇〇は申し込み係名など)

子育て・教育

冒険遊び場

■日時=26年1月18日(土)、午前11時～午後4時 ■対象=18歳以下の方 ※就学前の子どもは保護者同伴 ■内容=段ボール遊び/鍋の調理など ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・申・問先=鹿浜いきいき館 ☎3853-5071

鹿浜地区の小・中学校の新しい校名を募集

■募集内容=上沼田小学校と鹿浜小学校の統合新校名/鹿浜中学校と第八中学校の統合新校名 ■募集期限=26年1月22日(水) ※応募方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=適正配置担当 ☎3880-5426

赤ちゃんが教えてくれた糖尿病予備群(2日制)

■日時=26年1月17日(金)、午前9時30分～正午/1月24日(金)、午後

1時30分～4時 ■対象=次のいずれかに当てはまる女性…妊婦健診で尿糖(+)以上が複数回あった/妊娠糖尿病だった/赤ちゃんの出生体重が3,800g以上だった/糖尿病の家族がいる/自身が2,500g未満で生まれた ■内容=血糖自己測定/日本糖尿病学会専門医による講演など ■定員=30人(12月26日から先着順) ■申込=電話 ■場・申・問先=千住保健総合センター地域保健係 ☎3888-4277

歯の体験教室「親子デンタルクラス」

■日程等=表1 ■対象=区内在住で4歳～就学前の子どもと保護者 ■内容=子どもの歯型づくり/歯科健診・相談/顕微鏡による口の中の細菌観察など ■定員=各25組(12月26日から先着順) ■申込=電話または窓口

表1 親子デンタルクラス日程等

場・申・問先(保健総合センター)	日程
竹の塚 ☎3855-5082	26年1/28(火)
中央本町 ☎3880-5354	26年2/7(金)
東和 ☎3606-4171	26年1/30(木)

※いずれも受付時間は午後2時30分～3時30分

健康・衛生

健康大学「糖尿病を減らそう」

■日時=26年1月8日(水)、午前10

時～11時30分 ■対象=区内在住・在勤の方 ■内容=眼科医による講演「糖尿病および加齢に伴う眼の病気」 ■定員=50人(12月26日から先着順) ■申込=電話 ■場・申・問先=千住保健総合センター地域保健係 ☎3888-4277

糖尿病予防講演会「働き盛りは放置しない」

■日時=26年1月16日(木)、午後1時30分～3時30分 ■対象=健診で空腹時の血糖値が100mg/dl以上、HbA1c(NGSP値)が5.6%以上、尿糖が(+)以上、糖尿病が気になっている方 ■内容=糖尿病専門医による講演と質疑応答 ■定員=50人(12月26日から先着順) ■申込=電話 ■場・申・問先=竹の塚保健総合センター地域保健係 ☎3855-5082

始めよう 楽しい口腔ケア

■日時等=表2 ■対象=区内在住でおおむね65歳以上の方 ■内容=歯科医師による講話/若さを保つための口の体操「スマイルアップあだち☆ちゅうりっぷ体操」/顕微鏡による口の中の細菌観察など ■定員=各30人(12月26日から先着順) ■申込=電話または窓口

表2 始めよう 楽しい口腔ケア 日時等

場・申・問先(保健総合センター)	日時
中央本町 ☎3880-5354	26年1/10(金)、午後1時30分～3時
東和 ☎3606-4171	26年1/30(木)、午前10時～11時30分

健康・衛生は、4面に続きます

長寿健康増進事業(26年2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(26年2月分)日時等

場・申・問先(地域学習センター)	日時	内容等
梅田 ☎3880-5322	2(日)、午前10時30分～午後1時30分	お喜楽ヘルシークッキング 定員=12人
江北 ☎3890-4522	24(月)、午後2時～4時	75歳からの園芸教室 定員=20人
東和 ☎3628-6201	6(木)、午前10時～11時	脳トレと簡単な体操で元気な体づくり 定員=10人
舎人 ☎3857-0008	25(火)、午後1時30分～3時30分	まったく初めてのスマートフォン 定員=15人

※いずれも12月26日から先着順(12月28日～26年1月4日は申し込み不可)

介護予防「はつらつ教室」

■日時等=表4 ■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 ■問先=介護予防係 ☎3880-5885

表4 はつらつ教室日時等

場・申先	日時	内容等
伊興地域学習センター ☎3857-6537	26年2/6～3/6の毎週木曜日、午前10時～11時30分	高齢者の体に関する知識の習得やタオル・ボールなどを使って自宅のできる簡単な体操 定員=20人 申込=電話または窓口 期限=1/10(金)
梅田地域学習センター ☎3880-5322	1/27～3/3の毎週月曜日(2/17を除く)、午前10時～11時30分	椅子に座ってできる転倒予防体操と脳トレ 定員=20人 申込=電話 期限=1/20(月)
興本地域学習センター ☎3889-0370	2/3～3/10の毎週月曜日(2/17を除く)、午後3時30分～5時	椅子に座ったままできるストレッチ運動や軽い筋トレ 定員=25人 申込=電話 期限=1/10(金)
佐野地域学習センター ☎3628-3273	2/5～3/5の毎週水曜日、午前10時～11時30分	タオルなどを使った自宅でも行える体操 定員=20人 申込=窓口 期限=1/29(水)
生涯学習センター ☎5813-3730	2/6～3/6の毎週木曜日、午前10時～11時30分	健康維持に役立つ、簡単で楽しい軽体操 定員=20人 申込=電話 期限=1/23(木)
総合スポーツセンター ☎3859-8211	2/5～3/5の毎週水曜日、午後1時30分～3時	椅子やマットを使った軽い体操、脳トレなど 定員=20人 申込=電話 期限=1/22(水)
日介ケアセンター花畑 ☎5851-3373	2/2～3/2の毎週日曜日、午前10時～11時30分	個別プログラムでの転倒予防トレーニング 定員=20人 申込=電話 期限=1/15(日)
花畑地域学習センター ☎3850-2618	1/21～2/25の毎週火曜日(2/11を除く)、午後1時～2時30分	太ももやすねの筋肉を鍛えて転倒予防/体幹を鍛えて姿勢改善 定員=20人 申込=電話 期限=1/7(火)

※いずれも5日制。選考で決定。12月26日から受け付け開始(12月28日～26年1月4日は申し込み不可)

献血(26年1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
7(火)～10(金)	区役所1階区民ロビー	午前9時30分～11時30分/午後0時45分～4時
19(日)	六木小学校	午前9時30分～11時30分/午後0時45分～3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(26年1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
5(日)	高石接骨院(関原3-40-18)	3840-4951
	佐藤接骨院(柳原2-20-12)	3879-4177
12(日)	千住名倉諸接骨院(竹の塚1-35-9)	3850-1313
	さくら整骨院(花畑4-39-11)	3884-7118
13(祝)	多田接骨院(青井3-37-19セザールマンション102)	3886-4152
	秋山整骨院(梅田7-16-1)	3849-1888
19(日)	あやせ駅前鍼灸接骨院(綾瀬3-6-6)	3629-3227
	清水整骨院(江北7-23-1)	3896-9778
26(日)	ふくだ接骨院(西新井1-19-7)	3855-6848
	保木間加藤接骨院(保木間1-25-12)	5851-9618

※いずれも時間は午前9時～午後5時。12月29日(日)～26年1月3日(金)の案内は12月10日号に掲載済み

■問先=▷施術…各当番所 ▷制度…健診事業係 ☎3880-5121

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 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

健康・衛生は、
3面からの続きです

健康・衛生

ふれあい遊湯う
(26年1月～3月分)

■場所等=表1 ■対象=おおむね65歳以上で、1人で入浴できる方
■内容=入浴/レクリエーションなど
■費用=▷入浴料…200円
▷昼食代…500円程度 ※弁当持参可
■申込=不要 ※当日直接会場へ
■問先=生活協同組合東京高齢協のぞみ ☎3886-3200
区・介護予防係 ☎3880-5885

表1 ふれあい遊湯う場所等

曜日	場所
月	竹の湯 (関原1-9-13) / 金子湯 (綾瀬4-17-4)
火	大和湯 (島根2-19-7) / 第二堀田湯 (西新井栄町1-7-9)
木	湯処じんのび (西新井6-43-4) / 旭湯 (千住宮元町13-10)
金	おきもと湯 (西新井本町4-29-24) / 金の湯 (千住柳町36-8)
土	しのぶ湯 (伊興4-5-9) / 大平湯 (青井6-21-3)

※いずれも時間は午前10時～午後2時 (26年1月1日～13日を除く)

東洋医学で
からだメンテナンス

■日時=26年1月29日(水)、午後2時～4時
■対象=区内在住で64歳以下の方
■内容=東洋医学から見たセルフケアについての講義・体

験 ■定員=30人 (12月26日から先着順) ■申込=電話 ■場・申・問先=千住保健総合センター地域保健係 ☎3888-4277

福祉・高齢医療

障がい別福祉相談
(26年1月～3月分)

■日時等=表2 ■場所=竹の塚障がい福祉館 ■対象=障がいのある方と家族
■内容=障がいに関わる生活体験のある障害者相談員による相談
■申込=不要 ※当日直接会場へ
■問先=障がい福祉センター自立生活支援室 ☎5681-0132 FAX5681-0137

表2 障がい別福祉相談日時等

障がい種別	日時
視覚障がい	1/15(水)、3/19(水)、午前10時～正午
聴覚障がい	1/18(土)、2/15(土)、3/15(土)、午後1時～4時
肢体不自由	1/21(水)、午前10時～正午
知的障がい	2/25(水)、午前10時～正午

仕事・産業

若者向け就労支援講演会
「達人の舞台ウラDX」in
あだちメッセ

■日時=26年1月18日(土)、午後1時～3時
■場所=シアター1010

未来を拓く「足立ブランド」—25年度認定企業決定—

優秀な製品や技術をもち、足立のものづくりを全国に発信しようという熱意をもつ区内企業を認定する「足立ブランド」。今年は2社が新たに加わり、全部で37社になりました。 ■問先=工業係 ☎3880-5869

【(株)猩々テクノ】(江北6-7-7) ☎3856-0505

ハイテク市場を支える超精密金型製造技術

一眼レフカメラやプロジェクターに使用されているレンズ部分の部品を金型から製造。ミクロン単位の高度な加工技術が要求される分野で活躍しています。培った技術を活かし医療器具などで使用されるフッ素樹脂などの高難度素材にも対応可能です。



【東洋皮革(株)】(梅田4-3-18) ☎3849-1186

国内唯一 爬虫類の原皮直接輸入から仕上げまで一貫生産

クロコダイルやパイソンなどの爬虫類の皮を直接輸入・なめし・染色・仕上げまで行い、顧客の要望にそったきめ細かい加工技術で評価を得ています。ワシントン条約の輸入規制にも許可証と専門スタッフで対応しています。



地域包括支援センター介護(予防)教室(26年1月・2月分)

申・問先 (地域包括支援センター)	日時	内容等
伊興 ☎5837-1280	①1/17(金) ②1/28(水)、 いずれも 午後1時～2時30分	①若返りストレッチ、リズム体操 ②座ったままでできる健康体操 いずれも、 場所=伊興地域学習センター 定員=30人(先着順) 申込=電話
扇 ☎3856-7007 江北 ☎5839-3640 鹿浜 ☎5838-0825 新田 ☎3927-7288 西新井 ☎3898-8391 西新井本町 ☎3856-6511 本木関原 ☎5845-3330	1/29(水)、 午後1時30分～ 3時30分	講演会「認知症になっても地域で暮らそう」 場所=江北保健総合センター 定員=40人(先着順) 申込=電話
新田 ☎3927-7288	1/25(土)、 午後2時～3時30分	年の初めだからこそ考える「遺言」 場所=新田地域学習センター 定員=25人(先着順) 申込=電話
千住西 ☎5244-0248	①1/4(土)、 午前9時30分～正午 ②2/7(金)、 午後1時30分～3時	①散歩の会「スサノオ神社(荒川区南千住6-60-1)へ初詣で」 ※集合は地域包括支援センター千住西 ②講習会「はじめよう老い支度 エンディングノートから葬儀について」 定員=①30人 ②40人 いずれも、先着順 申込=電話
中川 ☎3605-4985	1/21(水)、 午後2時30分～4時	講演会「地域の絆を考える」 場所=中川地域センター(長門住区センター一分館) 定員=50人(先着順) 申込=電話
西新井 ☎3898-8391	①1/14(水) ②1/24(金)、 いずれも 午後2時～3時30分	①介護の悩みを話そう会 ②認知症サポーター養成講座 定員=①10人 ②20人 いずれも、先着順 場所=高齢者在宅サービスセンター西新井(西新井2-5-5) 申込=電話
はなはた ☎3883-0048	1/23(木)、 午後2時～3時30分	認知症サポーター養成講座 場所=花畑地域学習センター 定員=50人(先着順) 申込=電話
日の出 ☎3870-1184	①1/7(水)、 午後1時30分～3時 ②1/24(金)、 午後1時30分～ 2時30分 ③1/24(金)、 午後2時40分～ 3時30分	①脳を鍛えて認知症予防「こくご」 ②講演会「消費者被害について」 ③脳を鍛えて認知症予防「しゃかい」 場所=①総合ボランティアセンター ②③千住あずま住区センター分室 いずれも、定員=30人(先着順) 申込=電話
保木間 ☎3859-3965	2/15(土)、 午後3時～4時30分	みんなで考えよう「近助力」 場所=足立老人ケアセンター(保木間5-23-20) 定員=30人(先着順) 申込=電話
本木関原 ☎5845-3330	①1/8(水) ②1/17(金)、 いずれも 午後1時30分～3時	①転倒予防体操 ②レクダンス いずれも、 場所=本木関原住区センター
六月 ☎5242-0302	1/7(水)・21(水)、 午後2時～3時30分	いすに座ってできる体操講座 場所=ゆうあいの郷六月(六月1-6-1) 定員=各20人(先着順) 申込=電話

※先着順は12月26日から受け付け開始(12月29日(日)～26年1月3日(金)を除く月～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

勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)の休館

■日程=26年1月26日(日) ■内容=特別清掃のため休館 ※図書取り次ぎ業務も休止 ■問先=産業政策課 管理係 ☎3880-5182

左記マークがある
申し込みは、
P3左上を参照

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

人材募集

保育園・こども園職員 (保育・用務・栄養士〈非常勤〉)

■勤務内容等=表3 ■勤務場所=区立保育園/区立こども園 ■雇用期間=26年4月1日~27年3月31日 ※勤務実績などにより更新あり ■選考=▷1次…書類(用務・栄養士は作文あり) ▷2次…面接(保育のみ作文あり、26年2月7日(金)を予定) ■申込=申込書(自筆、写真貼付)を区へ郵送または持参 ※申込書は保育課 保

育管理係、子ども家庭課 幼児教育係、各区立保育園(公設民営の園を除く)、各区立こども園で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。申込書類は返却不可 ■期限=26年1月17日(金)必着 ■申・問先=保育管理係 ☎3880-5872

雇用・生活総合相談員 (非常勤)

■対象=キャリアコンサルタント、産業カウンセラーなどの資格を有し、相談実務経験が5年以上ある方 ■勤務内容=雇用相談、生活再建の相談など ■勤務条件=週4

日、午前8時45分~午後5時15分 ※社会保険・有給休暇あり ■雇用期間=26年4月1日~27年3月31日 ※勤務実績などにより更新あり ■報酬=月額22万円 ※交通費あり ■募集人数=1人 ■選考=▷1次…書類および小論文 ▷2次…面接(26年1月30日(休)) ■申込=履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付)、職務経歴書、小論文「雇用・生活総合相談業務に求められるコンサルティングについて」(1,200字程度、自筆)を区へ郵送または持参 ※応募書類は返却不可。実施要領など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■期限=26年1月14日(火)必着 ■申・問先=就労支援係 ☎3880-5469

たの考える学校事務とは」(400字程度、様式自由)を区へ郵送または持参 ※応募書類は返却不可。登録後、必要とする学校長が面接のうえ採用 ■期限=26年1月24日(金)必着 ■申・問先=教職員係 ☎3880-5972

法人監査専門員(非常勤)

■対象=日商簿記2級以上を有し社会福祉法人の財務諸表などを監査し得る経験がある方、またはそれに準ずる方 ■勤務内容=社会福祉法人の指導検査など ■勤務条件=週4日、28時間 ※社会保険・有給休暇あり ■雇用期間=26年4月1日~27年3月31日 ※勤務実績などにより更新あり ■報酬=月額21万円(予定) ※交通費あり ■募集人数=1人 ■選考=▷1次…書類 ▷2次…面接 ■申込=必要書類を区へ郵送または持参 ※応募書類は返却不可。必要書類など、くわしくはお問い合わせください。 ■期限=26年1月14日(火)必着 ■申・問先=福祉管理課調整担当 ☎3880-5732

学校事務(臨時職員・登録制)

■対象=パソコン操作(Word、Excelなど)を含む事務ができる方 ■勤務内容=区立小・中学校での事務補助 ■勤務条件=週5日、29時間以内 ■雇用期間=26年4月1日~7月20日 ■報酬=時給910円 ※交通費含む ■募集人数=若干名 ■申込=履歴書(JIS様式推奨、写真貼付)、作文「あな

人材募集は、
6面に続きます

表3 保育園・こども園職員(保育・用務・栄養士〈非常勤〉)勤務内容等

職種	必要資格	業務内容	勤務時間	報酬月額	募集人数
保育(日中保育)	保育士、幼稚園教諭、小・中学校教諭、看護師、保健師のいずれか	保育など	週4日、1日6時間	14万2,000円	20人程度
			週5日、1日6時間	17万8,000円	
保育(朝夕保育)	保育士	保育など	週6日、1日4時間(朝または夕方)	14万9,000円	5人程度
			週6日、1日2時間ずつ(朝および夕方)	15万7,000円	
用務	なし	清掃など	週3日、1日7時間45分	14万2,000円	5人程度
栄養士	栄養士	給食に関する専門的業務	週5日、1日6時間	19万3,000円	5人程度

※いずれも有給休暇・交通費(限度額あり)あり。一部社会保険あり。勤務条件など、くわしくは申込書を参照

職員の給与などのお知らせ

職員の給与は、民間企業の給与実態を調査したうえで出される特別区人事委員会の勧告に基づき、区議会の審議を経て条例により決定されます(表4~6)。くわしくは、全国の自治体の給与情報が見られる「地方公共団体給与情報等公表システム」(http://www.soumu.go.jp/c-gyousei/j-k_system/index.html)をご覧ください。 ■問先=給与係 ☎3880-5253

表4 職員給与費(24年度普通会計決算)

職員数 ※特別職を除く(A)	3,413人(287人)(※1)
給料	133億4,760万9,000円(5億2,334万8,000円)
職員手当(退職手当を除く(※2))	46億2,200万円(1億4,077万5,000円)
期末・勤勉手当	55億5,971万3,000円(1億1,311万7,000円)
計(B)	235億2,932万2,000円(7億7,724万円)
1人あたり給与費(B/A)	689万4,000円(270万8,000円)

※1…()内は再任用短時間勤務職員で、外数
※2…24年度退職手当の1人あたり平均支給額は、自己都合退職866万5,000円、定年・勧奨退職2,547万4,000円。特別職の退職手当(1期の退職手当見込額)は、区長1,978万2,000円、副区長1,110万600円

表5 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額(25年4月1日現在)

区分	経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年	
一般行政職	大学卒	26万8,279円	32万5,513円	36万5,615円
	高校卒	22万6,400円	26万9,111円	31万5,177円
技能労務職	高校卒	該当者なし	28万4,100円	29万2,980円

※特別職の給料・報酬月額は、区長109万9,000円、副区長88万1,000円、議長94万9,000円、副議長81万3,000円、議員61万9,000円

表6 人件費(24年度普通会計決算)

住民基本台帳人口(25年4月1日現在)	歳出額(A)	人件費(B)	人件費率(B/A)
66万9,592人	2,420億1,041万8,000円	366億3,064万円	15.1% ※23年度16.0% ※24年度23区平均19.5%

職員の定員適正化計画の達成状況

区では、21年3月に策定した「定員適正化指針(第二次)」に基づき、職員数を削減しています。

◆定員適正化の目標

21年度~28年度までの8年間で293人を削減
※20年度(3,653人)との比較。

◆達成状況

21年度~25年度までの5年間で215人の職員定数を削減(表7)
※25年度現在の目標達成率は73.4%。区民1,000人あたりの職員数は、東京23区で最少(図1)

◆今後の方針

引き続き「定員適正化指針(第二次)」に基づき、より一層の定員適正化に努めていきます。

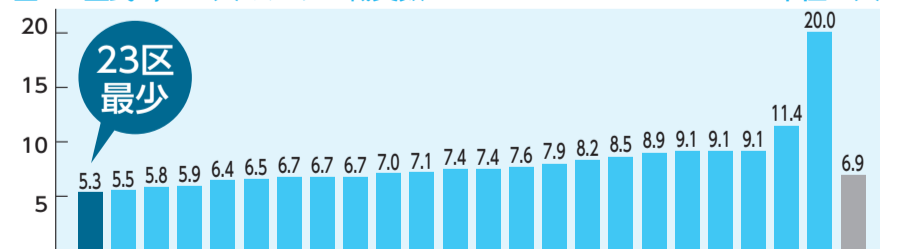
■問先=経営管理担当

☎3880-5811

表7 職員定数の削減状況(各年4月1日現在)

区分	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	主な増減理由など
一般行政部門(下記以外)	3,189	3,159	3,136	3,112	3,052	保育園の民営化、技能系職員退職
特別行政部門(教育)	285	269	260	250	260	不補充および執行体制の見直しなど
公営企業等会計部門(国民健康保険、後期高齢者医療、介護保険)	126	125	126	126	126	
計	3,600	3,553	3,522	3,488	3,438	5年間で215人を削減
対前年比	-53	-47	-31	-34	-50	

図1 区民1,000人あたりの職員数



※区民1,000人あたりの職員数={各区分別職員数の合計÷(住民基本台帳人口+外国人登録人口)}×1,000。「各区分別職員数の合計」は、24年地方公共団体定員管理調査から引用

イクメンのススメ 標語結果発表

■内容=男性が子育てを楽しいと思えるような標語の授賞結果 ■授賞結果=▷優秀賞…「パパ素敵 こどもと一緒にいまモチ期」▷区民賞…「ささえあい パパも子育て 奮闘記」 ■問先=男女参画プラザ ☎3880-5222

■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

人材募集は、
5面からの続きです

人材募集

図書館専門員 (非常勤)

■対象=司書または司書補の資格を有する方 ■勤務内容=図書案内や選書など ■勤務場所=中央図書館 ■勤務条件=週4日、30時間以内 ※土・日曜日、祝日勤務あり。社会保険・有給休暇あり ■雇用期間=26年4月1日~27年3月31日 ■報酬=月額20万円 ※交通費あり ■募集人数=2人 ■選考=▷1次…書類 ▷2次…面接(後日通知) ■申込=履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付)、資格証明書の写し、小論文「地域の絆づくりに役立つ図書館とは」(800字程度、自筆、市販原稿用紙)を郵送または持参 ■期限=26年1月16日(木)必着 ※持参は午後5時まで ■申・問先=中央図書館 管理係(12月28日~26年1月4日を除く平日、午前8時30分~午後5時15分) 〒120-0034千住5-13-5 ☎5813-3749

人数=6人程度 ■選考=▷1次…書類 ▷2次…面接 ■申込=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、性別、電話番号、Eメールアドレス、作文「区政に対する考え」(400字~800字、様式自由)を区へ郵送または持参 ※募集案内は、政策経営課、区民事務所、地域学習センターで配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。応募書類は返却不可 ■期限=26年1月24日(金)必着 ■申・問先=経営管理担当 ☎3880-5811

元気応援ポイント(ボランティア)

■対象=介護サービスを受けていない65歳以上の方 ■活動場所=区内の介護施設など ■内容=介護予防を目的にボランティア登録をして1時間活動すると、元気応援ポイント手帳にスタンプを1個押印(1日2個まで)。スタンプ1個を100円に換算し活動交付金(上限5,000円)として申請可 ■申込=介護保険課および各区民事務所(中央本町を除く) ■申・問先=介護保険係 ☎3880-5887

催し物

講座「女子力をUP コミュニケーション術」(3日制)

■日時=26年1月21日・28日、2月4日 ※いずれも火曜日、午後2時~4時 ■場所=エル・ソフィア ■対象=女性 ■内容=相手を尊重しながら、自分の意見や気持ちを適切な表現で伝える方法を学ぶ ■定員=30人(12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

の氏名・年齢)、「コミュニケーション」をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 FAX3880-0133

あだち皆援隊講座「情報発信について学ぼう」

■日時=26年1月18日(土)、午前10時~正午 ■場所=エル・ソフィア ■内容=地域活動やNPO活動に必要な情報発信の方法、記事づくりのスキルを学ぶ ■定員=50人(12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、「皆援隊講座」をファクス ■期限=26年1月17日(金) ■申・問先=区民参画支援係 ☎3880-5020 FAX3880-0133

審議会等の公開(26年1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	場所	問先
環境審議会	15(水)	午後3時~4時30分	江東区環境学習情報館(江東区潮見1-29-7)	環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049

宿泊施設インフォメーション(26年3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=大人1泊2食3,500円など ■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=26年1月1日~10日消印有効 ※26年1月15日(水)以降に抽選結果を通知。抽選の結果空室がある場合は、2月3日(月)から利用希望日の3日前までに電話予約

表1 宿泊施設利用日等(26年3月分)

利用施設	利用できる日	受付時間
鋸南自然の家 ☎0470-55-4770(予約専用)	1・3~8・10~15・21~22・24~31	午前9時~午後5時 ※土・日曜日、祝日を除く
日光林間学園 ☎0288-53-3681(予約専用)	15~16・21~31	

※利用できる日も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。

公募・ボランティア

区民評価委員会公募委員

■対象=20歳以上の区内在住・在勤・在学の方 ■内容=区が指定する事業の費用対効果や事業の手法などを点検し、事業の達成度や方向性などを評価する ※4月~9月上旬までに合計14回程度の会議を予定(平日の日中) ■任期=2年 ■報酬=1回8,000円 ■募集

暮らし・まちづくり

都市計画の告示

■告示日=12月20日(金) ■内容=東京都市計画生産緑地地区の変更 ※区のホームページでも閲覧可 ■区域=入谷一丁目、西伊興一丁目、平野三丁目、扇一・二丁目、興野二丁目、竹の塚一丁目、鹿浜一・六丁目各地内 ■問先=都市計画係 ☎3880-5280

区役所南館1階が新しく便利になりました

問先=窓口業務外部化推進担当 ☎3880-5723

11月上旬に、区役所南館1階のレイアウトを変更しました。すべての人に使いやすいという「ユニバーサルデザイン」の考えに基づいて設計し、わかりやすくなったフロアで皆さんをお待ちしています。また、戸籍住民課と中央本町区民事務所の窓口業務を統合し、26年1月から民間事業者へ委託します。これにより、繁忙期の住民異動に関する窓口を今までの5カ所から8カ所に増やすことが可能になりました。待ち時間の短縮をめざします。

ココが便利になりました

↑中央館 区民ロビーへ
↓中央公園へ

1 手続きの簡素化
南館1階の番号発券機を一本化。手続きごとに何回も番号カードを引く手間が省けます。

2 優先席の設置
車椅子待合スペースや、妊婦・高齢者シートを用意しました。

3 わかりやすく親しみやすいサイン
課の名称から、「戸籍の届出」「証明書の発行」のように「目的」の表記に変更しました。

4 機能的なカウンターシステム
新設した窓口をブース形式にしました。周囲をパーテーションで仕切り、プライバシーに配慮しています。

5 フロアマネージャーを増員
皆さんの質問にお答えするフロアマネージャーを増員しました。

区政資料室の休室

■日程=26年1月20日(月)~24日(金) ■内容=所蔵資料の点検・整理のため休室 ※資料の閲覧・貸し出し・予約不可。有償刊行物は平常どおり販売 ■問先=お問い合わせコールあだち ☎3880-0039

左記マークがある
申し込みは、
P3左上を参照

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

第1回障がい者 スポーツ交流大会inあだち

■日程=26年2月2日(日) ■時間等=▷バドミントン大会…午前10時～午後5時 ※車椅子バドミントンなどの体験。選手の募集はなし ▷トランポリン体験…午後1時～4時 ■場所=総合スポーツセンター ■持ち物=室内用運動靴 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=スポーツ施設支援係 ☎3880-5989

自然講座「東京の水はなぜおいしい？」(2日制)

■日時=26年1月12日(日)、午後1時～3時/1月19日(日)、午前10時～正午 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=私たちの生活と水環境の密接な関係を学ぶ(水の飲み比べあり) ■定員=20人(抽選) ■費用=100円 ■申込=電話・窓口または住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「東京の水はなぜ

おいしい？」をハガキ・ファクス ■期限=26年1月5日(日)必着 ■場・申・問先=あだち再生館(月曜日・祝日休館、12月29日(日)～26年1月4日(土)は休館) 〒120-0011中央本町2-9-1 ☎3880-9800 ☎3880-9801

荒川ビジターセンター 「レトロ風でたこあげ」

■日時=26年1月12日(日)、午後1時30分～3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 ■内容=荒川に吹く風をよみ、紙と竹でできた昔ながらの凧をあげる ※就学前の子どもは保護者同伴 ■定員=30人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=荒川ビジターセンター ☎5813-3753

桑袋ビオトープ公園 「新春 ビオトープジャンボカルタ大会」

■日時=26年1月12日(日)、午後2

時～3時 ※午後1時45分受け付け開始 ■内容=園内に置かれた大きなカルタで遊びながらビオトープの生き物などを知る ※就学前の子どもは保護者同伴 ■定員=20人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=桑袋ビオトープ公園 ☎3884-1021

都市農業公園 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=26年2月7日(金)・21日(金)、3月7日(金)・21日(祝)、午前10時30分～午後0時30分 ■場所=人と自然の共生館(都市農業公園内) ■内容=園内の植物の細密画

を透明水彩絵の具で描く ※小学2年生以下の方は保護者同伴 ■定員=15人(抽選) ■費用=各2,000円(ハーブティー付き) ※道具を持っていない方は初回到具代2,000円 ■申込=窓口または全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話番号、イベント名をホームページ(<http://www.seibu-la.co.jp/adachi-agri/>)・ファクス・往復ハガキ ※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 ■期限=1月27日(月)必着 ■申・問先=都市農業公園 〒123-0864 鹿浜2-44-1 ☎3853-4114 ☎3853-3729



東京藝術大学連携

篠田正浩監督が語る 武満徹の映画音楽

■日時=26年2月1日(土)、午後2時～3時30分 ■場所=東京藝術大学千住キャンパス(千住1-25-1) ■対象=区内在住・在勤・在学で小学生以上の方 ■内容=篠田正浩監督が自作品と武満徹氏(作曲家)の映画音楽を語る ■定員=100人(抽選) ■申込=住所、氏名、電話番号、

参加人数(4人まで)、「2月1日映画音楽」を往復ハガキ ※返信面にも宛名を記入 ■期限=26年1月20日(月)必着 ■申・問先=東京藝術大学アトリエゾンセンター(12月30日(月)～26年1月3日(金)を除く平日、午前10時30分～午後5時) 〒120-0034千住1-25-1

☎050-5525-2744

大学連携の問先=区・大学連携担当 ☎3880-5840

ギャラクシティのイベント

■場・申・問先=ギャラクシティ(1月1日(祝)を除く、午前9時～午後8時) 〒123-0842栗原1-3-1 ☎5242-8161 ☎http://www.galaxcity.jp/

年末年始も営業 ギャラクシティは、26年1月1日(祝)の元日を除き、年末年始も休まず開館します。

年末年始一押しプログラム

★こども版画年賀状コンクール作品募集

■対象=中学生以下の方 ■内容=様々な版画技法を使った年賀状のコンクール ※ハガキ・ハガキサイズの紙で作成。優秀作品はギャラクシティで展示・表彰 ■申込=作品を郵送または持参 ■期限=26年1月7日(火)必着 ■申先=こども版画年賀状コンクール係(ギャラクシティ内)

★みんなで作ろう 大きな「正月 お祝いやなぎ」

■日時=26年1月2日(木)、午後2時～4時 ■内容=しだれ柳に願いごとを書いた紅白の紙を飾りユニークな正月飾りを作る ※花道家・上野雄次氏による活け花実演あり ■申込=不要 ※当日直接会場へ

★新春特別観望会「干支の星座を見よう」

■日時=1月4日(土)、午後6時～7時30分 ■内容=26年の干支である「午」の星座や木星の観察 ■対象=小学生以上の方 ※中学生以下の方は保護者同伴 ■定員=50人(12月26日から先着順) ■申込=電話

★プラネタリウム特別講演会「水族館から宇宙が見える」

■日時=1月12日(日)、午後3時～5時30分 ■内容=中村元氏(水族館プロデューサー)による水族館の映像を交えた「命の強さ」についての講演など ■定員=170人(12月26日から先着順) ■申込=電話

「西新井文化ホール友の会」に入会しませんか

26年4月1日からの発足にあたり、事前入会の受け付けを開始

■内容=西新井文化ホール主催公演の①チケット価格の割引 ②先行予約 ③ホール広報誌・限定情報の送付(①②一部対象外あり) ■費用=1,000円(年会費) ■有効期間=26年4月1日～27年3月31日 ■申込=窓口 ■受け付け開始日=26年1月2日(土) ※26年3月31日までに入会した方にギャラクシティプラネタリウム無料観覧券を進呈

第3回あだち落語会in天空劇場「十代目 桂文治一門会」

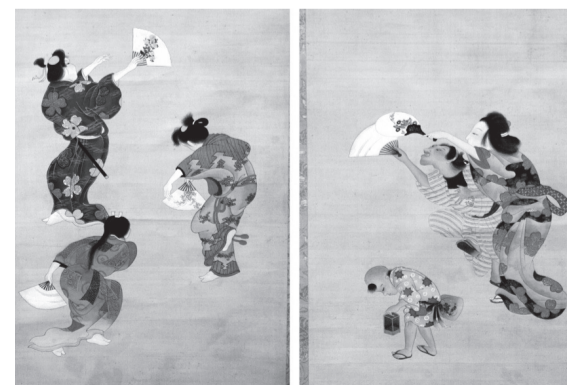
■日時=26年1月31日(金)、午後6時30分開演 ※午後6時開場 ■場所=東京芸術センター21階・天空劇場 ■定員=400人(先着順) ■費用=▷自由席…2,500円(当日券3,000円) ▷指定席…3,000円(当日券3,500円) ※区内在住・在勤の方は500円割引あり。当日証明できるものを持参 ■申込=電話または氏名、電話番号、必要枚数をEメール ※千住街の駅(千住3-69)でも販売。当日券は申し込み不要。当日直接会場へ ■申・問先=オフィス マツバ(12月29日～26年1月5日を除く) ☎050-3497-5500 ☎rakugoyoyaku@yahoo.co.jp ■問先=区・プロモーション係 ☎3880-5803

十代目 桂文治師匠が亡くなって10年。命日の1月31日に一門会を開催。一門による「十代目 文治を語るトークショー」もあり。

大千住展 展示品の一部を入れ替え

■期間=開催中～26年1月26日、午前9時～午後5時 ■内容=明治から昭和初期にかけて、千住の商家たちが収集した調度品や美術品の展示 ■費用=▷高校生以上の方…200円 ▷団体(20人以上)…1人100円

※70歳以上および中学生以下の方は無料 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=郷土博物館(月曜日休館、祝日の場合は翌日休館、12月28日～26年1月4日は休館)



☎3620-9393 ▲建部兼兆「盆踊(左)、蜚蜂(右)」

新春はしご乗り

■日時=26年1月7日(火)、午後0時30分開始予定 ※雨天中止 ■場所=区役所前中央広場 ■内容=江戸消防記念会によるはしご乗りの披露 ■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 ☎3880-0039



学びで絆(きずな)を
深めてみませんか

近所deまなびナビ

生涯学習施設・スポーツ施設の催し
(26年1・2月分)

26年1月5日(日)から教室や講座のインターネット申し込みができるようになります

教室・講座情報は26年1月4日(土)、午前10時から「教室講座予約システム」で公開予定。掲載されているほかにも催し物を行っています(これまでの「あだち学び情報館まなボ☆」からのご案内は終了)。くわしくは区のホームページから「教室講座予約システム」、または各施設で配布するチラシやミニコミ紙をご覧になるかお問い合わせください。

■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26年1月20日(月)、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 (学びピア内) ☎5813-3730				
グラママと英語 de (で) あそび! ◆3~5歳の子ども	1/11・25、2/8・22、3/8・22 いずれも土曜日 午前11時~正午	各 10人	100円	当日
日本と世界の新春フェスタ ◆どなたでも	1/19(日) 午前11時~午後4時	200人	無料	事前 【ネット不可】
日本と世界の新春フェスタ 新春を祝う世界の踊りショー ◆どなたでも	1/19(日) 午後1時~3時	200人	200円 (中学生以下の方無料)	
アンチエイジング学&エクササイズ(4日制)	2/3~3/3の毎週月曜日 (2/10を除く) 午前10時~正午	30人	2,440円	事前
冷え症改善! 真冬のあったか漢方講座	2/3(月) 午後2時~3時30分	90人	700円	
よくわかる川柳入門(5日制)	2/4~3/4の毎週火曜日 午後2時~4時	20人	2,500円	
視力、動体視力を鍛える速読入門(4日制)	2/5~26の毎週水曜日 午後7時30分~8時45分	30人	7,900円	
「質問」で高めるコミュニケーション力(3日制)	2/9~23の毎週日曜日 午前10時~11時30分	30人	1,500円	
高齢者のためのスマートフォンの使い方教室 ◆おおむね60歳以上の方	2/18(火) 午前10時~正午	24人	無料	
幼児期の子育てがラクになる叱り方、しつけ方 託児:3歳以下の子ども	2/21(金) 午前10時~正午	50人 (託児10人)	無料 (託児付き800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 (学びピア内) ☎5813-3730				
高齢者のためのはじめてのワード(3日制) ◆おおむね60歳以上の方	2/21(金)~23(日) 午前10時~正午	20人	4,900円	事前
高齢者のためのはじめてのエクセル(3日制) ◆おおむね60歳以上の方	2/21(金)~23(日) 午後2時~4時	20人	4,900円	
染料から見る日本の色の歴史文化	2/22(土) 午前10時30分~正午	40人	700円	
ワンコインコンサート「愛と情熱のフラメンコ」	2/23(日) 午後2時~3時	180人	500円	【〒】 2/10必着 【ネット不可】
★軍師「黒田官兵衛」の虚像と実像(3日制)	2/22~3/8の毎週土曜日 午後2時~4時	50人	1,500円	
※★マークの付いている講座のハガキ申し込みの宛名は「あだち区民大学塾事務局(生涯学習センター内)」(所在地は、生涯学習センターと同じ)。問い合わせ先は☎5813-3759(月~金曜日、午後1時~5時)				
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
親子で楽しむ「わくわくリトミック」 ◆A:3~8カ月の子どもと保護者 ◆B:あんよができる1~2歳の子どもの子どもと保護者	1/14(火) A:午前11時~正午 B:午後0時30分~1時15分	各 10組	400円	事前
赤ちゃんコミュニケーションファーストサイン ◆6カ月~1歳6カ月の子どもと保護者	1/18(土) 午前10時~11時30分	10組	2,000円	
アロマで風邪予防・香りの力で免疫力をUP(アップ)	1/21(火) 午前10時30分~正午	10人	1,300円	
こども体操(8日制) ◆小学生	1/21~3/11の毎週火曜日 午後4時40分~5時40分	40人	2,600円	
心と体を育てる親子体操(6日制) ◆2~3歳の子どもの子どもと母親	1/22~2/26の毎週水曜日 A:午前9時30分~10時30分 B:午前10時45分~11時45分	各 15組	3,270円	
足立の歴史を学ぶ「勾玉(まがたま)、鏡とは?」	1/23(木) 午後1時30分~3時	20人	無料	
楽しみながら学ぶ切手サロン「使用済みの切手で支表」	1/25(土) 午後2時~4時	15人	200円	
フランスの絵本にふれよう(7日制)	1/27~3/24の毎週月曜日 (2/17、3/17を除く) 午後7時~9時	10人	無料	
梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1 ☎3880-5322				
ベビーズガーデンママ「予防歯科のお話とリトミック」 ◆1歳未満の子どもの子どもと母親	1/21(火) 午前10時30分~11時20分	17組	500円	事前
ベビーズガーデンパパ「揺さぶられ症候群を防ごう」 ◆1歳未満の子どもの子どもと父親	1/25(土) 午前10時30分~11時20分	17組	500円	
パパと遊ぼう「五感リトミック」 ◆1歳の子どもの子どもと父親	1/25(土) 午後1時30分~2時30分	20組	650円	
ヘルシーディナー「基礎から作る炊き込みご飯」(2日制)	1/29(火)、2/12(火) 午後7時~9時	20人	2,000円	

図書館子ども映画会(26年1月分)

費用=無料 申し込み方法=不要
※当日直接会場へ

場所・問い合わせ先(図書館)	日時	内容
中央 ☎5813-3745	5(日)、午後2時~2時30分	「としがみさま」 「すりばちをなめた猫」
	12(日)、午後2時~2時30分	「ライオンとネズミ」 「兄弟仲の悪い子どもたち」
	19(日)、午後2時~2時30分	「塩ふきうす」 「あとかくしの雪」
	26(日)、午後2時~2時30分	「トロイの木馬」「にじの湖」
梅田 ☎3840-4646	18(土)、午後3時~3時30分	「ゆうかんなアイリーン」など
興本 ☎3889-0370	26(日)、午後1時30分~2時	「アラジンとまほうのランプ」 「さるのきも」
佐野 ☎3628-3275	22(火)、午後3時30分~4時	「手ぶくろを買いに」 「たぬきの糸車」
鹿浜 ☎3857-6551	11(土)、午後3時30分~4時	「ふしぎの国のアリス」
花畑 ☎3850-2601	22(火)、午後3時~3時30分	「ねずみくんのチョコッキ」
やよい ☎3852-1433	22(火)、午後4時~4時30分	「はなたれ小僧さま」「山伏石」

図書館・スポーツ施設休館日等(26年1月分)

■日程=表1 ■問い合わせ先=中央図書館 ☎5813-3740

表1 図書館の休館日程

図書館名	日程
伊興/梅田/興本/江北/中央/東和/花畑	1(祝)~4(土)・20(月)・31(金)
佐野/鹿浜/竹の塚/保塚/やよい	1(祝)~4(土)・14(火)・31(金)
新田	1(祝)~4(土)・14(火)・26(日)~31(金)
舎人	1(祝)~4(土)・20(月)~25(土)・31(金)
宮城	1(祝)~4(土)・6(月)・13(祝)・20(月)・27(月)・31(金)

■日時等=表2 ■問い合わせ先=スポーツ施設支援係 ☎3880-5989

表2 スポーツ施設の定期休館日時等

施設名	休館・プール利用休止日時
スイムスポーツセンター	▷休館…20(月)
千住温水プール	▷休館…20(月) ▷プール利用休止…21(火)・28(火)、午後1時30分~4時30分 ※学校利用のため。総合受付窓口は営業
千住スポーツ公園	▷休館…20(月)
総合スポーツセンター/東綾瀬公園温水プール	▷休館…14(火)

12月27日(金)でゼブニレブンのマルチコピー機を使った屋外スポーツ施設の予約・抽選サービスを終了

終了日以降、予約・抽選の申し込みはインターネットと区内22カ所の総合受付窓口で受け付け ※申し込み可能な施設など、くわしくはお問い合わせください。■問い合わせ先=スポーツ施設支援係 ☎3880-5989

今号掲載の催しは受け付け開始日が通常と異なります

26年1月5日(日)、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				
ママ＆乳児のびよびよ講座「体操＆読み語り」(4日制) ◆A: 6カ月～1歳未満の子どもと保護者 ◆B: 1歳の子どものと保護者	1/29～2/19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	3,280円	
東京未来大学連携事業 プチ小学校 図工授業体験 ◆26年4月に小学1年生になる子どもと保護者	2/2(日) 午後1時30分～3時	20組	無料	
無添加寒仕込み「国産大豆で簡単おいしいみそ作り」	2/4(火) 午後2時～4時30分	32人	2,000円	
親子でABC(6日制) ◆A: 6カ月～1歳5カ月の子どもと保護者 ◆B: 1歳6カ月～3歳の子どものと保護者	2/6～3/20の毎週木曜日(3/6を除く) A: 午前10時～10時50分 B: 午前11時10分～正午	各15組	4,320円	事前
頑張る大人応援講座「リンパセラピーで不眠解消」 ◆16歳以上の女性	2/13(木) 午後7時～8時30分	20人	500円	
手作りケーキサロン「シュークリーム、ズッパイングレーゼ」(2日制)	2/18(火)、3/11(火) 午後1時30分～4時30分	16人	5,220円	
今月の料理「ひなまつり飾り巻き寿司」	2/21(金) 午前10時30分～午後1時30分	32人	1,500円	
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
はじめてのピアノ教室(8日制)	1/15～3/19の毎週水曜日(1/22、2/26を除く) 午後7時30分～8時30分	8人	9,000円	
行政書士が教えるやさしい遺言書の書き方教室	1/26(日) 午前10時30分～正午	20人	210円	
女性のための「ダイエット講座」	1/27(月) 午後1時～2時	10人	500円	
ママと一緒にきれいな字を書こう(3日制) ◆26年4月に小学1年生になる子どもと母親	2/5～19の毎週水曜日 午後3時30分～4時15分	8組	2,460円	
生活習慣病予防対策3b体操(4日制)	2/7～3/7の毎週金曜日(2/14を除く) 午後1時30分～3時	10人	2,000円	事前
ハンドメイドサロン「プリザひなまつりアレンジ」	2/10(月) 午前10時30分～正午	10人	1,500円	
五感を育てる! おいしいとこどり育児教室(4日制) ◆A: 1歳7カ月～4歳の子どものと母親 ◆B: 3カ月～1歳6カ月の子どもと母親	2/13～3/6の毎週木曜日 A: 午前10時～10時40分 B: 午前11時～11時40分	各30組	2,480円	
車いすに座ったままできる体操教室 ◆車いすを使用し障がい者手帳を持っている16歳以上の方と介助者	2/14(金) 午後1時～2時	5組	20円	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
飲まない! かけない! 吸わない! 健康麻雀サロン	1/10～31の毎週金曜日 午後6時～9時	各24人	1回300円	事前
ミュージックベルミニコンサート ◆どなたでも	1/25(土) 午後1時30分～2時	30人	無料	当日
大人からはじめるクラシックバレエ教室(4日制) ◆16歳以上の女性	2/1～22の毎週土曜日 午前10時30分～正午	16人	3,240円	事前

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				
はじめてのストリートダンス(3日制) ◆中学生～おおむね30歳の女性	2/4～25の毎週火曜日(2/11を除く) 午後7時30分～8時30分	20人	930円	
骨盤エクササイズ(4日制) ◆16歳以上の女性	2/6～27の毎週木曜日 午後0時30分～1時30分	20人	1,640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	2/7(金)・21(金) 午前10時～正午	各14組	1回1,120円	
ベリーダンス教室(4日制) ◆16歳以上の女性	2/7～28の毎週金曜日 午後1時30分～2時30分	20人	1,640円	事前
体幹ピラティス(5日制) ◆16歳以上の女性	2/12～3/12の毎週水曜日 午後3時30分～4時30分	25人	2,050円	
産後ストレッチとベビータッチ(4日制) ◆2カ月～10カ月の子どもと母親	2/13・27、3/6・20 いずれも木曜日 午前10時30分～正午	10組	4,080円	
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
親子トランポリン(6日制) ◆2歳～就学前の子どもと保護者	1/20～3/3の毎週月曜日(2/10を除く) 午後3時30分～4時30分	15組	4,200円	
小学生トランポリン(6日制) ◆小学生	1/20～3/3の毎週月曜日(2/10を除く) 午後4時40分～5時40分	24人	1,500円	事前
ちびっこ体操(7日制) ◆4歳～就学前の子ども	1/20～3/24の毎週月曜日(2/10・24、3/10を除く) 午後3時30分～4時30分	15人	2,275円	
ハンドメイドで交流サロン フェルトで作る猫のぬいぐるみ	1/21(火) 午前10時～正午	10人	200円	当日
ミュージックベルで素敵な音色を奏でましょう(3日制)	1/21～2/4の毎週火曜日 午後7時30分～9時	15人	2,400円	
初心者歓迎 パッチワークのかわいい四角バッグ(4日制)	1/24～3/7の隔週金曜日 午前10時～正午	16人	3,200円	
基本の透かし編みで流行のマーガレットを作る(5日制)	1/28、2/4・18、3/11・25 いずれも火曜日 午前10時～正午	10人	4,700円	事前
お肌しっとりアロマの蜜ろうクリーム作り	1/31(金) 午前10時30分～正午	10人	1,600円	
手ぶらでも歓迎 暮らしの中で楽しむいけ花	2/3(月) 午後2時～4時	10人	1,500円	
ビーチボールバレー体験(4日制) ◆中学生以上の方	2/4～25の毎週火曜日 午後7時～8時45分	20人	1,240円(中学生は440円)	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
しかはま将棋道場 ◆小学生以上の方	2/2(日) 午後2時～4時	15人	200円(小・中学生は50円)	当日
すっきり美しく初めてのヨガ(6日制) ◆16歳～おおむね60歳の方 託児: 1歳6カ月～3歳の子どもの	2/6～3/13の毎週木曜日 午後3時45分～5時	20人(託児6人)	3,060円(託児付き4,320円)	事前
香りのお守り「オレンジポマンダー作り」	2/8(土) 午前10時30分～正午	15人	1,500円	
鹿浜寄席 ◆小学生以上の方	2/9(日) 午後2時～3時30分	20人	1,000円(小・中学生は500円)	
ワクワクあそびーサロン ◆小学生以上の方	2/23(日) 午後2時～4時	15人	無料	当日
親子で楽しくベビーマッサージ(5日制) ◆3～8カ月の子どもと母親	2/25～3/25の毎週火曜日 午前10時～11時	15組	3,100円	事前
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
さくさく生地のアツアツ「アップルパイ」	1/27(月) 午前10時～午後1時	12人	1,510円	
家でレストランの味を! シェフに習う冬のイタリアン	1/29(水) 午前10時～午後1時	16人	1,800円	事前
ちくちくエコプロジェクト ネクタイで作るポシェット	1/31(金) 午後1時30分～3時30分	10人	300円	
オカリナコンサート「郷愁を誘うその音色とともに」 ◆12歳以上の方	2/9(日) 午後2時～3時	30人	500円	当日
親子で収穫体験! 水耕栽培のヒミツを探ろう ◆4歳～小学生と保護者	2/11(祝) 午前10時30分～正午	10組	親1人子1人…420円 親1人子2人…430円	
親子で潜入! 自動車整備工場見学ツアー ◆小学生と保護者	2/22(土) 午前10時30分～11時30分	10組	親1人子1人…20円 親1人子2人…30円	事前
発酵を学ぼう! 親子で作る寒仕込み味噌(みそ) ◆4歳～小学生と保護者	2/23(日) 午前10時～正午	8組	1,550円	

来て! 見て! 話して! ITサロン(26年1月分)

■日程等=表3 ■時間=午後2時～4時(保塚地域学習センターのみ午前10時～正午) ■対象=中学生以上の方 ■内容=パソコンを囲んだ地域交流の場 ※1人1台のパソコンを使った講習会ではありません ■費用=1回200円(70歳以上の方・障がいのある方は140円。証明書の提示が必要) ■申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ

表3 ITサロン(26年1月分) 日程等

場所・問い合わせ先	日程
生涯学習センター ☎5813-3730	8(火)・15(火)
伊興 ☎3857-6537	11(土)・18(土)
梅田 ☎3880-5322	11(土)・18(土)
興本 ☎3889-0370	12(日)・26(日)
江北 ☎3890-4522	11(土)・25(土)
佐野 ☎3628-3273	18(土)
鹿浜 ☎3857-6551	7(火)・19(日)
新田 ☎3912-3931	12(日)
竹の塚 ☎3850-3107	10(金)・16(木)
中央本町 ☎3852-1431	11(土)・25(土)
東和 ☎3628-6201	9(木)・23(木)
舎人 ☎3857-0008	21(火)・25(土)
花畑 ☎3850-2618	17(金)
保塚 ☎3858-1502	9(木)・23(木)

明るい選挙推進運動

すべての有権者が投票に参加すること、選挙違反のないきれいな選挙の実現を目標に、政治や選挙に対する関心を深めていく運動です。一人ひとりが主権者としての自覚をしっかりと身に付け、政治に対する正しい理解と認識をもつことが大切です。 ■問い合わせ先=選挙管理委員会事務局 ☎3880-5582

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
元気いきいき体操(10日制) ◆おおむね60歳以上の方	1/9~3/20の毎週木曜日 (2/6を除く) 午後3時~4時30分	30人	4,300円	事前 [ネット可]
動いて・聴いて・リズムにのって 親子体操(8日制) ◆2・3歳の子どものと保護者	1/21~3/18の毎週火曜日 (2/11を除く) 午前10時30分~11時30分	15組	4,360円	
心も体もぼかぼか リラク クスヨガ(6日制)	1/24~3/7の毎週金曜日 (2/7を除く) 午後1時~2時	25人	3,000円	事前
アロマの香りで癒やされる バスソルトづくり	1/25(土) 午後1時~3時30分	12人	1,300円	
外国人講師と一緒に学ぶ 大人の英会話(5日制) ◆18歳以上の方	1/31~2/28の毎週金曜日 午後7時45分~8時45分	12人	4,000円	
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
朗読隊が行く「五反野のカフ エテラスで朗読劇」 ◆どなたでも	1/18(土) 午後3時~4時 ※場所は弘道	10人	450円	事前 [ネット可]
みんなで書初め「特大筆で巨 大年賀状作りに挑戦」 ◆小学生以上の方	1/18(土) 午後3時45分~5時30分	10人	1,500円	事前
中国語講座「漢字で学ぶ中国 語」(8日制)	1/20~3/31の毎週月曜日 (2/10、3/3・10を除く) 午後7時~8時30分	20人	5,000円	事前
女性コーラスサークル体験講座 (2日制) ◆16歳以上の女性	1/21(火)・28(火) 午前10時~正午	20人	200円	事前 [ネット可]
こども体操(8日制) ◆小学生	1/21~3/18の毎週火曜 日(2/11を除く) 午後4時40分~5時40分	40人	2,600円	事前
プロダンサーMANA(マナ) のダンススクール(8日制) ◆中学生以上の方	1/23~3/27の毎週木曜 日(2/20、3/20を除く) 午後7時~8時	20人	4,000円	
ベビーマッサージでスキンシ ップ(4日制) ◆2カ月~1歳未満の子どもの と保護者	1/24~2/14の毎週金曜日 午前10時30分~11時30分	10組	3,000円	
福祉住環境コーディネーター 3級取得支援講座(5日制)	1/25~2/22の毎週土曜日 午後1時~3時	16人	9,000円	事前
わくわくサイエンス「割れな い? シャボン玉を作ろう」 ◆小・中学生	1/26(日) 午前10時30分~正午	15人	300円	
大人のためのお話し会 「心に沁(し)みる絵本、詩、 短編小説」	A: 2/5(水) 午後7時~8時 B: 2/9(日) 午前10時30分~11時30分	各 20人	無料	
ボールペン字上達講座 (6日制)	2/7~3/14の毎週金曜日 午後7時~8時30分	15人	2,400円	事前
介護に関する疑問解消「介 護体験と介護保険制度」	2/22(土) 午後1時30分~4時	30人	無料	事前
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
子ども将棋大会 ◆駒の動かし方がわかる5歳 ~中学生	1/13(祝) 午後1時30分~4時30分	50人	無料	事前
楽しく親子体操A・B(8日制) ◆2・3歳の子どものと保護者	1/14~3/11の毎週火曜日 (2/11を除く) A: 午前9時30分~ 10時30分 B: 午前10時45分~ 11時45分	各 30組	4,360円	
親子でスキンケア 赤ちゃんマッサージ(4日制) ◆2カ月~1歳未満の子どもの と保護者	1/17~2/7の毎週金曜日 午前10時~11時	12組	3,680円	
ママが知りたい心と体のよく ばりサロン(5日制) ◆A: 1歳の子どものと保護者 ◆B: 2カ月~1歳未満の子ど もと保護者	1/17・31、2/7・21、 3/7 いずれも金曜日 A: 午前10時~11時 B: 午前11時15分~ 午後0時15分	各 30組	3,100円	
ヘルシーエクササイズ(7日制) ◆おおむね40歳以上の方	1/27~3/24の毎週月曜日 (2/17、3/17を除く) 午前10時~11時30分	30人	3,010円	
アロマで風邪予防 マウスウォッシュ作り	2/5(水) 午前10時30分~11時30分	12人	1,800円	
プレーンピザと甘いピザを作 ろう	2/12(水) 午後7時~9時	16人	1,100円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法	
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008					
マタニティママのためのリラ クゼーションエクササイズ ◆妊娠中の方 託児: 1歳6カ月以上の子ども	1/26(日) 午前10時~11時30分	10人 (託児 3人)	510円 (託児付き 920円)	事前	
パパと一緒にのびのび体操 ◆2~5歳の子どものと父親	1/26(日) 午前10時~11時30分	20組	520円		
わくわくサイエンス教室 「身近なもので電池を作ろう」 ◆A: 小学1・2年生 (小学1年生は保護者同伴) ◆B: 小学3~6年生	1/26(日) A: 午後1時~2時30分 B: 午後3時~4時30分	各 30人	400円	事前	
日曜寄席 ◆小学生以上の方	1/26(日) 午後2時~3時30分	20人	1,000円 (小・中学生 は500円)		
のびのびキッズ体操月曜 (6日制) ◆3・4歳の子どもの	1/27~3/10の毎週月曜日 (2/17を除く) 午後4時~5時20分	20人	2,460円		
食べる楽しさを赤ちゃんへ ゴックン・モグモグの離乳食 ◆4~9カ月の子どものと保護者	2/5(水) 午前10時~11時	17組	無料	事前	
舎人公園でバードウォッチン グを楽しもう ◆小学生以上の方 (小学4年生以下の方は保護 者同伴)	2/9(日) 午前9時30分~11時30 分	20人	10円		
親子でリズム体操 ◆2・3歳の子どものと保護者 託児: 1歳6カ月以上の子ども	2/21~3/28の毎週金曜 日(3/21を除く) 午後1時30分~2時30分	20組 (託児 3人)	2,600円 (託児付き 4,650円)		
ママとベビーのリフレッシュ ヨガ土曜(5日制) ◆7カ月~2歳未満の子どもの と保護者	2/22~3/29の毎週土曜 日(3/22を除く) 午前10時~11時30分	12組	2,600円		
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618					
美しい筆文字の基本「入門」 (2日制)	1/9(木)・23(木) 午後7時30分~8時30分	15人	1,400円	事前	
韓国語入門講座(8日制)	1/16~3/13の毎週木曜 日(2/27を除く) 午後6時~7時	20人	4,000円		
楽しく親子体操(6日制) ◆2・3歳の子どものと保護者	1/27~3/10の毎週月曜 日(2/17を除く) 午前10時~11時	15組	3,120円		
大人のための絵本サロン (2日制)	1/29(水)・2/5(水) 午後6時30分~8時	20人	無料		
今から備えるアロマ・ハーブ で花粉症対策 骨盤&姿勢エクササイズ (4日制) ◆16歳以上の女性	1/30(木) 午前10時30分~正午	15人	1,000円		
好きな精油で作る基礎化粧品 作り	2/8(土) 午後3時~4時30分	15人	1,300円		
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502					
ゆったりリラックス体操(5日制) ◆おおむね40歳以上の方	1/15・29、2/19・26、 3/12 いずれも水曜日 午後1時30分~2時30分	15人	2,050円		事前
キッズK-POP(ケイポップ) ダンス・基礎編(9日制) ◆小学生	1/15~3/12の毎週水曜日 午後4時30分~5時30分	20人	2,790円		
楽しくじっくり太極拳(11日制) A: 初心者 B: 経験者 ◆おおむね40歳以上の方	1/17~3/28の毎週金曜日 A: 午前9時10分~10時 30分 B: 午前10時45分~午 後0時15分	A: 15人 B: 20人	4,510円		
アロマで風邪対策 マウス ウォッシュ作りA・B・C	A: 1/18(土) 午後1時30 分~2時30分 B: 1/24(金) 午後7時~8時 C: 1/28(火) 午前10時 30分~11時30分	各 12人	1,200円		
親子ピクスで楽しく体を動か そう(3日制) ◆1歳6カ月~3歳の子どもの と保護者	1/22、2/12・26 いずれも水曜日 午前11時~正午	15組	1,635円		
初めてのピラティス (5日制)	1/22~3/26の第2・4水 曜日 午後7時30分~9時	18人	2,500円		
子連れOK! ママのための ピラティス講座A・B (5日制) ◆就園前の子どもの母親 託児: 2カ月~就園前の子どもの 頭の体操しませんか? 簡 単! 大人の算数脳トレ ◆おおむね50歳以上の方	1/29~3/19の第1・3・ 5水曜日 A: 午前9時45分~10時 35分 B: 午前11時~11時50分	15人 (託児 15人)	2,500円 (託児付き 5,000円)		
赤ちゃんとお手てでお話し ベビーサイン体験会 ◆6カ月~1歳6カ月の子どもの と保護者	1/31(金) 午後2時~4時	12人	無料		
	2/5(水) 午前10時~11時	12組	600円		

申し込み・問い合わせの際にはよく確認を

間違い電話に困っている方がいます。
電話番号をよく確認し、用件を話すときは必ず相手を確認しましょう。

今号掲載の催しは受け付け開始日が通常と異なります

26年1月5日(日)、午前9時から受け付け開始(一部を除く) 申し込み方法などは8面参照

11

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				
ママと楽しく のびのびリズム遊び(8日制) ◆あんよができる就園前の子どもと保護者 託児:首の座ったあんよができる前の子ども	2/6~3/27の毎週木曜日 午後1時30分~2時15分	15組(託児15人)	3,360円(託児付き7,360円)	事前
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				
楽しく親子体操「知力とカラダの成長促進」(5日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	2/1~3/8の毎週土曜日(2/15を除く) 午前10時~11時	25組	親1人子1人…2,725円 親1人子2人…3,300円	
冬のわんぱく体操 ◆A:4歳~就学前の子ども ◆B:小学生	2/9(日)・22(土) A:午後1時~1時50分 B:午後2時~2時50分	各20人	1回 510円	
ラテンエアロde(で)ボディシェイプ(5日制)	2/14~3/14の毎週金曜日 午前11時30分~午後0時30分	20人	2,050円	事前
シェイプ! アップ! ステップ・エアロ(6日制)	2/18~3/25の毎週火曜日 午後0時30分~1時30分	15人	2,940円	
4泳法シリーズ(バタフライ)入門編後期(4日制) ◆18歳以上の方	2/20~3/13の毎週木曜日 午後1時30分~2時20分	20人	3,200円	
しっかりエアロ	毎週日曜日(1/5を除く) 午前10時30分~11時40分	各30人	1回 430円	当日持
千住温水プール(スイミー) 〒120-0034 千住3-30(千寿本町小学校地下) ☎3882-2601				
パシャパシャアクア ◆どなたでも	1/15(水)・29(水) 午後7時30分~8時	なし	入場料	当日持
水中ウォーキング教室A・B(6日制)	2/6~3/13の毎週木曜日 A:午後1時30分~2時20分 B:午後2時30分~3時20分	各30人	3,960円	当日持 1/10必着
初中級水泳教室(6日制)	2/7~3/14の毎週金曜日 午前10時30分~11時20分	40人	3,960円	事前
のびのびストレッチタイム ◆どなたでも	毎週水曜日(1/1を除く) 午後1時30分~1時45分 毎週金曜日(1/3を除く) 午後7時30分~7時45分 毎週土曜日(1/4・18を除く) 午前10時30分~10時45分	なし	入場料	当日持
ワンポイントレッスン ◆どなたでも	毎週水曜日(1/1を除く) 午後1時45分~2時20分 毎週金曜日(1/3を除く) 午後7時45分~8時20分 毎週土曜日(1/4・18を除く) 午前10時45分~11時20分	なし	入場料	当日持
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
やさしいヨガ(8日制)	1/10~2/28の毎週金曜日 午前10時~11時15分	30人	3,440円	事前
体験版トリム体操A・B・C ◆おおむね60歳以上の方	A:2/5(水) B:2/12(水) C:2/19(水) 午前10時~11時30分	各30人	10円	事前 [ネット可]

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				
自分の体を知るための「体組成測定会」	2/8(土)・9(日) 午前9時30分~午後8時(1人約10分)	各60人	無料	事前 [ネット可]
三代アーチェリー ◆小学2年生以上の方(小学2・3年生は保護者同伴、初参加の方は要問い合わせ)	毎週日曜日(1/26を除く) 午前10時~正午	各20人	1回 535円(小・中学生は325円)	当日用
ステップエアロ	毎週日曜日(1/26を除く) 午前11時~午後0時10分	各35人	1回 430円	
ボクシングエクササイズ	毎週月曜日(1/13を除く) 午後3時30分~4時40分	各40人	1回 430円	当日持
しっかりエアロ	毎週土曜日(1/4・18を除く) 午前11時~午後0時10分	各50人	1回 430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				
成人水泳(7日制) ◆A:初級 ◆B:初級・中級	1/20~3/17の毎週月曜日(2/10、3/10を除く) A:午後0時30分~1時20分 B:午後6時30分~7時20分	A:10人 B:15人	4,480円	
水中ウォーキング(5日制)	1/21~2/18の毎週火曜日 午前11時30分~午後0時20分	40人	3,300円	
はじめてクロール(7日制)	1/21~3/11の毎週火曜日(2/11を除く) 午後0時30分~1時20分	10人	4,480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	1/22~2/12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	3,200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	1/22~2/12の毎週水曜日 午前11時30分~午後0時20分	12組	4,200円	事前
成人水泳「中級・上級」(8日制)	1/24~3/14の毎週金曜日 午後2時30分~3時20分	10人	5,120円	
親子水遊び(5日制) ◆就学前の子どもと保護者	1/25~3/1の毎週土曜日(2/15を除く) 午前11時30分~午後0時20分	20組	4,200円	
小学生水泳教室(7日制) ◆小学生	1/25~3/22の毎週土曜日(2/15、3/15を除く) 午後1時30分~2時20分	20人	3,570円	
子どもリトミックA・B・月曜(4日制) ◆A:1歳3カ月~2歳の子どもと保護者 ◆B:2歳・3歳の子どもと保護者	1/27~2/24の毎週月曜日(2/10を除く) A:午前10時~10時45分 B:午前11時~11時45分	各12組	4,200円	
初級・中級水泳教室(6日制)	2/5~3/12の毎週水曜日 午前11時30分~午後0時20分	20人	3,960円	
平野運動場 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
ノルディックウォーキング初心者向け講習会 ◆おおむね60歳以上の方	1/8(水)・22(水) 午前11時~正午	各20人	1回 510円(初参加の方は10円)	当日持

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

相続・遺言(地方での相続登記も可)
オンライン申請(電子申請) 対応事務所

債務整理・破産・未払い賃金請求
☆完済された方も、過払い金が戻ってくる場合があります

平成2年の開業から一貫して親切、丁寧をモットーに法律相談にあたらせていただいております。お困りの法律問題については、お気軽にご相談ください。

相談専用ダイヤル 0120-218-187
お仕事の帰り、土曜・日曜日相談受け付けます。

にししかた法務司法書士事務所
東京都荒川区西日暮里2-17-10 アクセスキヤビル9階 日暮里駅徒歩1分
司法書士 西方順郎 東京司法書士会第2307号 簡裁訴訟代理等関係業務認定会員 201308号
PC・スマホ・モバイルサイト [にししかた法務](#) で検索
<http://nishikatahoumu.jp/> mail all@nishikatahoumu.jp

「足立区国民健康保険」に加入されている
40歳から74歳までの皆さん

無料 で受けられる (※)

特定健診 は

1月31日(金)

が「有効期限」です!

(※) 健診の結果から精密検査や治療・服薬等が必要となった場合は、保険診療(有料)となります。

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>

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
〒124-0006
検査・修繕 東京都葛飾区堀切2-60-9

広告

公認仲介人 東京都宅地建物取引業協会
足立区支部

不動産無料相談随時受付

☎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)

12 未来が見える 足立の技術

足立区産業展示会 ADACHI MESSE

あだちメッセ

日時 26年1月17日(金)・18日(土)

午前11時～午後6時(18日は午後5時30分まで)

場所 シアター1010(北千住マルイ11階)
申し込み不要

来場者に記念品をプレゼント

入場
無料

「ものづくり」や「情報通信」などの分野から、多様な区内企業が集結。業界を席巻する先端技術をはじめ、アイデア製品、新サービスなど、普段なかなか目にすることができない足立の最先端技術をご披露します。ビジネス目的の来場はもちろん、ご家族連れにも見どころ満載です。

問い合わせ先 = あだちメッセ運営事務局
(平日、午前9時～午後5時) ☎6418-7720
区・経済活性化係 ☎3880-5464

足立を代表する総勢103社の
技術力を体感!新発見!!

※数は12月20日現在



▲ファーストステップシューズ…特別な道具を使わずにベビースシューズを作ることができるキットを開発



▼仲代金属(株)…金属箔を髪の毛より細く加工する超精密技術を開発。エアバッグ用の導線部品の世界シェア4割(国内シェア7割)



◀(有)篠原刃型…一枚革から立体になる、リアルな動物のフィギュア製作キット「指でつくるレザーアニマル」を開発

▼堀田製作所…下肢に障がいがある方でも乗ることができるオーダーメイド三輪自転車を開発



▲(株)オレンジアーツ…パソコンからタブレット端末へ無線ネットワークを介して広告配信するシステム「adShare(アドシェア)ソリューション」を開発
※JR北千住駅構内(1月17日・18日)とルミネ北千住店8階(1月14日～18日)に展示

講演会やセミナープログラムが充実!

記念講演「今、私たちは何をすべきか」

養老孟司氏

18日(土) 午後1時30分～3時
午後1時開場

著書「バカの壁」(新潮社)は空前のベストセラーに。人間は自分の脳に入ることしか理解できず、人のあらゆる営みは脳に由来するという「唯脳論」を軸に、「今、私たちは何をすべきか」を解き明かします。



セミナープログラム

脳を上手に育て社会で活躍できる人間になりましょう
17日(金) 午後3時30分～5時
東京電機大学名誉教授 小谷誠氏

人材育成の取り組み「チーム力で乗り越えよう!」
17日(金) 午後3時30分～5時
24年度東京都中小企業ものづくり人材育成大賞受賞
(株)今野製作所代表取締役 今野浩好氏

ものづくりビジネスに変革をもたらす3Dプリンター
17日(金) 午後1時～3時
(株)マイクロジェット代表取締役社長 山口修一氏

★このほかにも多数のビジネスセミナーあり!

くわしくはホームページ(<http://adachi-messe.com/>)をご覧ください。

ほかにもあります!誰でも楽しめるイベント!!

あだち厳選スイーツ直売会

17日(金)・18日(土)両日

和菓子、洋菓子などの厳選スイーツを特価で販売(なくなり次第終了)



都立足立工業高校製作
ロボット操作体験

18日(土)、午前11時～午後5時

WROJapan 高校生東京都大会の2部門で優勝したロボットなどが登場



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

**マンションオーナー様
管理組合様
無料診断いたします!!**

※足立区内に限ります

あなたのマンションは
大丈夫?

築20年を過ぎた建物は
老朽化により放置すると
漏水など大変な損害を被
ることがあります。

築25年経過した給水管の
内部を内視鏡により撮影

マンション給排水設備リニューアル専門会社
株式会社 **大勝テック**

〒123-0841 足立区西新井6-18-17
☎3856-2870 <http://daisho-tec.com>

東京都水道局の「安全でおいしい水プロジェクト」に参画しています。

男性用
女性用
医療用

ウィッグ専門店

艶やかに
髪のお洒落で
若返り

40周年感謝セール 1/31迄

メンズウィッグ バンタン帽

女性用既製品 3~5万円
男性かつら修理 1万円~

「あだち広報をみた!」で
3000円off!
または10%off!

株式会社 洋かつらセンター
ルミアン北千住店
定休日:月・祝
☎3870-2662
足立区千住1-39-7
(千住警察のそば・常磐線線路さわ)

地下鉄1番出口下車
北千住駅歩0分

丸井
北千住駅

至日光街道(国道4号)
千代田線
西口広場
仲町出口

地下鉄1番出口
千住警察
大フミキリ

**最終販売
受付中!**

パーソナルタイプ(個人用)
年間維持費10,000円
48万円

ファミリータイプ(家族用)
年間維持費10,000円
80万円

東京メトロ千代田線「町屋駅」
京成本線「町屋駅」より徒歩1分

東京御廟

開館時間/午前10時～午後6時
www.tokyogogyo.jp Tel.03-5810-5050

☎0120-570-750

ここであえる 検索

■事業主・経営管理/宗教法人無量寿山光明寺■所在地/〒116-0002 東京都荒川区荒川7丁目14番8号■敷地面積/150m²■延べ床面積/424.73m²■墓地等(納骨堂)経営許可番号/東京都荒川区保健所20荒保衛環き第11号■許可日/平成21年7月7日 No.KHAD-02