



2013年4月25日 第1659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/>

お知らせ：あだち広報25日号が今号より
12ページになりました

あだち 広報

荒川の桜も成長中

区ではかつての桜の名所の復活をめざして、荒川堤防への桜の植樹など様々な取り組みを行っています。くわしくは、6月10日号でご紹介します。

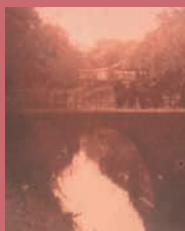


100年のときをかける橋

紀州熊野の霊木が流れ着いたという伝説の場所、熊之木（現 江北小学校周辺の古い地名）。むかしの大切な用水路—神領堀—と、五色桜で全国に知られた旧荒川堤が交差する名所でした。その風景を「神領堀緑道熊の木ひろば」として復元しました。

問い合わせ先＝▷熊の木ひろば…工事課西部第一係 ☎3880-5015
▷神領堀の歴史…郷土博物館 ☎3620-9393

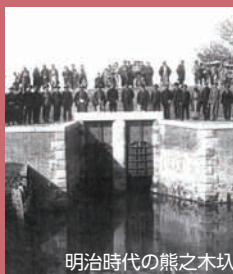
熊之木橋（めがね橋）



水面に写ると眼鏡のような形になります。一度解体されたものを復元しました。1910（明治43年）年にはすでにかけられていたと記録されています

熊之木圪（水門）

▼戦後の工事で埋められましたが、今回の工事で発掘されました



明治時代の熊之木圪

御苑の桜

明治38年に荒川堤から新宿御苑に桜を寄贈しました。そこから里帰りの桜を植樹しています



※イメージ ▲来年の開花にご期待ください

熊の木ひろば（江北2丁目43番）

西新井駅西口③番バスのりばから「池袋駅東口行」乗車、「荒川土手操車所前」下車徒歩約5分



協力：浅香孝子さん（江北村の歴史を伝える会） 故 小泉健男さん（足立史談会） 清水幸蔵さん（荒川五色桜復活の会） 船津せつさん ※50音順

葦立ち

新任職員106人を加え、足立区の新年度がスタートしました。新メンバーに対して私が毎年伝えていることは、二つのソウゾウリョク、つまり「想像力」と「創造力」を発揮してもらいたいということです。「お役所仕事」という言葉に象徴されるように、公務員というと同じ仕事の繰り返し。およそ「創造」とは真逆の世界とわれがちです。ところが、これは大いなる誤解なのです。◆区を取り巻く社会環境や区民ニーズは常に変化しています。杓子定規に物事を進めたり、前例踏襲するだけでは、お金や人のむだ遣いにつながりばかりか、区民の期待には応えられません。相手の思いを的確に受け止める「想像力」、新しい分野に挑戦する「創造力」、どちらも今の足立区に必要な力です。◆近年特に「孤立ゼロプロジェクト」や「ゴミ屋敷対策」など、複数の担当が協力して仕事を進めていく機会が増えています。それだけ一つ一つの問題が、複雑化してきているとも言えます。「自分たちの仕事の範囲はここまで」という縦割り意識では、事業の効果が半減しかねません。あえて人の領域にまで足を踏み入れ、困難を背負い合う気概が求められています。◆諸証明のコンビニ交付や区民事務所と戸籍住民課の一部窓口の外部化など、新たな取り組みが始まる本年度。以上のような思いで乗り切っていきたいと思います。

足立区長 近藤やよい

今号の
主な内容

2面 休日応急診療所

7面 シルバーパス

4面 様々な投票方法

8～11面 近所deまなボー☆

6面 町会・自治会

12面 あだち自然の遊び場

2

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

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

切手

〒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

26年度新入学の
学校選択制度の主な日程

■日程等＝表1 ■対象＝26年度に区立小・中学校へ入学する方 ※新1年生以外でも、ほかの区市町村からの転入または区内転居で学校を変更する方にも学校選択制度の適用あり。申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。

■問先＝就学係 ☎3880-5969

表1 学校選択制度の主な日程等

日程	内容
6月上旬	受入可能人数の公表
6月	第1回学校公開
10/1(火)	希望選択票の発送
10月	第2回学校公開
10/25(金)	希望選択票の提出期限
11/11(月)	応募状況の中間集計公表
11/11(月)～15(金)	希望校の変更受付
11/29(金)	応募状況の最終集計公表
12月中旬	抽選(抽選実施校のみ)
26年1月	就学通知書発送

土曜予防接種外来
(5月～7月分)

■日時＝5月18日、6月15日、7月20日 ※いずれも土曜日、午後3時～5時。受け付けは午後4時30分まで ■場所＝足立区医師会館(中央本町3-4-4) ■対象＝B C Gを除く各定期予防接種の法定年齢内の子ども ※麻しんはMRワクチンでの接種となる場合あり。当日は予防接種相談も受け付け ■申込＝母子健康手帳、予防接種予診票、体温計を持参し、保護者同伴で当日直接会場へ ※病児の診療は不可 ■問先＝足立区医師会(当日、午後3時～5時のみ) ☎3880-1866
区・保健予防係 ☎3880-5892

献血(5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
15(火)	昭栄自動車(株)(中央本町2-21-6)	午前9時～11時30分
22(火)	日本郵便 足立支店(千住曙町42-4)	午前10時～11時45分／午後1時～4時
28(火)	男女参画プラザ(エル・ソフィア内)	午前9時30分～午後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
▷実施場所等…区・衛生管理係 ☎3880-5891

専門医による乳児アレルギー
予防教室

■日時等＝表2 ■対象＝アレルギーが心配な1歳未満の子どもの家族など ■定員＝各30人(4月26日から先着順) ※保育あり(要予約)。保育の定員など、くわしくはお問い合わせください。
■申込＝電話(表2)

表2 専門医による乳児アレルギー
予防教室日時等

日時	場・申・問先 (保健総合センター地域保健係)
5/24(金)、午前10時～正午	東和 ☎3606-4171
6/6(木)、午後2時～4時	中央本町 ☎3880-5351
6/13(木)、午前10時～正午	千住 ☎3888-4277
6/24(月)、午後2時～3時30分	竹の塚 ☎3855-5082
6/28(金)、午前9時30分～11時30分	江北 ☎3896-4004

就学相談説明会

■日時＝5月28日(火)、午前10時～11時30分 ■対象＝区内在住で、26年4月に小学校入学予定の障がいがあると思われる子どもの保護者 ■内容＝就学相談の流れや手続き方法の説明 ■定員＝120人(先着順) ■申込＝不要 ※当日直接会場へ ■場・問先＝こども支援センターげんき ☎3852-3535

座談会「子育てのつらさから解放されるには…」

■日時＝6月3日(月)、午前10時～正午 ■対象＝乳幼児を子育て中の保護者 ■内容＝子育ての大変さを減らすために、自分自身をみつめ、まわりとの付き合い方を考える ■定員＝20人(4月26日から先着順) ■申込＝電話 ■場・申・問先＝東和保健総合センター地域保健係 ☎3606-4171

健康・衛生

こどもの日は銭湯
(しょうぶ湯)へ

■日程＝5月5日(祝) ■場所＝区内の銭湯 ■費用＝▷小学生以下の方…無料 ▷65歳以上の方…220

円 ▷そのほかの方…450円(通常料金) ■申込＝当日、番台かフロントで年齢を伝える ※証明証は不要 ■問先＝衛生管理係 ☎3880-5891

医療に関する電話相談

◆診療所・歯科診療所などに関する相談

■日時＝月～金曜日(祝日、年末年始を除く)、午前9時～正午／午後1時～4時30分 ※相談時間は1人30分まで ■内容＝看護師の専門相談員による、医療や診療所・歯科診療所などに関する悩みごとの電話相談 ※秘密厳守。医

療過誤など医療行為における過失や因果関係の有無、責任の所在の判断・決定や医療機関との紛争の仲介・調停など、裁判にかかわるものは相談不可 ■相談先＝区・医療安全相談窓口 ☎3880-5475
◆病院に関する相談

■日時＝月～金曜日(祝日、年末年始を除く)、午前9時～正午／午後1時～5時 ■内容＝病院に関する悩みや困っていることなどの電話相談 ■相談先＝都・患者の声相談窓口 ☎5320-4435
——いづれも——
■問先＝区・医薬衛生係 ☎3880-5362

休日応急診療所

日曜日、祝日に休日応急診療所を開設しています(表3)。発熱や腹痛で急を要する場合に利用できます。

◆夜間休日診療機関など

食中毒、感染症発生などの緊急の場合は、昼夜を問わず医療機関案内「ひまわり」に連絡してください。

■問先＝東京都医療機関案内「ひまわり」(24時間受け付け) ☎5272-0303

◆救急病院

■問先＝東京消防庁救急相談センター(24時間受け付け)▷ダイヤル回線 ☎3212-2323
▷携帯電話・PHS・プッシュ回線 ☎#7119

表3 休日応急診療所一覧

休日応急診療所	所在地	受付時間
足立区医師会館(内科・小児科)	中央本町3-4-4 (足立区医師会館内) ☎3880-1866	午前10時～11時30分 午後1時～3時30分 午後5時～9時
東和(内科・小児科)	東和3-12-9 (東和保健総合センター内) ☎3629-7881	午前10時～11時30分 午後1時～3時30分
竹の塚(内科・小児科/歯科)	西竹の塚1-11-2 エミエルタワー竹の塚2階 (竹の塚保健総合センター内) ▷内科・小児科 ☎3855-5016 ▷歯科 ☎3855-5017	(内科・小児科) 午前10時～11時30分 午後1時～3時30分 午後5時～9時 (歯科) 午前10時～11時30分 午後1時～3時30分
江北(内科・小児科)	西新井本町2-30-40 (江北保健総合センター内) ☎3896-4010	午前10時～11時30分 午後1時～3時30分

※受診のときは「健康保険証」を持参(小児科の場合は医療証も持参)
※治療費は、保険診療の休日加算あり
※応急診療のため、薬を出す場合は原則当日分のみ

休日接骨院当番所(5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
3(祝)	ますざわ整骨院(花畑4-30-13)	3884-0708
	力神堂整骨院(本木1-21-1)	3887-5804
4(祝)	庄司接骨院(谷中3-4-6)	3629-7216
	福田接骨院(西保木間1-21-7)	3850-1675
5(祝)	岡村接骨院(青井1-5-8)	3849-3851
	佐藤整骨院(竹の塚7-8-5 第二コーポクリーンライト)	3860-5171
6(休)	飯塚接骨院(興野2-31-5)	3854-2353
	加藤接骨院(花畑6-23-8)	3883-8525
12(日)	橋本整骨院(西新井栄町2-5-1)	3880-6958
(日)	羽鳥整骨院(青井2-7-14)	3840-3623
19(日)	関橋接骨院(南花畑2-9-4)	3859-4501
(日)	柳沼整骨院(古千谷本町1-10-2)	3897-7451
26(日)	多田接骨院(青井3-37-19 セザールマンション102)	3886-4152
(日)	水野接骨院(西新井3-4-1)	3855-3569

※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

放射線量の調査(4/1～15の平日)

日付	1	2	3	4	5	8	9	10	11	12	15
測定値(マイクロシーベルト/時)	0.10	0.11	0.11	0.10	0.11	0.11	0.12	0.12	0.11	0.11	0.13

■計測場所＝区役所前中央公園(高さ地上から50cm)
■問先＝環境対策係 ☎3880-5367

給食関係技術者講習会

◆食事摂取基準を踏まえた考え方

■日時＝5月30日(木)、午後2時～4時30分 ■場所＝竹の塚保健総合センター ■対象＝保育園・事務所等給食施設の管理者、管理栄養士、栄養士など

◆食事摂取基準を踏まえた
栄養管理報告

■日時＝6月7日(金)、午後2時～4時30分 ■場所＝エル・ソフィア ■対象＝病院・介護施設の管理者、管理栄養士、栄養士など
——いづれも——

■定員＝70人（4月26日から先着順） ■申込＝氏名、電話番号、職種、施設名、希望日をファクス ※ファクスがない場合のみ電話も可 ■申・問先＝江北保健総合センター保健栄養担当
☎3896-4004 ☎3856-5529

うつ病家族向け講演会
「家族が燃えつきないために」

■日時＝5月23日(木)、午後2時～4時 ■場所＝足立保健所 ■対象＝うつ病の方の家族 ■内容＝うつ病の方への対応 ■定員＝30人（4月26日から先着順） ■申込＝電話 ■申・問先＝中央本町保健総合センター地域保健係 ☎3880-5352

生活習慣病予防の運動グループ
「クローバー」参加者募集

■日時＝原則毎月第2月曜日と奇

数月第3金曜日、午後1時30分～3時30分 ■対象＝おおむね40歳以上の方 ■内容＝ウォーキングやスポーツ指導員によるストレッチ、学習など ■申込＝電話 ■場・申・問先＝東和保健総合センター地域保健係 ☎3606-4171

シニアのための栄養教室
「からだが喜ぶ食生活」

■日時＝5月31日(金)、午後1時30分～3時 ■対象＝65歳以上の方 ■内容＝元気を保つ食生活のヒケツ ■定員＝30人（4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保健栄養担当 ☎3888-4277

税金・国保・年金

非自発的失業者の
国民健康保険料軽減制度

■対象＝次のすべてに当てはまる方…失業日時点で65歳未満／雇用保険の特定受給資格者（倒産・解雇などによる離職）または特定理由離職者（雇い止めなどによる離職） ※特定受給資格者および特定理由離職者…雇用保険受給資格者証の第1面「離職理由」または「離職年月日理由」欄に「11、12、21、22、23、31、32、33、34」のいずれかのコードが記載されている方（高年齢受

給資格者と特例受給資格者は対象外） ■内容＝保険料を計算する際に、失業者本人の給与所得を100分の30とみなして計算 ■期間＝離職日の翌日の属する月～翌年度末(失業軽減の対象期間内に再就職して社会保険に加入し、再度離職された方も対象になる場合あり) ■申込＝雇用保険受給資格者証を国民健康保険課窓口持参 ※加入届とは別の手続きが必要。手続き方法など、くわしくはお問い合わせください。 ■申・問先＝資格賦課係 ☎3880-5240

福祉・高齢医療

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

73歳以上の区民に
無料マッサージ（5月分）

■日時等＝▷12日(日)・26日(日)…勤労福祉会館（綾瀬プルミエ内）▷14日(火)・28日(火)…竹の塚障がい福祉館 いずれも午前9時10分～午後3時10分 ■定員＝各48人（先着順） ■申込＝不要 ※当日直接会場へ ■問先＝障がい福祉係 ☎3880-5255

高齢者入浴事業
「ゆ～ゆ～湯」入浴証の送付

■対象＝4月1日現在、区内在住で、次のいずれかに当てはまる方…24年度に入浴証を受給した／24年4月2日～25年4月1日に70歳になった／70歳以上で25年4月1日までに区内に転入した ※

特別養護老人ホーム入所者や、寝たきりで利用できない方などを除く ■内容＝「ゆ～ゆ～湯」入浴証を使うことで指定日に銭湯を100円で利用できる ※5月初旬までに入浴証を送付。入浴証が届かない方で対象に当てはまる方は電話で申し込み ■申・問先＝在宅支援係 ☎3880-5257

きこえと補聴器の講演会

■日時＝5月21日(火)、午後1時30分～3時30分 ■対象＝耳のきこえや耳鳴りでお困りの方など ■内容＝難聴や補聴器について／耳鼻科医師による講演など ※要約筆記・手話通訳あり ■定員＝40人（4月26日から先着順） ■申込＝電話または住所、氏名、電話・ファクス番号、参加人数をファクス・ハガキ ■場・申・問先＝障がい福祉センター自立生活支援室 〒121-0816梅島3-31-19
☎5681-0132 ☎5681-0137

戦没者等のご遺族の方へ
「慰霊巡拝」

■日程＝6月～26年2月（予定） ■対象＝原則80歳以下で、戦没者などの遺族（配偶者・父母・子・兄弟姉妹） ■内容＝厚生労働省が行う慰霊巡拝（クラスノヤルスク地方／アルタイ地方／ハバロフスク地方／沿海地方／モンゴル／中国東北地区／硫黄島／インドネシア／ビスマーク・ソロモン諸島／東部ニューギニア／ミャンマー／フィリピン） ※自己負担あり。申し込み多数の場合は参加できない場合あり。申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。 ■申・問先＝民生係 ☎3880-5870

福祉・高齢医療は、
4面に続きます

地域包括支援センター介護（予防）教室（5月・6月分）

日時	内容等	問先（地域包括支援センター）
①5/1(木)、午前10時～11時 ②5/30(木)、午後2時～3時30分	①講習会「楽しく認知症予防」 ②認知症サポーター養成講座 定員＝②20人（先着順） 申込＝②電話 いずれも、場所＝高齢者在宅サービスセンター西新井（西新井2-5-5）	西新井 ☎3898-8391
①5/8(火)②5/24(金) いずれも午後1時30分～3時	①転倒予防体操 ②講習会「おしっこのはなしと元気づくり」 場所＝①本木関原住区センター ②まちづくり工房館（関原の森内）	本木関原 ☎5845-3330
①5/10(金)、午後1時～2時30分 ②5/28(火)、午後1時～2時30分	①若返りストレッチ、リズム体操 ②座ったままできる健康体操 いずれも、定員＝30人（先着順） 申込＝電話	伊興 ☎5837-1280
①5/10(金)、午後1時30分～3時 ②5/21(火)、午後2時～3時30分 ③5/31(金)、午後1時30分～3時	①脳を鍛えて認知症予防「こくご」 ②千住ブロック合同介護教室「地域密着型サービス（訪問系）を知っていますか」 ③脳を鍛えて認知症予防「さんすう」 場所＝①千住あずま住区センター分室 ②③総合ボランティアセンター 定員＝①③20人 ②50人 いずれも、先着順 申込＝電話	日の出 ☎3870-1184
5/14(火)、午後2時30分～3時30分	講習会「健康はお口から」 場所＝中川地域センター（長門住区センター分館） 定員＝50人（先着順） 申込＝電話	中川 ☎3605-4985
5/17(金)、午後1時30分～3時	脳の活性化「スポーツスタッキング教室」 対象＝男性 定員＝25人（先着順） 申込＝電話	関原 ☎3889-1487
5/18(土)、午前10時30分～正午	調理実習「認知症予防＆脳が喜ぶ食事」 場所＝花畑地域学習センター 費用＝200円（保険料） 定員＝20人（先着順） 申込＝電話	保木間 ☎3859-3965
5/21(火)、午後2時～3時30分	踊りで介護予防 定員＝30人（先着順） 申込＝電話	千住西 ☎5244-0248
5/28(火)・6/11(火) (2日制)、いずれも午後1時30分～3時	認知機能テスト「ファイブ・コグ」 場所＝保塚地域学習センター 定員＝20人（先着順） 申込＝電話	一ツ家 ☎3850-0300

※先着順は4月26日から受け付け開始。「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

※定員＝▷興本…25人 ▷そのほか…20人（いずれも選考）
申込＝▷佐野…窓口 ▷そのほか…電話

夕焼け放送の放送時間の変更について

4月30日(火)まで午後5時に放送しますが、5月1日～8月31日は、午後5時30分に放送します。 ■問先＝青少年課管理調整係 ☎3880-5264

4

お知らせ・情報コーナー

凡例

福祉・高齢医療は、
3面からの続きです

福祉・高齢医療

もの忘れ相談 (5月分)

■日程等=表1■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

人材募集

情報化支援専門員
(非常勤職員)

■対象=民間企業などで情報システムの企画・調達・業務分析などの実務経験があり、BPMツールの

の経験・知識を有する方■勤務内容=区の情報化推進、システム調達・構築に関する技術的な支援・実務■勤務条件=週4日(1日6時間) ※社会保険・雇用保険あり■雇用期間=7月1日～26年3月31日 ※更新あり■報酬=月額36万8,000円 ※交通費あり■募集人数=1人■選考=▷1次…書類▷2次…面接(6月3日(月))■申込=申込書、課題作文(A4用紙4枚程度)などを電子申請(東京電子自治体共同運営サービス)■期限=5月15日(水)■申・問先=情報システム課計画調整係
☎3880-5817

表1 もの忘れ相談 (5月分)日程等		
日程	申・問先(地域包括支援センター)	
22(水)	本木関原	☎5845-3330
30(木)	入谷	☎3855-6362

区内の中小企業向け助成金

区では、区内中小企業向けに様々な助成金を用意しています。(表2)
■申・問先=創業支援係(あだち産業センター内) ☎3870-8400

表2 区内中小企業向け助成金内容等				
名 称	助成金額	助成対象経費	申請期限	対 象
就業規則作成助成金	対象経費の2分の1(上限5万円)	就業規則の作成または改定(いずれか1回のみ)を社会保険労務士などへ委託した場合の経費	25年4月1日以降に就業規則を労働基準監督署に届け出た日から1年以内	区内に就業規則を届け出た事業所がある中小企業者
ホームページ作成助成金		作成委託経費または作成ソフト(1本)および解説本(2冊)の購入費	ホームページを作成(アップ)した日から1年以内	営業用ホームページを新規に作成した区内中小企業者
会社案内等作成助成金	対象経費の2分の1(上限10万円)	恒常的に使用できる会社案内などの作成を区内業者に委託した場合のデザイン・印刷経費	対象経費にかかる領収書発行日から1年以内	会社案内等を作成した区内中小企業者
ISO認証取得助成金	対象経費の2分の1(上限50万円)	認証取得の審査、登録にかかる経費/内部監査員養成研修/コンサルタントの指導料など ※更新費用は対象外	認証取得日から1年以内	ISO9001・14001・27001(重複申請可)の認証を取得した区内中小企業者
知的財産権認証取得助成金	対象経費の2分の1(上限30万円)	出願料、登録料、審査請求料または技術評価請求手数料、弁理士費用など製品・技術の権利保護に直接関連性が認められる費用		知的財産権の認証を取得した区内中小企業者
エコアクション21認証取得助成金	対象経費の2分の1(上限10万円)	認証取得の審査・登録に要する経費 ※更新費用は対象外		EA21の認証を取得した区内中小企業者
起業・経営セミナー受講助成金	対象経費の2分の1(上限1万円)	区以外の公的機関が主催する有料の起業・経営セミナーの受講料 ※技術訓練や技能習得、資格取得に関するものは対象外	受講終了日から1年以内	左記のセミナーを受講した、区内在住で起業をめざす方または区内中小企業者

※いずれも、同一の内容で既に助成を受けている場合は対象外。そのほかにも要件あり。申し込み方法など、くわしくは区ホームページをご覧ください。申請書は中小企業支援課創業支援係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。

■申込…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

仕事・産業

「千住仲町創業支援館はばたき」入居者募集

■入居日=8月1日(木)■所在地=千住仲町24-2■対象=創業予定または22年8月1日以降創業の法人・個人■募集室数=10室(1室21平方メートル～23.8平方メートル)■入居期間=2年間 ※審査により1年のみ延長可■費用=

使用料月額2万1,000円～2万4,000円/共益費月額1万5,000円/保証金11万円～12万円/電気使用料など■申込=必要書類を持参または郵送 ※申込用紙・募集要項は中小企業支援課創業支援係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可■申込期間=4月26日～5月23日必着■申・問先=創業支援係(あだち産業センター内) 〒120-0034千住1-5-7
☎3870-8400

様々な投票方法

■申・問先=選挙管理委員会事務局 ☎3880-5531

◆郵便で選挙の投票ができます
■対象=表3のいずれかに当てはまり、自分で投票用紙への記入ができる方■内容=「郵便等投票証明書」の交付を受けることで、郵便での投票が可能■申込=本人または代理の方が、身体障害者手帳、戦傷病者手帳、介護保険被保険者証のいずれかを持参 ※確認後、申請書を配布。申請書の氏名は必ず本人の直筆が必要。後日、「郵便等投票証明書」を発行。証明書発行までに1カ月以上かかる場合あり

表3 郵便等投票の対象一覧		
手帳などの種類	障がいの種類・要介護状態区分	障がいの程度
身体障害者手帳	両下肢、体幹、移動機能	1級または2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	1級または3級
	免疫、肝臓	1級から3級
戦傷病者手帳	両下肢、体幹	特別項症から第2項症
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓	特別項症から第3項症
介護保険被保険者証	要介護状態区分	要介護5

・身体障害者手帳に「社会生活活動制限」の記載がある方を除く
・この表に当てはまり、上肢または視覚障がいの程度が、1級または特別項症から第2項症の方は、代理人による投票制度あり

◆海外からも投票できます
■対象=海外に3カ月以上住所を有する方■内容=在外選挙人名簿へ登録することにより、国政選挙(衆議院議員選挙および参議院議員選挙)に限り投票できる。登録方法など、くわしくはお問い合わせください。

65歳以上の方の介護保険料軽減制度

■対象=65歳以上で表4に当てはまる方 ※見込みを含む。毎年度の申請が必要■申込=窓口■申請期間=5月10日～8月30日 ※9月以降に申請した場合は、申請月から軽減対象。申請必要書類など、くわしくはお問い合わせください。■申・問先=資格保険料係
☎3880-5744

表4 介護保険料軽減申請の対象等				
保険料の段階	対 象	基 準	該当する階層	軽減後の年間保険料
第3段階	次のすべてに当てはまる方…世帯の24年中の年間収入額と預貯金額それぞれが、右の基準以下である／25年度区民税非課税世帯／区民税課税者に扶養されていない／介護保険料を滞納していない	単身世帯…150万円以下※	第3段階B階層	43,560円
		単身世帯…80万円以下※	第3段階C階層	20,640円
特例第3段階		単身世帯…収入120万円以下、預貯金150万円以下※	特例第3段階B階層	38,880円
		第2段階	単身世帯…80万円以下※	特例第3段階C階層 第2段階B階層
第1段階	次のすべてに当てはまる高齢福祉年金受給者…介護保険料を滞納していない／生活保護を受給していない／世帯の預貯金合計が80万円以下である		第1段階B階層	16,680円

※世帯人数が1人増えるごとに50万円を加算

区 左記マークがある
申し込みは、
P2右上を参照

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

5

一般向け就労支援セミナー

■日時＝5月21日(火)、午後2時～4時 ■場所＝シアター1010アトリエ（千住ミルディスⅠ番館内）
■対象＝求職活動中の方 ■内容＝労働環境、求人票から狙える業種などハローワークの窓口現場からの話を中心に、実践的な就職活動を学ぶ ■定員＝50人（4月26日から先着順） ■申込＝電話または氏名（フリガナ）、年齢、電話番号をファクス ■申・問先＝お問い合わせコールあだち
☎3880-0039 FAX3880-5605

公募・ボランティア

農業ボランティア養成講座（12日制）

■日時＝5月～12月、平日の昼間 ※初回は5月23日(休)、午前9時～正午 ■場所＝区内農場 ■対象＝区内在住で20歳以上の、受講後に区内農家のボランティアとして活動できる方 ■内容＝農業ボランティア活動に必要な農作業や農業関連の知識の習得 ■定員＝15人程度（抽選） ■申込＝住所、氏名（フリガナ）、自宅および平日の昼間に連絡可能な電話番号、「農業ボランティア」を区へ往復ハガキ ■期限＝5月10日(金)必着 ■申・問先＝農業係 ☎3880-5866

学校図書館ボランティア

■対象＝区内または近隣地域に在住の方 ■内容＝区立小・中学校の

図書室で本の整理・飾り付け・読み語りなど。申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。 ■問先＝中央図書館子ども読書推進係 ☎5813-3745

日本語ボランティア支援講座（8日制）

■日時＝6月11日・18日・25日、7月2日・9日・23日・30日、8月6日 いずれも火曜日、午後1時30分～3時30分 ■場所＝エル・ソフィア ■対象＝受講後、区内の日本語ボランティアとして活動できる方 ■内容＝日本語を母語としない外国人への日本語学習支援の方法 ■定員＝40人（選考） ■費用＝2,000円 ■申込＝窓口または住所、氏名、電話番号、「日本語ボランティア支援講座」をファクスまたは区へハガキ ■期限＝5月20日(月)必着 ■申・問先＝多文化共生担当 ☎3880-5177 FAX3880-5603

暮らし・まちづくり

未来につながる環境活動を応援 環境基金助成事業

■対象＝区内在住の方／区内で活動する事業者や非営利団体 ■内容＝以下の活動に助成金を支給…先進的な技術開発／環境負荷の低減に効果のある活動／地域や区民への波及効果が期待できる活動 ※審査あり ■助成金額＝対象経費の2分の1（上限1,000万円） ■期限＝5月31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ください。 ■問先＝計画推進係 ☎3880-6049

フリーステージ・アダチ Vol.17出演者・運営スタッフ募集説明会

■日時＝5月21日(火)、午後7時開始 ■場所＝竹の塚地域学習センター ■申込＝不要 ※当日直接会場へ。出演者・運営スタッフの応募には説明会への出席が必須 ■フ

リーステージ・アダチ概要＝▷日時等…12月7日(土)・8日(日)、竹の塚地域学習センター ▷内容…演奏やダンス、演劇、詩吟などで構成される舞台 ※いずれも費用あり。月1回程度の実行委員会（6月～11月に毎月実施）への参加が必要 ■問先＝文化団体支援係 ☎3880-5986

暮らし・まちづくりは、
6面に続きます

宿泊施設インフォメーション

■申込＝「わたしの便利帳」または区のホームページを参照
■利用日等＝表5

表5 宿泊施設利用日等（7月利用分）

利用施設	7月の利用できる日	受付時間
鋸南自然の家 ☎0470-55-4770（予約専用）	6、13、14、20～31	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）	6、13、14、19～31	

※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。

提携旅館 予約受付開始日等

提携旅館	予約受付開始日等
ゆがわら 水の香里(かおり) ☎0120-543-405 受付時間＝午前9時～午後8時 http://www.mizunokaori.com/	利用希望日の6カ月前の同日から電話受け付け ※平日大人1人7,980円～（1泊2食付き）

※予約の際、足立区在住・在勤・在学を連絡。フロントで住所、勤務（通学）先がわかる物の提示が必要。
施設・料金は利用施設に問い合わせるか、区民事務所・生涯学習関連施設で配布しているチラシまたは区のホームページを参照。

足立の花火は7月20日(土)開催

■日時＝7月20日(土)、午後7時30分～8時30分 ※荒天時は21日(日)に順延の予定 ■場所＝荒川河川敷

協賛金募集

◆企業・団体協賛

■金額＝1口5万円（何口でも可） ※協賛企業・団体の広告を口数に応じたサイズでプログラムに掲載 ■期限＝5月24日(金)必着 ※申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。

◆個人協賛

■金額＝1口5,000円(何口でも可) ※協賛者氏名をプログラムに掲載(サイズは一律)、観光交流協会観覧場所入場券を進呈（1口2枚） ■申込＝持参または所定の振込用紙で振込 ※所定の振込用紙は問い合わせ後、協会から郵送。振込手数料は協会が負担 ■期限＝5月24日(金)

屋形船募集

■対象＝屋形船の船主・関係者など ※プレジャーボート不可 ■定員＝計50隻（抽選） ※千住新橋側エリア30隻・西新井橋側エリア20隻 ■費用＝▷船の全長30m未満…2万5,000円 ▷船の全長30m以上…3万5,000円 ■申込＝申込用紙、船舶検査証書の写しをファクス・持参または区へ郵送 ※申込用紙は観光交流協会配布するほか、観光交流協会のホームページからもダウンロード可 ■期限＝5月24日(金)必着

——いづれも——

■申・問先＝観光交流協会(観光交流課内) ☎3880-5853



総打ち上げ数
約12,000発!!

審議会の公開（5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
建築審査会	15(火)	午後3時～4時30分	シアター1010(千住ミルディスⅠ番館内)	建築調整課 用途照会係 ☎3880-5943
ユニバーサルデザイン推進会議	23(木)	午前9時45分～正午	区役所	企画調整課 企画調整担当 ☎3880-5348
成年後見制度審査会	29(水)	午前10時～正午		福祉管理課 調整担当 ☎3880-5732

E A [エコアクション] 21認証取得セミナー（6日制）

■申・問先＝創業支援係(あだち産業センター内)
☎3870-8400 FAX3870-8851

エコアクション21とは、環境省が策定した事業者向けの環境経営システム認証登録制度です。環境に関する取り組みや目標設定、管理、改善を図ることにより認証が受けられ、企業間の取引条件対応や社会的信頼獲得に役立ちます。

■日時＝5月23日、6月6日・20日、7月4日、9月5日、10月3日 いずれも木曜日、午後2時～5時 ※5月23日のみ午後6時30分～8時30分 ■場所＝あだち産業センター ■対象＝区内に本社または事業所のある企業 ■内容＝区内取得事業者事例紹介、環境目標および環境活動計画の策定、登録審査申込書の書き方など ■定員＝20社（4月26日から先着順） ■申込＝電話または所定の申込用紙をファクス ※申込用紙は中小企業支援課創業支援係で配布するほか、区のホームページからダウンロード可

足立区食品衛生監視指導計画を作成しました

区では皆さんの健康推進を図るため、この計画に基づいて食品の安全性の確保に努めます。計画は食品保健係で配布しているほか、区のホームページでもご覧になれます。 ■問先＝食品保健係 ☎3880-5363

6

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
HP…ホームページアドレス
✉…Eメールアドレス

暮らし・まちづくりは、
5面からの続きです

暮らし・まちづくり

吹き付けアスベスト対策費の助成

■対象建築物＝18年9月以前に建築した建物■内容＝対象建築物の吹き付けアスベスト分析調査や飛散防止などの対策工事費用の一部を助成 ※吹き付けアスベスト対策工事の助成には、工事完了日から引き続き5年間使用することなどの条件あり■助成金額等＝表1※対策着手前に申請手続きが必要。助成条件など、くわしくはお問い合わせください。■問先＝建築指導担当 ☎3880-5952

都営住宅（家族・単身者）入居者募集

■募集案内配布期間＝5月7日～15日（土・日曜日を除く）■配布場所＝住宅・都市計画課住宅管理

係、区民事務所 ※なくなり次第配布終了。申込資格など、くわしくは「募集の案内」または区のホームページをご覧ください。■問先＝お問い合わせコールあだち ☎3880-0039

催し物

東京足立少年少女合唱団定期演奏会

■日時＝5月12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■曲目＝「美しいチロル」ほか■申込＝不要 ※当日直接会場へ■問先＝文化団体支援係 ☎3880-5986

みどりのカフェ(5月分)

■日程＝5月20日(月)■場所＝区役所庁舎ホール・ホワイエ■対象＝緑のサポーター(当日登録可)■内容等＝表2■問先＝みどり事業係 ☎3880-5919

地球環境講演会「上野動物園園長が語る『動物から環境を考える』」

■日時＝6月1日(土)、午後2時～4時■場所＝区役所庁舎ホール■対象＝区内在住・在学・在勤で、小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴■内容＝土居利光氏（上野動物園園長）による生物多様性の保全についての講演。参加者にエコグッズのプレゼントあり ※保育あり（要予約、2歳～就学前の子ども、先着10人）■定員＝350人（4月26日から先着順）■期限＝5月10日(金)■申込＝電話■申・問先＝お問い合わせコールあだち ☎3880-0039

後悔しない 老後の住まいの選び方

■日時＝5月22日(水)、午後1時30分～3時30分■場所＝エル・ソフィア■対象＝区内在住・在勤・

在学の方■内容＝有料老人ホームなどの高齢者向け住まいの種類・設備・サービス・費用やトラブル防止のポイントをプロに学ぶ■定員＝60人（4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入力フォームに入力または氏名（フリガナ）、電話番号、「老後の住まいの選び方」をファクス■申・問先＝消費者センター ☎3880-5385 FAX3880-0133

外国人交流サロン

■日時＝5月16日(木)、午後1時30分～3時30分■場所＝エル・ソフィア■対象＝区内在住・在勤・在学の方■内容＝料理（お好み焼きなど）を作りながら参加者同士が交流■定員＝▷外国人…24人▷日本人…8人（いずれも4月26日から先着順）■申込＝窓口または電話■問先＝多文化共生担当 ☎3880-5177

表1 吹き付けアスベスト対策費の助成 助成金額等

種類	助成率	助成限度額
成分分析調査および空気環境測定調査	調査費用の全額	10万円
吹き付けアスベスト対策工事	除去・封じ込め工事などの費用の2分の1	▷一戸建て住宅…50万円 ▷共同住宅…200万円 ▷上記以外…200万円

表2 みどりのカフェ(5月分)時間等

内 容	時 間	定 員	費 用	申し込み方法等
集いカフェ	午前10時～午後3時30分	—	—	不要 ※当日直接会場へ
集いメニュー(初夏のリース作り)	午前10時～正午	30人(先着順)	1,000円(材料費)	
みどりのレッスン(オーガニック野菜の寄せ植え)	午後1時30分～3時30分	30人(抽選)	1,500円(材料費)	区のホームページ内の専用ホームに入力または住所、氏名、電話番号、レッスン名、サポーター登録番号(あれば)を区へ往復ハガキ 申込期限＝5月8日(水)必着

その時に備えて

～町会・自治会に参加して、日々の暮らしに安心を～
問先＝地域調整係 ☎3880-5864

地域の安心・安全を考えたとき、最も頼りになるのが、ご近所や仲間同士の助け合いの絆(きずな)です。町会・自治会は、その絆をさらに広げる活動を行っています。皆さんも、町会・自治会の活動に参加して、一緒に“絆”を築きませんか



▲防災訓練の様子



皆さんも町会・自治会に参加して、一緒に住みやすいまちを築きましょう
◆町会・自治会の加入方法やマンションでの新規設立方法など、くわしくはお問い合わせください。

この小さな差に、大きな安心があります
町会・自治会に

参加していない

知らない人に
ついていっちゃ
ダメなんだよ

○子どもの通学の見守り
…声かけ活動は、子ども達の通学を見守り、不審者が出にくい環境をつくれます

○孤立しがちな単身高齢者への声かけ
…日々の世間話でも、地域とつながりを持つことで、孤立を防ぎます

○防災訓練(救出・消火・仮設トイレ設置訓練など)
…回覧板での情報共有、訓練で災害に備えています。また、災害発生時には町会・自治会が中心となり避難所の開設・運営を行います

参加している

きをつけて
かえってね

さようなら
さようなら

●ちゃん

さーさん
ご機嫌
いかがですか

●さん

ウチは無事です！
●さんにも
連絡して

無事ですか！

介護予防チェックリストを送付

日常生活機能の状態を判断するための「介護予防チェックリスト」を5月下旬に送付。回答を記入し返信用封筒で返送してください。■対象＝昭和23年3月31日以前に生まれた方で介護認定を受けていない方 ■問先＝介護予防係 ☎3880-5885

通信制講座

「暮らしっくスクール」

■対象＝区内在住・在勤・在学の方
■内容＝契約法・食の安全・くらしと環境の3科目についての通信制講座 ※別途テキスト執筆講師による公開講座あり (表3)
■定員＝70人 (4月26日から先着順)
■申込＝電話または窓口
■申・問先＝消費者センター

☎3880-5385

表3 暮らしっくスクール
公開講座日時等

日 程	内 容 等
7/4 (木)・18(木)	くらしと法律 「知って得する契約法」
9/4 (木)・18(木)	くらしと食 「食の安全を守る～消費者にできることは～」
11/7 (木)・21(木)	くらしと環境 「持続可能な社会に向けて～私たちのくらしを変えよう～」
26年2月	終了記念講演

いずれも、時間＝午後7時～8時30分
場所＝エル・ソフィア

足立のまちを知る

「ぐるっと一周めぐり」

■日時＝5月25日(土)、午後1時～5時
■内容＝23区で3番目に広い区内をバスで紹介しながらぐるっと1周 (郷土博物館、公園など)
■集合場所＝東京芸術センター前広場
■定員＝38人 (抽選) ※小学4年生以下の方は保護者同伴
■申込＝電話または住所、氏名、年齢、電話番号、「ぐるっとめぐり」をファクス
■期限＝5月13日(月)
■申・問先＝観光交流協会 (観光交流課内) ☎3880-5853
☎3880-5605

陶芸体験教室

■日時＝5月18日(土)、午前10時～11時30分／午後1時～2時30分
■場所＝都市農業公園・工房棟
■対象＝区内在住・在勤・在学の方

■内容＝湯飲みなどの陶芸品を作る ※作品の引き渡しは7月以降
■定員＝各16人 (抽選)
■費用＝500円 (材料費)
■申込＝希望者全員の住所、氏名 (フリガナ)、年齢、電話番号、「陶芸体験教室」、希望時間を往復ハガキ ※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＝5月2日(木)必着
■申・問先＝障がい福祉センター社会リハビリテーション室 〒121-0816梅島3-31-19

☎5681-0131

講座「知っ得 安心 パートの法律知識」

■日時＝5月22日(水)、午前10時～正午
■場所＝エル・ソフィア
■内容＝パート労働者が安心して働くために必要な法律知識を学ぶ ※保育あり (要予約、生後6カ月～就学前の子ども、先着10人)
■定員＝30人 (4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入力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)、「パート」をファクス
■申・問先＝男女参画プラザ ☎3880-5222
☎3880-0133

郷土博物館の催し

郷土芸能鑑賞会

■日程＝5月5日(祝) ※無料公開日
■内容＝足立区郷土芸能保存会によるお囃子などの演奏披露
■出演＝押部文化保存会はやし連・葛西ばやし佐野保存会・大谷田隅田囃子連中

博物館の映画会

■日程＝5月11日(土) ※無料公開日
■内容＝千住四丁目の吉田絵馬屋の絵馬づくりの様子を描いた

「千住の絵馬」／地域のこけしの制作過程を描いた「伝統の技南部系こけし」の上映

——いずれも——

■時間＝午前11時～正午
■申込＝不要 ※当日直接会場へ
■場・問先＝郷土博物館

☎3620-9393

リサイクルアート体験講座
「残り布を使ったネコのドアストッパー作り」

■日時＝5月14日(火)、午前10時～正午
■対象＝区内在住・在勤・在学の方
■内容＝家庭にある残り布を使ってネコのドアストッパーを作る
■定員＝10人 (抽選)
■費用＝50円
■申込＝窓口、電話または住所、氏名 (フリガナ)、電話番号、「ネコのドアストッパー作り」をファクス、ハガキ
■期限＝5月5日(祝)必着
■場・申・問先＝あだち再生館 (月曜・祝日休館) 〒120-0011中央本町2-9-1
☎3880-9800 ☎3880-9801

キャンプの達人になろう

■日時＝5月26日(日)、午前10時

～午後4時
■場所＝宮城ゆうゆう公園少年キャンプ場
■対象＝中学生以上の方
■内容＝デイキャンプの中でテント設営、炊飯、安全管理を学ぶ ※20歳以上の参加者のみ、宮城ゆうゆう公園少年キャンプ場の利用に必要な証明書の取得可 (3年更新制)
■定員＝20人 (4月26日から先着順)
■費用＝500円 (材料費)
■申込＝電話
■申・問先＝青少年事業係

☎3880-5275

あだちNPOカレッジ
「NPO入門講座」

■日時＝5月11日(土)、午前10時～正午
■内容＝地域を元気にするNPO活動の解説
■定員＝15人 (4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入力フォームに入力または住所、氏名、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、「あだちNカレ入門」をファクス
■期限＝5月8日(火)
■場・申・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 ☎3840-2333

官公庁

東京都シルバーパスを4月～9月に新規購入する方へ

■対象＝満70歳以上の都民で、新たにシルバーパスの発行を受ける方
■有効期限＝25年9月30日(月)
■費用＝①25年度住民税課税者 (③を除く)…1万255円 ②25年度住民税非課税者…1,000円 ③25年度住民税課税者で、24年の合計所得金額が125万円以下の方 (経過措置)…1,000円
■持ち物＝本人確認書類 (保険証または運転免許証など) ※対象者②③の方は所得確認書類 (25年度介護保険料決定通知書の所得段階が「1～5」のものまたは25年度住民税非課税<課税>証明書など) も必要。ただし、25年度住民税の賦課決定前 (4月～6月) は24年度の書類で代用可
■申込＝最寄りのバス営業所または都営地下鉄定期券発売所などへ持参
■問先＝東京バス協会シルバーパス専用電話 (午前9時～午後5時<土・日曜日、祝日を除く>) ☎5308-6950

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

債務整理・破産・貸金請求・遺言・相続

個人事業主の整理及び再生

☆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・日曜日でも相談受け付けます。

にしかた法務司法書士事務所

東京都荒川区西日暮里 5-34-2 日金ビル 6F 西日暮里駅徒歩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・モバイルサイト [にしかた法務](#) で検索
<http://nishikatahoumu.jp/> mail all@nishikatahoumu.jp

足立区国保 特定健診の「受診券」は
5月の連休明けから発送されます

◆ご自宅に受診券が届いたら
早めに健診を受けましょう！

※平成24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いたします。



メタボ先生

平成24年度「特定健診受診勧奨の標語キャンペーン」優秀作品

お父さん 特定健診受けてよね
ずっと健康でいてほしいから

千寿本町小学校6年 藤井 航

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
検査・修繕 〒124-0006
東京都葛飾区堀切 2-60-9

特別障害者手当(国制度)
などの振り込み

特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当 (経過措置) の25年2月分～4月分を、届け出先の口座へ5月1日ごろに振り込みます。 ※3カ月以上入院または施設入所した場合は要連絡 ■問先＝障がい給付係 ☎3880-5472

■講座の申し込み共通事項

受付時間＝午前9時～午後8時

※庁舎ホール(平日のみ)・平野運動場でも、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。それ以外は**先着順**

《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**…窓口または電話で事前申し込み

当日…当日直接会場で申し込み

☎…往復ハガキで開催会場へ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。親子講座は、親子の氏名(フリガナ)・性別・生年月日を明記。きょうだいで同じ講座に申し込みをする場合は、1枚のハガキで申し込み可。定員に達しなかった場合は5月20日、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				
ゴーヤグリーンカーテンの育て方教室A・B	A: 5/25(土) 午後1時30分～3時 B: 5/31(金) 午前10時～11時30分	A: 20人 B: 30人	700円	事前
あだち販促道場 売り上げ向上の3つの方法(4日制)	6/2(日)・8(土)・22(土)・29(土) 午後1時～4時	25人	4,200円	
初心者向け ゆったり夜ヨガレッスン(7日制) ◆16歳以上の女性	6/5～7/24の毎週水曜日(7/3を除く) 午後7時30分～8時45分	30人	3,570円	
女性のためのヨガ教室(7日制) ◆16歳以上の女性	6/7～7/19の毎週金曜日 午前10時30分～11時40分	30人	3,570円	
MOS Excel(エクセル)2007セミナー(14日制) ◆16歳以上でエクセルの基本が分かる方	6/7～9/13の毎週金曜日(8/16を除く) 午後7時～9時	20人	24,500円	
歌声サロン「なつかし堂」	6/8(土) 午後2時～4時	70人	500円	
高齢者のための携帯電話の使い方教室(2日制) ◆おおむね60歳以上の方	6/11(火)・12(水) 午前10時～正午	20人	無料	
片付けが苦手な人のための暮らしの中の小さなアイデア ◆16歳以上の女性	6/13(木) 午後2時～4時	20人	500円	
わくわくサイエンス「本物そっくりのイクラをつくらう」 ◆小学2年生以上の方	6/15(土) 午前10時30分～正午	20人	800円	
ワンコインコンサート 「悠久の調べ、アンデスのタペ」	6/15(土) 午後6時～8時	198人	500円	
増税時代に備える! 財産の守りかた・引き継ぎかた	6/16(日) 午後1時～4時	30人	500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				
親子で東京未来大学へ不思議体験に行こう ◆小学3～6年生と保護者	6/23(日) 午後1時～3時	20組	無料	事前
★大淵澄夫スケッチ講座「千住の街並みを描く」(3日制)	6/6～20の毎週木曜日 午後2時～4時	30人	1,500円	☎ 5/23必着
★古文書講座 中世古文書を読み解く(6日制)	6/9・23、7/7・21、8/4・25 いずれも日曜日 午後2時～4時	30人	3,000円	☎ 5/28必着
★終活考 人生を価値あるものにするために(3日制)	6/11～25の毎週火曜日 午後2時～4時	30人	2,350円	
※★マークのつ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				
携帯電話とスマートフォンのお悩み相談サロン ◆どなたでも	5/10(金) 午後1時30分～3時	10人	200円	事前
お肌に優しいオリーブ石けん作り	5/21(火) 午前10時30分～11時30分	10人	1,600円	
車イススキップ&ママのためのダンス(5日制) ◆肢体に障がいのある就学前の子どもと保護者	5/24～7/26の第2・4金曜日 午後1時～2時	10組	2,600円	
色鉛筆を使いカラーセラピー体験	5/31(金) 午前10時30分～11時30分	10人	1,000円	
心と体を育てる親子体操 A・B(6日制) ◆2・3歳の子どもと母親	6/5～7/10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(双子は2組まで)	3,270円	
スポーツ吹矢サークル体験(4日制) ◆どなたでも	6/5～26の毎週水曜日 午後1時～2時	10人	140円	
梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1 ☎3880-5322				
ベビーズガーデンパパ「ふれあい遊びいろいろ」 ◆1歳未満の子どもと父親	5/25(土) 午前10時30分～11時20分	17組	500円	事前
梅田の手作り梅干し教室(4日制)	5/27、6/24、7/29、11/25 いずれも月曜日 午前10時～11時30分	20人	4,540円	
ママ&乳児のぴよぴよ講座「体操&読み語り」(4日制) ◆A: 6カ月～1歳未満の子どもと母親 ◆B: 1歳の子どもと母親	5/29～6/19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	
元気いきいき体操A・B(8日制) ◆おおむね60歳以上の方	6/4～7/30の毎週火曜日(7/16を除く) A: 午後1時15分～2時45分 B: 午後3時～4時30分	各34人	3,440円	☎ 5/10必着
ころばぬ体操(6日制) A: ゆっくり B: しっかり ◆60歳以上の方	6/5～7/17の毎週水曜日(6/26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15人	3,060円	事前

図書館子ども映画会(5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(祝)、午後2時～2時30分	「だんだらぼっち」「ムカデの使い」
	12(日)、午後2時～2時30分	「一休さん」「髪長姫」
	19(日)、午後2時～2時30分	「分福茶釜」「湖の怪魚」
	26(日)、午後2時～2時30分	「赤ずきんちゃん」「なし売り仙人」
鹿浜 ☎3857-6551	11(土)、午後2時～2時45分	「鉢かつぎ姫」「一軒家の婆」
梅田 ☎3840-4646	18(土)、午後2時～2時30分	「ナテハとフーシギのスペースファインダー」など
江北 ☎3890-4488	18(土)、午後2時30分～3時	「みつばちマーヤの冒険」
花畑 ☎3850-2601	22(水)、午後3時～3時30分	「ねむり姫」「オズの魔法使い」
佐野 ☎3628-3275	22(水)、午後3時30分～4時	「ゆうたくんちのいばりいぬ」など
やよい ☎3852-1433	22(水)、午後4時～4時30分	「ハメルンの笛ふき」「おしゃれなクジャク」
興本 ☎3889-0370	26(日)、午後1時30分～2時	「ぶたかい王子」「みにくいあひるの子」

スポーツ施設の休館等(5月分)

表1 スポーツ施設の定期休館日程(5月分)

施設名	休館日・利用休止日
総合スポーツセンター	▷休館…13(月)
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) ▷利用休止…3(祝)(雨天の場合6(休))(総合受付窓口は営業)
東綾瀬公園温水プール	▷休館…13(月) ▷利用休止…14(火)～17(金)(総合受付窓口は営業)
千住スポーツ公園	▷休館…20(月)

※特に記載がある場合を除く。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

掲載されているほかにも催し物を行っています。くわしくは「あだち学び情報館まなボー☆」(<http://www.kousya.jp/manabi/>)、各施設で配布するチラシをご覧ください。

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				
ファイナンシャルプランナー 3級資格取得講座(15日制)	6/5～8/21の毎週水曜 日と6/8、7/20、8/24 いずれも土曜日 午後7時～9時	30人	9,700円	事前
食医食のお料理「和風おから ハンバーグと抹茶くずもち」 ◆16歳以上の方または小・中 学生と保護者	6/9(日) 午後2時～4時	32人	1,500円 (小・中学生は 1,000円)	
基礎から作る和食膳「煮魚、 はさみ揚げなど」(2日制)	6/12(水)、7/10(水) 午後7時～9時	20人	2,000円	
親子でABC(6日制) ◆1歳6カ月～3歳の子どもと 保護者	6/13～7/18の毎週木曜日 午前10時30分～11時20 分	15組	4,320円	
頑張る大人応援講座「リンパ セラピーで代謝促進」 ◆16歳以上の女性	6/13(木) 午後7時～8時30分	20人	500円	
絵本の中のお菓子作り ピーターラビット編	6/18(火) 午後1時30分～4時30分	16人	2,610円	
今月の料理「梅雨対策！ お酢を使った料理」	6/21(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				
初心者歓迎！ パドルテニス 体験会(5日制) ◆小学5年生以上の方	5/11～6/22の毎週土曜 日(5/18、6/15を除く) 午前10時～正午	15人	50円	事前
基礎から楽しむヒップホップ ダンス体験(3日制) ◆18歳以上の方	5/14～28の毎週火曜日 午後7時～9時	20人	30円	
はじめての色えんぴつ画教室 (2日制)	5/18(土)・25(土) 午後2時～4時	20人	2,420円	
ベビーサイン体験「赤ちゃん とお手で話そう！」 ◆6カ月～1歳6カ月の子ども と保護者	5/29(水) 午前10時30分～11時30 分	30組	520円	
簿記3級教室(20日制)	5/30～10/17の毎週木 曜日(8/15を除く) 午後6時30分～9時	30人	9,870円	
明るくいいきき！ スポーツ吹矢(3日制)	6/3～24の毎週月曜日 (6/17を除く) 午後1時30分～3時30分	24人	1,670円	
普通救命AED講習会	6/7(金) 午後1時～5時	20人	1,400円	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
ノルディックウォーキングで 荒川を歩こう教室(5日制)	5/1～29の毎週水曜日 午後1時30分～3時	20人	無料	事前
心を伝えるペン字教室 (8日制)	5/8～7/17の毎週水曜日 (5/22、6/5・26を除く) 午後7時～8時	20人	3,200円	
飲まない！ かけない！ 吸 わない！ 健康麻雀サロン	5/10～24の毎週金曜日 午後6時～9時	各 24人	1回 300円	当日
ハワイアンフラ体験教室 (6日制) ◆16歳～おおむね50歳の女性	5/13～6/24の毎週月曜日 (6/17を除く) 午前10時～11時10分	15人	3,060円	事前
高校生とLet's(レッツ) Dance(ダンス)(6日制) ◆中学生	5/21～6/25の毎週火曜 日 午後7時30分～8時30分	20人	1,260円	
小学生囲碁教室(5日制) ◆小学生	6/2～30の毎週日曜日 午前10時～正午	10人	1,000円	

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				

図書館の休館 (5月分)

■日程=表2

■問い合わせ先=中央図書館 ☎5813-3740

表2 図書館の休館（5月分）日程

図書館名	日程
宮城	6(木)・13(月)・20(月)・27(月)・31(金)
佐野／竹の塚／保塚 ／やよい	12(日)・31(金)
鹿浜／新田／中央	13(月)・31(金)
江北／舎人	19(日)・31(金)
伊興／梅田／興本／ 東和／花畑	20(月)・31(金)

来て！見て！話して！

ITサロン(5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。証明書提示） ■ **申し込み方法**＝不要 ※当日直接会場へ

表3 ITサロン（5月分）日時等

場所・問い合わせ先			日程
生涯学習センター ☎5813-3730			1(水)・8(木)・15(水)・ 22(水)・29(水)
地域学習センター	舎人	☎3857-0008	2(木)・21(火)・25(土)
	新田	☎3912-3931	4(祝)・12(日)
	佐野	☎3628-3273	4(祝)・18(土)
	梅田	☎3880-5322	5(祝)・18(土)
	鹿浜	☎3857-6551	7(火)・19(日)
	保塚	☎3858-1502	9(木)・23(木)
	東和	☎3628-6201	9(木)・23(木)
	竹の塚	☎3850-3107	10(金)・16(木)
	伊興	☎3857-6537	11(土)・18(土)
	江北	☎3890-4522	11(土)・25(土)
中央本町	☎3852-1431	11(土)・25(土)	
興本	☎3889-0370	12(日)・26(日)	
花畑	☎3850-2618	17(金)	

国民生活基礎調査ご協力をお願いします

■調査地域=次の地域の一部…青井／江北／西新井本町／花畑／東保木間／日ノ出町／宮城 ■調査方法= 4月下旬から調査員が調査票を配布し、6月に回収 ■問先=衛生管理係 ☎ 3880-5891

10

8・9面からの続き

学びで絆(きずな)を
深めてみませんか

近所deまなボー☆

生涯学習施設・スポーツ施設の催し
(5月・6月分)

講座名（◆対象）	日時	定員	費用	申し込み方法
鹿浜地域学習センターは、9面からの続きです。				
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
親子でヨガ ◆8カ月～1歳6カ月の子 どもと保護者	6/13(木) 午前10時～11時	30人 (15組)	720円	事前
無理なく楽しくできるスロ ジョグ(3日制)	6/14～28の毎週金曜日 午前10時～正午	20人	1,290円	
ボクシング式運動でダイエッ ト(5日制)	6/14～7/12の毎週金曜日 午後7時30分～8時30分	20人	3,550円	
AED普通救命講習会	6/15(土) 午前9時～午後1時	20人	1,400円	
ラテンで楽しく！ 骨盤コア エクササイズ(5日制) ◆16歳以上の女性 託児:1歳6カ月～3歳の子 ども	6/21～7/19の毎週金曜 日 午後3時30分～4時30分	20人 (託児 5人)	3,550円 (託児付 き 4,450円)	
パパだってカッコよくヒップ ホップダンス(2日制) ◆子育て中の父親	6/22(土)・29(土) 午後2時～4時	15人	820円	
大人のための図書館員体験 A・B ◆18歳以上の方(高校生不可)	6/24(月) A:午前9時～正午 B:午後1時～4時	各 2人	無料	
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
親子で育ててパクン！ 甘くておいしいミニマト ◆4歳～小学生と保護者	5/18(土) 午前10時～正午	15組	1,500円	事前
水彩画入門「しんでんスケッ チ」(3日制)	5/18～6/1の毎週土曜日 午後1時30分～4時	12人	1,520円 ～3,720円 (要問 い 合 わ せ)	
燃焼系エアロでビューティ アップ(5日制)	5/20～6/24の毎週月曜日 (6/10を除く) 午後1時～2時15分	30人	2,550円	
□どけなめらかカスタードの エクレア作り	5/21(火) 午前10時～午後1時	12人	1,410円	
季節を楽しむ 「初夏の寄せ植え」	5/28(火) 午後1時30分～3時	20人	2,900円	
空きビンで作るワクワク水中 輪投げゲーム ◆4歳～小学生と保護者	6/8(土) 午後1時30分～3時30分	20組	親1人子1人 …800円 親1人子2人 …1,300円	
発酵を学ぼう！ 親子で学ぶ納豆のチカラ ◆小学生と保護者	6/15(土) 午前10時～正午	15組	無料	
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
心も体もぽかぽか リラック スヨガ(6日制)	5/10～7/5の毎週金曜日 (6/7・14・21を除く) 午後1時～2時	25人	3,000円	事前
ニコニコサロン 足育リフレ クソロジー ◆1～4歳の子どもと保護者	5/24(金) 午前10時～10時40分	20組	620円	
竹の塚寄席 ◆小学生以上の方	5/24(金) 午後2時～3時30分	306人	1,000円 (小・中学生 は500円)	竹の塚地 域学習セ ンターの みでチケ ット販売
ニコニコサロン 五感リトミ ック ◆A:1歳7カ月～4歳の子 どもと保護者 ◆B:3カ月～1歳6カ月の子 どもと保護者	6/7(金) A:午前10時～10時40 分 B:午前11時～11時40分	各 35組	720円	事前
竹の塚コンサート 東京大衆 歌謡楽団 昭和歌謡を歌う	6/29(土) 午後2時～3時30分	306人	1,000円	
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
ツイッター・フェイスブックま る分かり？ サロン ◆どなたでも	5/8(水) 午後7時～8時30分	6人	無料	当日
緑のカーテンで夏を涼しく過 ごそう	5/11(土) 午前10時～11時30分	40人	無料	事前
普通救命講習会「救命技能認 定証を取得」	5/19(日) 午前9時～正午	20人	1,400円	

講座名（◆対象）	日時	定員	費用	申し込み方法
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
バレエサークル体験 「楽し いモダンバレエ」(4日制) ◆A:3歳～就学前の子 ども ◆B:小学生	5/21～6/11の毎週火曜日 A:午後3時50分～4時 50分 B:午後5時～6時	各 10人	40円	事前
初歩から始める「大人のた めのピアノ講座」A・B(10 日制)	5/23～7/25の毎週木曜 日 A:午前10時～10時50分 B:午前11時～11時50分	各 5人	17,000円	
掃除のコツはプロに聞け 「知っておきたいカビの話」	5/23(木) 午前11時～正午	25人	無料	
赤ちゃんタッチセラピー「ふれ あいリラックス」A・B ◆2カ月～1歳未満の子 どもと保護者	5/24(金) A:午前9時45分～10時 45分 B:午前11時15分～午後 0時15分	各 10組	800円	
わくわくサイエンス 「ペッ トボトルフラワー」を作る ◆小・中学生	5/26(日) 午前10時30分～正午	10人	200円	当日
ヤゴ救出大作戦 ◆中学生以下の方と保護者	6/1(土) 午前10時～11時30分	300人	1人 100円	
KDDIの「高齢者のスマー トフォンの使い方教室」 ◆おおむね65歳以上の方	6/5(水) 午後1時30分～3時30分	24人	無料	事前
愛情いっぱい「ベビーマッ サージ」A・B(4日制) ◆2カ月～1歳未満の子 どもと保護者	6/7～28の毎週金曜日 A:午前9時45分～10時 45分 B:午前11時15分～午後 0時15分	各 10組	3,000円	
こども体操(5日制) ◆小学生	6/18～7/16の毎週火曜 日 午後4時40分～5時40分	40人	1,625円	
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
体幹トレーニング(8日制)	5/28～7/23の毎週火曜 日(7/16を除く) 午後3時45分～4時55分	25人	4,280円	事前
初めてでも簡単！ リラック スアロマスプレー作り	5/31(金) 午後1時30分～2時30分	12人	1,200円	
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	6/7～7/19の毎週金曜日 午後1時30分～3時	40人	3,010円	
ヘルシーエクササイズ (6日制) ◆おおむね40歳以上の方	6/10～7/22の毎週月曜 日(7/15を除く) 午前10時～11時30分	30人	2,580円	
防犯知識と少林寺拳法の技 術を応用した護身術講座 ◆中学生以上の女性	6/22(土) 午後2時～4時	30人	無料	
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
プランターでおいしい野菜作 り「スイスチャード」 ◆どなたでも(小学生以下は 保護者同伴)	5/11(土) 午前10時～11時30分	10人	1,300円	事前
こどもクラシックバレエ体験 日曜(2日制) ◆A:3歳～小学1年生 ◆B:小学2～5年生	5/12(日)・26(日) A:午後3時30分～4時 30分 B:午後4時40分～5時 40分	A: 15人 B: 10人	20円	
はじめてのゆっくり太極拳 (8日制)	5/13～7/8の毎週月曜日 (6/17を除く) 午後7時30分～9時	20人	4,080円	
気功でリフレッシュ(3日制)	5/17・31、6/7 いづれ も金曜日 午前10時～11時	20人	1,230円	
大人のためのクラシックバレ エ体験 初級・中級(2日制) ◆16歳以上の女性	5/22(水)・29(水) 初級:午前9時30分～10 時30分 中級:午前10時40分～ 11時50分	各 10人	20円	
こどもクラシックバレエ体験 木曜(2日制) ◆A:3・4歳の子 ども ◆B:5・6歳の子 ども	5/23(木)・30(木) A:午後3時30分～4時 30分 B:午後4時40分～5時 40分	各 15人	20円	
手彫りガラス工芸体験(2日制) A:写真立て B:キーホルダー	5/24(金)・31(金) 正午～午後2時	10人	A:1,200円 B:800円	

5月1日～31日は「自転車安全利用TOKYOキャンペーン」 自転車は車道を通行することが原則です。歩道を通行する必要がある場合は、歩行者優先で車道寄りを徐行しましょう。また、傘さし運転や運転中の携帯電話、イヤホンなどの使用は禁止されています。 ■問先=交通対策課推進係 ☎3880-5912

4月26日(金)、午前9時から先着順で受け付け開始(一部を除く)
申し込み方法などは8面参照

掲載されているほかにも催し物を行っています。くわしくは「あだち学び情報館まなボー☆」(<http://www.kousya.jp/manabi/>)、各施設で配布するチラシをご覧になるか、お問い合わせください。

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				
インテリア書道入門(6日制)	5/24～7/5の毎週金曜日(6/21を除く) 午後1時30分～3時30分	20人	4,800円	事前
囲碁キッズ入門(5日制) ◆小学生以上の初心者	5/26～7/7の毎週日曜日(6/9・30を除く) 午後2時～4時	20人	2,600円	
季節を楽しむウオーキング	5/30(木) 午前10時～午後0時30分	20人	310円	
ベビー講座の同窓会 ◆就学前の子どもと保護者	6/9(日) 午前10時～正午	40組	500円	
パパが作る木のおもちゃ「オンリーワンの車を作ろう」 ◆就学前の子どもがいる父親	6/9(日) 午後3時30分～5時30分	10人	1,610円	
琵琶(びわ)で味わう白虎隊	6/15(土) 午後2時～4時	40人	800円	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
元気いきいき体操(8日制) ◆おおむね60歳以上の方	6/5～7/24の毎週水曜日 午後1時30分～3時	40人	3,280円	事前
楽しく親子体操「頭とカラダの機能を育む」(5日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	6/6～7/4の毎週木曜日 午前10時～11時	25組	親1人子1人…2,600円 親1人子2人…3,150円	
ヘルシーエクササイズ(8日制)	6/7～7/26の毎週金曜日 午後1時30分～3時	40人	3,280円	
父と子で作る草加せんべい教室 ◆小学生と父親	6/9(日) 午前10時30分～11時30分	8組	500円	
足立のおいしい給食をつくろう「ポークビーンズごはん」	6/13(木) 午前10時～午後1時	20人	1,210円	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
幼児あそび 親子サークル体験(2日制) ◆23年4月2日～25年4月1日 生まれであんよができる子どもと保護者	5/9(木)・23(木) 午前10時～11時15分	10組	200円	事前
集まれイクメン わんぱく幼児遊びとパパピクス(3日制) ◆1歳6カ月～就園前の子どもの父親	5/19、6/2・16いずれも日曜日 午前10時30分～11時45分	15組	1,270円	
赤ちゃんと楽しく ベビーヨガ ◆首がすわった2カ月～あんよができる前の子どもと保護者	5/29(水)、6/5(水) 午後1時45分～2時30分	各10組	1回400円	
体しなやか! ヨガサークル体験 ◆16歳以上の女性	5/31(金) 午後7時～8時30分	7人	10円	
光の美を楽しむステンドグラスサークル体験(3日制)	6/1～15の毎週土曜日 午後7時～9時	16人	3,500円	
みて作って楽しむ! 親子でマヨネーズづくり ◆小学生と保護者	6/9(日) 午前10時30分～正午	20組	無料	
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				
水中ウオーキング(6日制)	6/1～7/13の毎週土曜日(6/15を除く) 午後1時30分～2時20分	40人	3,960円	事前
きれいに歩こう シェイプアップウオーキング(6日制) ◆おおむね30歳以上の方	6/3～7/29の毎週月曜日(6/17・24、7/15を除く) 午前11時～正午	20人	3,480円	
シェイプ! アップ! ステップ・エアロ(6日制)	6/4～7/9の毎週火曜日 午後0時30分～1時30分	15人	2,940円	
親子トランポリン(5日制) ◆2歳～就学前の子どもと保護者	6/21～7/19の毎週金曜日 午後3時30分～4時30分	15組	3,500円	5/10必着
小学生トランポリン(5日制) ◆小学生	6/21～7/19の毎週金曜日 午後4時40分～5時40分	24人	1,250円	
ママピクス(4日制) ◆A:6カ月～1歳未満の子どもの母親 ◆B:1歳の子どもの母親	6/24～7/22の毎週月曜日(7/15を除く) A:午前11時30分～午後0時30分 B:午後0時45分～1時45分	各20組	2,180円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
スミススポーツセンター(うきうき館) 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133				
毎日できる かんたん「ながら」体操 ◆おおむね30歳以上の方	6/28(金) 午後1時30分～2時30分	20人	500円	事前
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				
のびのびストレッチタイム	毎週水曜日 午後1時30分～1時45分 毎週金曜日(5/3を除く) 午後7時30分～7時45分 毎週土曜日(5/4・18を除く) 午前10時30分～10時45分	なし	入場料のみ	当日持
ワンポイントレッスン	毎週水曜日 午後1時45分～2時20分 毎週金曜日(5/3を除く) 午後7時45分～8時20分 毎週土曜日(5/4・18を除く) 午前10時45分～11時20分	なし	入場料のみ	
千住スポーツ公園 〒120-0044 千住緑町2-1-1 ☎3879-7643 ※千住スポーツ公園の催しの申し込みは総合スポーツセンター(下記参照)へ				
からだ調整楽々体操(6日制) ◆おおむね60歳以上の方	6/3～7/22の毎週月曜日(6/17、7/15を除く) 午後3時30分～4時40分	35人	2,580円	事前
フットセラピービクス(8日制)	6/6～7/25の毎週木曜日 午後3時30分～4時30分	35人	3,440円	
わいわいエアロビクス(8日制)	6/7～7/26の毎週金曜日 午後1時～2時10分	35人	3,440円	
ママビクス(6日制) ◆5カ月～1歳5カ月の子どもと母親	6/7～7/12の毎週金曜日 午後2時30分～3時30分	25組	3,270円	
親子ビクス(6日制) ◆1歳6カ月～3歳の子どもと母親	6/7～7/12の毎週金曜日 午後3時45分～4時45分	25組	3,270円	
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
体幹ポール基礎編(7日制)	6/4～7/16の毎週火曜日 午後1時15分～2時15分	35人	3,010円	事前
親子トランポリン(7日制) ◆2歳～就学前の子どもと保護者	6/5～7/17の毎週水曜日 午前10時30分～11時30分	15組	4,900円	
わいわいエアロビクス(8日制)	6/6～7/25の毎週木曜日 午後7時15分～8時25分	35人	3,440円	
フットセラピービクス(8日制)	6/7～7/26の毎週金曜日 午前10時15分～11時15分	40人	3,440円	
体幹ポールシェイプアップ編 A・B(8日制)	6/7～7/26の毎週金曜日 A:午後1時15分～2時15分 B:午後7時15分～8時15分	各 35人	3,440円	
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	6/7～7/26の毎週金曜日(6/28を除く) 午後1時30分～3時	50人	3,010円	 5/10必着
ヘルシーエクササイズ(8日制)	6/7～7/26の毎週金曜日 午後1時30分～3時	40人	3,440円	事前
幼児サッカー(8日制) ◆4歳～就学前の子ども	6/7～7/26の毎週金曜日 午後3時～4時15分	50人	1,680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				
子どもリトミック・月曜(4日制) ◆A:1歳3カ月～2歳の子どもと保護者 ◆B:2・3歳の子どもと保護者	5/20～6/17の毎週月曜日(6/10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	事前
50歳からの貯筋体操・火曜日 A・B(5日制) ◆おおむね50歳以上の方	5/21～6/18の毎週火曜日 A:午前10時20分～11時10分 B:午前11時20分～午後0時10分	各 13人	2,150円	
50歳からの貯筋体操・金曜日 A・B(5日制) ◆おおむね50歳以上の方	5/24～6/21の毎週金曜日 A:午前10時20分～11時10分 B:午前11時20分～午後0時10分	各 13人	2,150円	
ヤゴ救出大作戦 ◆中学生以下の方と保護者	5/26(日) 午前10時～11時30分	200人	100円	当日
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	6/12～7/3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	事前
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	6/12～7/3の毎週水曜日 午前11時30分～午後0時15分	12組	4,200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	5/8(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

生物園

〒121-0064保木間2-17-1
☎3884-5577 FAX 3884-8996
✉seibutu@adachi.ne.jp

◆春の「金魚すくい」

■日時=5月3日(祝)～5日(祝)、午前10時～正午／午後1時～3時30分

■費用=1回100円 ※持ち帰りは5匹まで、残念賞は1匹進呈

◆キーパーズトーク (5月分)

■日時=5月4日(祝)、午後1時30分～2時 ※午前9時30分受け付け開始

■内容=「ミニブタ」をテーマに、飼育員が生き物の話や飼育体験談を紹介

■定員=30人 (先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴

◆見つけた ちりめんじゃこかくれんぼ

■日時=5月6日(休)、午後1時30分～2時30分

※午前9時30分受け付け開始

■対象=小学生以上の方

■定員=20人 (先着順)

◆生物園うらがわ探検ツアー(5月分)

■日時=5月12日(日)、午前11時～正午 ※午前9時30分受け付け開始

■定員=15人 (先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴

——いづれも——

※別途入園料が必要

■申込=不要 ※当日直接会場へ

▲ちりめんじゃこを観察し、混ざった小さな海の生き物を探そう

桑袋ビオトープ公園

〒121-0061花畑8-2-2
☎3884-1021 FAX 3884-1041
✉bio-park@adachi.ne.jp

◆虫の赤ちゃん大集合

■日時=5月3日(祝)、午後2時～3時 ※午後1時45分受け付け開始

■内容=様々な虫の幼虫を見つけて観察

■定員=20人 (先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴

■申込=不要

※当日直接会場へ

◆テントウムシのカードスタンドづくり

■日時=5月6日(休)、午後2時～3時 ※午後1時45分受け付け開始

■内容=テントウムシの模様や特徴を観察し、カードスタンドを作る

■定員=20人 (先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴

■申込=不要

※当日直接会場へ

◆野鳥のごちそういただきます 木の実のジャムの試食つき

■日時=5月26日(日)、午前10時～午後0時30分

■内容=野鳥の種子散布によって生える桑の木などの植物を観察し、桑の実ジャムを試食

■定員=20人 (抽選) ※小学2年生以下の方は保護者同伴

■申込=窓口または住所、希望者の氏名(フリガナ)、年齢、電話・ファクス番号を往復ハガキ・ファクス

■期限=5月14日(火)必着

▲どんな幼虫が見つかるかな？

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 ✉ara-vc@adachi.ne.jp

◆荒川の野草でステンシル

■日時=4月27日(土)～29日(祝)、午前10時～11時30分／午後1時30分～4時

■場所=荒川ビジターセンター

■内容=荒川土手の野草とステンシルプレートを使って絵を描く

※就学前の子どもは保護者同伴

■申込=不要

※当日随時受け付け

◆アシペンで絵手紙を書こう

■日時=5月3日(祝)・4日(祝)・6日(休)、午前10時～11時30分／午後1時30分～4時

■場所=荒川ビジターセンター

■内容=荒川のアシを使ってペンを作り、絵手紙を書く

※就学前の子どもは保護者同伴

■申込=不要

※当日随時受け付け

◆荒川源流ウォーキング

■日時=5月26日(日)、午前7時～午後5時 ※荒天時は6月1日(土)に延期

■場所=埼玉県秩父市大滝の夕暮キャンプ場から荒川起点の碑まで

※西武池袋線池袋駅集合、西武秩父線西武秩父駅解散

■対象=小学3年生以上の方 ※小学生は保護者同伴

■内容=荒川の源流部、森の中を上流を見ながらおよそ12km歩く

■定員=20人 (抽選)

■費用=3,000円程度(貸切バス代など) ※西武秩父駅への往復の交通費は各自負担

■申込=参加者全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話番号、イベント名を往復ハガキ

■期限=5月12日(日)必着

▲描きやすいペンを作ってみよう

都市農業公園

〒123-0864鹿浜2-44-1
☎3853-4114 FAX 3853-3729
✉adachi-toshino@seibu-la.co.jp

◆夏の草花ハンギング

■日時=5月19日(日)、午後1時30分～3時

■内容=夏の草花を使ってハンギングバスケットを作る

■定員=15人 (抽選)

■費用=2,000円(材料費)

■期限=5月6日(休)必着

◆今日から始めるデジタル一眼レフ教室「花の撮影のポイント」

■日時=5月24日(金)、午前9時30分～正午

■対象=18歳以上の方

■定員=20人 (抽選)

■費用=100円(材料費)

■期限=5月13日(月)必着

◆ハーブ教室「練り石けんづくり」

■日時=5月25日(土)、午前10時30分～正午／午後1時30分～3時

■内容=無添加無香料の石けんとハーブ液、ハチミツ、ドライハーブを使って石けんを作る

■定員=各20人 (抽選)

■費用=500円(材料費)

■期限=5月13日(月)必着

◆さつき展

■期間=5月30日(休)～6月2日(日)

■内容=東京さつき愛好会によるサツキの展覧会

——いづれも——

※小学2年生以下の方は保護者同伴

■場所=▷一眼レフ教室、さつき展…都市農業交流館▷そのほか…人と自然の共生館

■申込=▷さつき展…不要

※当日直接会場へ▷そのほか…窓口・ホームページ(<http://www.seibu-la.co.jp/adachi-agri/>)または希望者全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話番号、イベント名を往復ハガキ・ファクス

※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

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

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)

相談無料

あなたの生命保険の疑問にお答えします!

生命保険 個別相談会

全国各地で開催し、大好評となっている生命保険個別相談会を開催します。毎回好評の「生命保険個別相談会」は、生命保険協会認定ファイナンシャルプランナーの資格を持ったソニー生命保険(株)のライフプランナーによる個別相談になります。保険の見直し(生命保険・医療保険・学資保険・介護保険・個人年金)・これからの考え方・保険の仕組み等、完全個別制なのでご夫婦そろってご相談いただけます。

参加された皆様の声 将来を考え勇気を出して (30代主婦・MSさん)
2年後の更新時に保険料が変更されるので、どうしたらいいかと思い主人と一緒に参加しました。保険の仕組みをとてもしっかりと説明していただき、我が家に必要な保険もよく理解できました。

当日は相談会のみで保険の勧誘はありません!まずはお電話でお申し込みください。

会場 シアター千住1010 (北千住マルイ10F)
開催日 4月27日(土)・28日(日)
5月3日(土)・5日(日)・11日(土)・12日(日)・18日(土)・19日(日)
※平日も開催しております、ご相談ください。
時間 ①9:30～ ②11:00～ ③12:30～ (全日共通)
完全予約制 ご予約・お問い合わせはこちら 24時間受付中
あだち広報専用受付ダイヤル… 0120-242-256
※保険証券をお持ちいただく保険内容の理解が早まります
主催/ソニー生命保険株式会社 東京中央ライフプランナーセンター第6支社
東京都千代田区大手町1-7-2 東京サンケイビル31F ☎03-4334-5206
担当ライフプランナー 伊東 一男 SL12-3310-0059

いよいよ3月15日より
最終販売開始。
最後のチャンスをお見逃しなく!

パーソナルタイプ(個人用)
48万円
年間維持費 10,000円
ファミリータイプ(家族用)
80万円
年間維持費 10,000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.tokyogobyo.jp Tel.03-5810-5050
0120-570-750
■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 荒保衛環第11号 ■許可日/平成21年7月7日

きょうも、会いに行こう。

市原悦子さん

永代供養システムを完備した
先進の納骨堂。

世帯と人口 25年4月1日現在 (外国人含む) 世帯数: 318,045 人口: 669,592人 (男: 335,947人、女: 333,645人)

再生紙を使用しています 326,300