

2023年(令和5年)

4月25日 第1902号

〒 足立区
報道広報課
〒120-8510 足立区中央本町1-17-1
☎ 3880-5111 (代表)
☎ 3880-5678
✉ voice@city.adachi.tokyo.jp

お問い合わせコールあだち ~気軽に聞けます! 区の情報~
(毎日、午前8時~午後8時) ☎3880-0039 ☎3880-0041

あだち ちの 広報

あだち タコレクシオン 10プラス1イカ

現在、区内には10基*のタコさんすべり台があります。なかでも新西新井公園にあるタコさんすべり台は、昭和40(1965)年からあり、なんと、全国で「第1号」ではないか、とされているんです(諸説あり)。あなたの「イチオシ」タコさんを、見つけてください!
■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



区内唯一!
イカさんすべり台

入谷中央公園(入谷4-16-1)



タコさんに
髪の毛が!?

水神橋公園(保木間5-32-4)



カラフル吸盤が
チャームポイント

ーツ家中央公園(ーツ家3-15-1)



タコとライオン、
勝つのはどっち?

北鹿浜公園(鹿浜3-26-1)



区民公募で
決まった宇宙柄!

新西新井公園(西新井5-17-1)



哀愁漂うベテラン?
のタコさん

東谷中公園(東和5-1-9)



まさかのタコ壺付き
すべり台

上沼田北公園(江北7-16-1)



つやつや光る
キュートな
タコさん

興野ふれあい公園(興野2-28-25)



タコさんなのに
潜水艦柄?

千住ほんちょう公園(千住4-22-16)



小さい公園に
巨大タコ!

扇なかよし公園(扇3-9-4)



顔に注目!
表情豊かなタコさん

千住東町公園(千住東2-20-17)

ゴールデン
ウィークは
公園へGO!

ほかにも、たくさん、あるんです!



区内には、タコさんすべり台だけでなく、おもしろい遊具がある公園がたくさんあります。ゴールデンウィーク*は、公園で思い切り遊ぼう!
★…4月末~5月初めの連休 ▲くわしくはコチラ



新型コロナウイルス感染症の位置付けが「5類」に引き下げ 5月8日(月)から

あだち広報の掲載内容は4月18日時点の情報のため、今後変更になる場合があります。最新情報は区のホームページをご覧ください。また、イベントなどに参加の際は、手指消毒などのご協力をお願いします。熱のある方などは参加をご遠慮ください。

関連情報
について
くわしく
はコチラ



「新型コロナウイルス感染症」関連情報

5月8日(月)から新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが「2類相当」から季節性インフルエンザと同等の「5類」に引き下げられます。



引き下げ後は、医療費に自己負担が発生します。

外来	入院
<p>■検査・診療・解熱剤など 自己負担あり(保険診療) ※公費負担は終了</p>	<p>■治療費(検査・診療・解熱剤などの費用を含む) 自己負担あり(保険診療) ※高額医療費の自己負担限度額のうち、上限2万円まで公費負担あり(9月末まで) ■食料 自己負担あり(保険診療)</p>
<p>新型コロナウイルス感染症抗ウイルス薬</p> <p>引き続き無料 ※公費負担を継続(9月末まで)</p>	

新型コロナウイルス感染症抗ウイルス薬

引き続き無料

※公費負担を継続(9月末まで)

5月8日(月)以降も相談窓口は継続

症状や受診先など、不安なことは足立区発熱相談センターへご相談ください。■問先=足立区発熱相談センター(平日、午前9時~午後5時)

☎3880-5747

4月29日(祝)・30日(日)、5月3日(祝)~7日(日)の相談窓口

上記期間中に感染が疑われる場合や、熱があり医療機関を紹介してほしい場合などは、東京都発熱相談センターへご相談ください。

■問先=東京都発熱相談センター(24時間受け付け)

☎5320-4411 / ☎5320-4551 / ☎5320-4592 / ☎6258-5780

※東京都の相談窓口は、5月8日(月)以降も継続予定です。4月18日(火)時点では内容が未確定のため、くわしくは都のホームページをご覧ください。

5月7日(日)で終了 東京都によるPCR等検査無料化事業

▷区役所1階区民ロビー…区と木下グループが連携した検査会場が終了
▷区内薬局等…無料での検査事業が終了 ※一部で有料検査が継続される場合あり。実施状況は、各事業者に直接お問い合わせください。

「ワクチン接種」関連情報

5月8日(月)から

令和5年春開始接種

■接種対象=①初回接種(1・2回目)が完了した65歳以上の方

②基礎疾患を有する方、またはその他重症化リスクが高いと医師が認める方 ③医療機関、高齢者施設、障がい者施設などの従事者 ■接種券=4月24日(月)から対象者へ順次発送

※接種対象②③の方は、接種券の発行に申請が必要。くわしくは、区のホームページをご覧ください。



接種場所	予約方法	使用ワクチン
区内医療機関 (足立区医師会館・休日応急診療所を含む)	<ul style="list-style-type: none"> 区予約システムからオンライン申請 区予約専用ダイヤルへ電話(☎0120-230-377) 希望する医療機関へ連絡(電話など) ※医療機関によって異なります 	ファイザー社製 オミクロン株対応 2価ワクチン
区役所庁舎ホール*	<ul style="list-style-type: none"> 区予約システムからオンライン申請 区予約専用ダイヤルへ電話(☎0120-230-377) 	モデルナ社製 オミクロン株対応 2価ワクチン

★…6月3日(出)から接種開始。毎週月~土曜日、午前9時~11時30分/午後1時~5時30分(6月10日(出)を除く。毎週金曜日は午後7時30分まで)

5月5日(祝)生活相談窓口を臨時開設

時間 午前9時~午後4時 内容 新型コロナウイルス感染症の流行や物価高騰などで生活に困窮したり、住まいを失ったりする恐れのある方などの相談に応じる ※各福祉課は休業 申込 不要 ※当日直接会場へ 場・問先 くらしとしごとの相談センター ☎3880-5705 ※連休中、5月5日(祝)以外で緊急を要する場合は、区役所の代表番号(☎3880-5111)にお問い合わせいただくか、区役所地下1階時間外窓口にお越しください。

連休前にご確認ください

日曜日 祝日に 応急診療所などを開設しています

休日応急診療所・歯科診療所

軽症の方に対する応急診療を行っています。

診療所	所在地	受付時間	電話番号
足立区医師会館(内科・小児科)	中央本町3-4-4	午前10時~11時30分/ 午後1時~3時30分/ 5時~9時	3880-1866
江北(内科・小児科)	西新井本町2-30-40 (江北保健センター内)	午前10時~11時30分/ 午後1時~3時30分	3896-4010
竹の塚(内科・小児科)	西竹の塚1-11-2		3855-5016
竹の塚(歯科)	エミエルタワー竹の塚2階 (竹の塚保健センター内)		3855-5017
東部(内科・小児科)	大谷田3-11-13 (東部保健センター内)		3629-7881

※事前連絡のうえ健康保険証を持参。公費負担の医療証・お薬手帳を所有する方は持参
※治療費は保険診療の休日加算あり。応急診療のため薬は原則当日分のみ
※外科的処置治療は不可
※19歳以下の方は保護者同伴

■問先=▷診療…各診療所 ▷制度…(区)衛生管理係 ☎3880-5891

夜間・休日診療機関を知りたいときは

■問先=東京都医療機関案内サービス「ひまわり」(24時間受け付け)

☎5272-0303 FAX 5285-8080



救急病院を知りたいときは

■問先=東京消防庁救急相談センター(24時間受け付け)

(携帯電話、PHS、プッシュ回線)☎#7119/(ダイヤル回線)☎3212-2323

休日接骨院当番所(5月分)

骨折や脱臼、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)	かわはた整骨院(六月1-16-8トモエビル1階)	3850-1125
	玉沢接骨院(中央本町3-13-15 渡辺ハイツ102)	3852-2403
4(祝)	千住原島接骨院(千住3-25-49)	3888-0144
	力神堂整骨院(本木1-21-1)	3887-5804
5(祝)	おさかへ接骨院(西綾瀬2-21-2)	3880-4880
	こはた接骨院(西新井本町1-10-9)	3856-2730
7(日)	金子接骨院(加賀2-9-15)	3857-8688
	保木間加藤接骨院(保木間1-25-12)	5851-9618
14(日)	栗原名倉磯田整骨院(栗原1-20-8)	5242-2153
	松原接骨院(花畑4-14-12)	3885-5338
21(日)	小林接骨院(千住寿町8-7)	3888-5020
	和田接骨院(日ノ出町12-3)	3879-3206
28(日)	秋山整骨院(梅田7-16-1)	3849-1888
	横山接骨院(神明2-10-14)	5697-6990

※時間は午前9時~午後5時

■問先=▷施術…各当番所 ▷制度…(区)衛生管理係

☎3880-5891

放射線量の調査

(雨天時を除く、平日)

日付(4/3~14)	3	4	5	6	7	10	11	12	13	14
測定値(マイクロシーベルト/時)	0.05	0.06	0.06	—	—	0.05	0.05	0.06	0.06	0.06

■計測場所=区役所前中央公園(地上から高さ

50cm) ■問先=公害規制係 ☎3880-5304



郵送申し込み記入例

☑

切手 〒120-8510

足立区役所
〇〇課
〇〇係

(〇〇は申し込み課・係名など)

上記マークがある申し込みは、右の例を参照

各記事の情報を区のホームページでご覧になるには検索バーが便利です
 トップ画面の検索バーにタイトルなどを入力することで、簡単にアクセスできます。

〇〇〇講座 検索

子育て・教育

講座「完璧な親なんていない」(6日制)

■日時=5月25日～6月29日の毎週木曜日、午前10時～正午 ■対象=区内在住で1・2歳の子どもを育てている保護者 ※過去に参加した方、保育施設利用者などを除く
 ■内容=子育て中の仲間と交流しながら、自分に合った子育て方法を採

す ■定員=6人程度(抽選) ※保育あり(要予約、6カ月～就学前の子ども、6人程度) ■申込=電話/区のホームページからオンライン申請
 期限=5月10日(水) ■場・申・問先=こども支援センターげんき こども家庭支援課 事業係 ☎3852-2863

医師による乳児アレルギー予防教室

■日時等=表1 ■対象=アレルギーが心配な1歳未満の子どもの家族など ※保育あり。保育の申し込み方法や内容など、くわしくは区のホームページをご覧ください。
 ■申込=電話/窓口

就学相談の受け付け

■期間=5月8日～9月30日の月～土曜日(祝日を除く) ※特別支援教室、通級指導学級は10月31日まで受け付け ■対象=区内在住で6年4月に小学校入学予定の、発達に課題があると思われる子どもの保護者
 ■内容=相談員による面談・心理検査など ■申込=申込書を郵送・持参 ※申込書はこども支援センターげんきで配布するほか、区のホームページからもダウンロード

可 ■場・申・問先=こども支援センターげんき 支援管理課 就学相談係 〒121-0816梅島3-28-8 ☎3852-2875

1歳ごろの栄養教室「離乳食から幼児食へのステップアップ」

■日程等=表2 ■時間=午前10時30分～11時15分 ■対象=開催日現在、区内在住で11カ月以上の子どもの保護者 ※子ども同伴可
 ■内容=離乳食から幼児食へのスムーズな移行のポイント/レシピ紹介など ■申込=電話/窓口

オンライン育児栄養相談

■対象=区内に住民登録がある就学前の子どもと保護者 ■内容=子どもの発育・発達・食事・歯や口のケアなどの専門職による相談を、オンライン相談ツールを利用して実施
 ■申込=住所管轄の保健センターへ電話 ※日程など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=保健予防係 ☎3880-5892

4面に続きます

表1 医師による乳児アレルギー予防教室 日時等

場・申・問先(保健センター)	日時	定員(4/26から先着順)
江北 ☎3896-4004	5/26(金)、午後1時30分～3時30分	12人
千住 ☎3888-4277	6/9(金)、午後1時30分～3時30分	17人
竹の塚* ☎3855-5082	6/28(水)、午後2時～3時30分	各15人
中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内) ☎3880-5351	6/1(木)、午後1時30分～3時30分	
東部 ☎3606-4171	6/30(金)、午後1時30分～3時30分	12人

★…食物アレルギー予防教室を実施

表2 1歳ごろの栄養教室 日程等

場・申・問先(保健センター)	日程	定員(4/26から先着順)
千住 ☎3888-4277	5/23(火)	各16人
竹の塚 ☎3855-5082	6/8(木)	
中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内) ☎3880-5351	5/26(金)	12人
東部 ☎3606-4171	5/19(金)	6人

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
26(金)	エル・ソフィア	午前10時～11時30分/午後1時～4時

※運転免許証や健康保険証など、本人確認ができるものを持参。今後、時間の変更や会場が追加となる場合があります。くわしくは区のホームページでお知らせします。

■問先=▷献血の条件…東京都赤十字血液センター ☎5272-3523
 ▷実施場所など…(区)衛生管理係 ☎3880-5891

5年度ひとり親家庭などの手当支給のお知らせ

■支払月=▷児童育成手当…6月・10月・2月 ▷児童扶養手当…奇数月 ▷特別児童扶養手当…8月・11月・4月 ■対象等=表3 ■月額等=表4 ■問先=親子支援係 ☎3880-5883

5年度の主な改正点

5年4月分から児童扶養手当と特別児童扶養手当の支給額が変更

※申請方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

表3 各手当 対象等

手当名	児童育成手当		児童扶養手当	特別児童扶養手当
	育成手当	障害手当		
手当月額	児童1人につき1万3,500円	児童1人につき1万5,500円	表4	表4
対象	次のいずれかに当てはまる、18歳に達した後、最初の3/31までの児童を養育している方 ■父母が離婚 ■父または母が死亡 ■父または母が生死不明 ■父または母に1年以上遺棄されている ■父または母が裁判所からのDV保護命令を受けた ■父または母が法令により1年以上拘禁されている ■婚姻によらないで生まれた ■父または母に重度の障がいがある	次のいずれかに当てはまる、20歳未満の児童を養育している方 ■愛の手帳1～3度 ■知的障がい度で特別児童扶養手当に該当 ■身体障害者手帳1・2級 ■脳性まひ ■進行性筋萎縮症 ■身体障害者手帳未申請で、特別児童扶養手当1級に該当 ※診断書での判定が必要になる場合あり	次のいずれかに当てはまる、18歳に達した後、最初の3/31まで(中度以上の障がいがある場合は20歳未満)の児童を養育している方 ■父母が離婚 ■父または母が死亡 ■父または母が生死不明 ■父または母に1年以上遺棄されている ■父または母が裁判所からのDV保護命令を受けた ■父または母が法令により1年以上拘禁されている ■婚姻によらないで生まれた ■父または母に重度の障がいがある	次のいずれかに当てはまる、20歳未満の児童を養育している方 ■愛の手帳1～3度程度 ■身体障害者手帳1～3級程度(4級の一部を含む) ※手帳のない方でも、同程度の疾病・身体・精神の障がいの状態にある場合は申請可。手帳のある方でも診断書による判定が必要になる場合あり。児童が障がいを理由とする公的年金を受給している場合は支給不可

※児童が児童福祉施設などに入所している場合は対象外。手当ごとに所得制限あり

表4 児童扶養手当・特別児童扶養手当 月額等 ※児童1人あたりの金額。5年4月分から変更

手当名	種別	改正後	
児童扶養手当 ※具体的な手当月額は、所得に応じて算出	全部支給	1人目の児童	4万4,140円
		2人目の児童	1万420円
		3人目以降の児童	6,250円
特別児童扶養手当	一部支給	1人目の児童	1万410円～4万4,130円
		2人目の児童	5,210円～1万410円
		3人目以降の児童	3,130円～6,240円
特別児童扶養手当	重度障がい児	5万3,700円	
	中度障がい児	3万5,760円	

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2月～4月分を、届出先の口座へ5月1日ごろ振り込み ※3カ月を超えて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



3面からの続きです

子育て・教育

ファミリー学級・ 日曜コース前期募集

■日程等=表1 ■時間=午前10時～正午 ■場所=勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ※9月17日はこども支援センターげんき ■対象=開催日現在、おおむね20週を経過した妊婦とパートナーなど ■内容=お産の準備/お風呂の入れ方/赤ちゃんのいる生活 など ■定員=各30組(抽選) ■申込=区のホームページからオンライン申請/住所、妊婦・パートナーの氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・Eメールアドレス、出産予定日、希望日(第2希望まで)を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■申込先=(株)メディカル・コンシェルジュ(区委託事業者)(平日、午前9時～午後6時) 〒160-0022

新宿区新宿4-1-6 JR新宿ミライナタワー10階「足立区ファミリー学級・日曜コース」係 ☎6893-1474
■問先=(区)保健予防係 ☎3880-5892

表1 ファミリー学級・日曜コース
前期募集 日程等

日程	申込期間(消印有効)
5/28(日)	4/25～5/8
6/18(日)	5/11～5/25
7/30(日)	6/22～7/6
8/20(日)	7/13～7/27
9/17(日)	8/10～8/24
10/29(日)	9/21～10/5

健康・衛生

40歳前の健康づくり健診 (無料・2日制)

■日程等=表2 ■受付時間=▷午前…9時～11時 ▷午後…1時～3時 ■対象=区内在住で自営業など健診の機会がない18～39歳の方 ※年齢は6年3月31日現在 ■内容=血圧

測定/血液検査/尿検査/体組成測定/胃がんハイリスク検査(ペプシノゲン・ピロリ菌抗体検査。過去に検査歴があるなど、対象にならない場合あり) など ※年度につき1回のみ受診可 ■申込=区のホームページからオンライン申請 ■申・問先=健診事業係 ☎3880-5121

4月下旬に「女性がん検診 リーフレット型受診券」を 送付

自宅に届いた「リーフレット型受診券」で、そのまま検診を受けることができます。 ■対象=▷子宮頸がん検診…22～58歳の偶数年齢の女性 ▷乳がん検診…42～58歳の偶数年齢の女性 ※受診券に対象の検診を記載。年齢は6年3月31日現在。送付条件あり。くわしくはお問い合わせください。 ■受診期限=6年2月29日(木) ※受診期限直前は予約が集中し、受診できないことがあるため、早めの受診をお願いします。 ■問先=健診事業係 ☎3880-5121

8月・12月を除き毎月実施 土曜予防接種外来 (5月～7月分)

◆小児 ■対象=ロタウイルス、BCG、HPV(子宮頸がんなどの予防ワクチン)を除く各定期予防接種の法定年齢内の子ども ※保護者同伴。当日、予防接種相談も受け付け。病児の診療は不可 ■内容=ワクチン8種 ■持ち物=母子健康手帳/予防接種予診票/体温計 ■申込=不要 ※当日直接会場へ。ワクチンの在庫については、事前に足立区医師

会にお問い合わせください。

◆成人

■対象=区内在住の19歳以上で、抗体価が低く(事前の抗体検査の結果、抗体価がH法で32未満またはEIA法で8未満など)、区発行の予診票を所持している方 ■内容=MR/風しん ■定員=各10人(開催日の12日前から先着順) ■申込=電話—いずれも— ■日時=5月20日(土)、6月17日(土)、7月15日(土)、午後3時～5時 ※受け付けは2時～4時30分 ■場・申・問先=足立区医師会(平日、午前10時～正午/午後1時～5時) 中央本町3-4-4 (平日のみ) ☎3840-2111 (当日のみ) ☎3880-1131 ■問先=(区)保健予防係 ☎3880-5892

こどもの日は銭湯(しょうぶ湯)へ

■日程=5月5日(祝) ■場所=区内の各銭湯 ■費用=▷小学生以下の方…無料 ▷65歳以上の方…250円 ▷そのほかの方…500円(通常料金。中学・高校生は300円) ■申込=不要 ※当日、番台かフロントで年齢を伝える。証明書は不要 ■問先=衛生管理係 ☎3880-5891

高齢者入浴事業「ゆ～ゆ～湯」 入浴証を5月上旬までに送付

■対象=4月1日現在、区内在住で70歳以上の方 ■内容=指定日に銭湯を1回150円で利用できる入浴証を送付 ※特養入所者、寝たきりなどで利用できない方を除く。入浴料が値上がりした場合、料金の値上がり分は自己負担 ■問先=在宅支援係 ☎3880-5257

表2 40歳前の健康づくり健診 日程等

場所 (保健センター)	健診 (1時間程度)	結果説明 (1時間程度)	定員 (4/26から先着順)
江北	6/8(木)	7/27(木)	各40人
千住	5/24(水)	7/19(水)	
	6/14(水)	8/2(水)	
竹の塚	6/23(金)	8/4(金)	各35人
中央本町地域・保健総合支援課 (足立保健所内)	6/16(金)	8/1(火)	
東部	6/26(月)	8/8(火)	

個人事業主も対象です 個人住民税の特別徴収にご協力を!

■問先=課税第一係～第三係 ☎3880-5418/3880-5231・5232

個人住民税の特別徴収義務者に区が指定した事業者へ、5月15日に「特別徴収税額決定通知書」を発送します。

特別徴収とは、事業者(給与支払者)が従業員(納税者)に代わり、毎月の給与から個人住民税を差し引いて納入する制度です。法令の定めにより、所得税の源泉徴収義務のある事業者を「個人住民税の特別徴収義務者」として指定しています。

5年度住民税の特別徴収は6月分から開始しますので、ご理解・ご協力をお願いします。くわしくは区のホームページをご覧ください。

事業者の方へ 必ず開封して中身をご確認ください

- 5年度特別徴収税額の決定通知書(事業者用・従業員用)
※従業員用は開封せず、5月中旬に本人にお渡しください
- 特別徴収のしおり
※各種届出などに関する説明・書式の冊子です。ご確認のうえ、1年間保管してください
- 納入書
※区内在住の従業員全員が非課税の事業者や事前に不要との申し出があった事業者には同封していません

事業者の方へ 特別徴収により従業員の手続きの負担が軽くなります

- 個人住民税の納め忘れが無くなります
- 普通徴収の納期が原則年4回に対し、特別徴収は年12回のため、1回あたりの納付額を抑えることができます



人材募集コーナー

対象や必要資格・免許、募集人数、勤務内容・条件など、くわしくは区のホームページをご覧ください。区のホームページでは、このほかにも募集情報をまとめて掲載しています。



職種	勤務内容等(例)	報酬	期限(必着)	申・問先(保健センター)
助産師・保健師 ※必要資格・免許あり	妊娠後期の妊婦への所内面接・相談を主とした母子保健事業事務全般	月額22万3,803円	5/12(金)	江北 ☎3896-4004 千住 ☎3888-4277 竹の塚 ☎3855-5082 中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内) ☎3880-5351 東部 ☎3606-4171
	妊婦の所内面接・電話相談 3カ月以下の子どもと母親の健康などについての訪問指導・相談	日額1万285円 1件5,800円	6/23(金)	竹の塚 ☎3855-5082 中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内) ☎3880-5351 東部 ☎3606-4171

※勤務条件や雇用開始日は保健センターにより異なります。くわしくはお問い合わせください。

調理師試験 願書の配布

■配布期間=5月8日～6月2日 ■試験日=10月28日(土) ■配布場所=足立保健所 生活衛生課/保健センター/衛生管理課 ■申込期間=5月8日～6月2日消印有効 ※申し込み方法など、くわしくは願書参照 ■問先=足立保健所 生活衛生課 食品保健係 ☎3880-5363

福祉・高齢医療

認知症交流会

◆若年性認知症 本人・家族交流会

■日時=5月13日(土)、午後1時30分～3時 ■場所=総合ボランティアセンター ■対象=区内在住で若年性認知症と診断を受けた方と家族介護者 ■内容=日々のもの忘れについての情報交換や悩みなどを気軽に話せる交流会 ■定員=20人 ■申込=電話/窓口 ■申先=(区)地域包括ケア推進課 認知症施策推進担当 ☎3880-5953

◆認知症 本人・家族の会

■日時=5月27日(土)、午後2時～4時 ■場所=シアター1010・10階アトリエ ■対象=区内在住で認知症と診断を受けた方と家族介護者 ■内容=認知症に関わる専門職の講義や参加者同士で悩みを気軽に話せる交流会 ■定員=30人 ■申込=電話 ■申先=大内病院(東京都認知症疾患医療センター) ☎5691-0592

—いずれも—

※4月26日から先着順 ■問先=(区)認知症施策推進担当

☎3880-5953

あたまの健康度測定(予約制・無料) 5月下旬に 対象者へ案内を送付

認知症に関する正しい知識の普及啓発、早期発見・早期支援を促進するため、あたまの健康度測定(認知症検診)を実施します。 ※日程や予約方法など、くわしくは送付する案内をご覧ください。 ■対象=区内在住の昭和27年4月1日～29年3月31日生まれで、認知症の診断を受けていない方 ■内容=問診/認知機能検査 など ■問先=お問い合わせ

わせコールあだち(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

障がいのある方の相談窓口 「あしすと自立生活支援室」

■受付時間=月～土曜日、午前8時30分～午後5時 ※祝日を除く。火・木曜日は6時終了 ■対象=障がい(身体・知的・発達・高次脳機能・難病)のある方や家族 ■内容=専門スタッフや、障がいのある当事者相談員による相談(きこえ/補装具/福祉サービス/日常生活上における工夫の仕方の情報提供 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=障がい福祉センターあしすと自立生活支援室

☎5681-0132 ☎5681-0137

73歳以上の区民に 無料マッサージ(5月分)

■日程等=表4 ■時間=午前9時30分～午後3時30分 ※1回30分で8回実施 ■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

弁護士・司法書士による 「高齢者・障がい者のための相談会」(無料)

■日時=毎月1回(予定) ※くわしくはお問い合わせください。 ■時間=午後2時～4時 ※1人50分程度 ■内容=法律相談には弁護士、成年後見制度*の活用・相続相談には司法書士が応じる ★…判断能力が不十分な方の意思決定を支援する制度 ■定員=各2人(先着順) ■申込=電話/住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「無料相談」をファクス ■場・申・問先=権利擁護センターあだち(千住庁舎内)

☎5813-3551 ☎5813-3550

宿泊施設インフォメーション(8月分)

◆鋸南自然の家、日光林間学園(区・宿泊施設)

■利用日等=表3 ■対象=区内在住・在勤の方、その同伴の方 など ※1人のみや未成年のみでの利用不可 ■利用料金=大人1泊2食3,650円など ■申込=ホームページからオンライン申請/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=5月1日～10日消印有効 ※5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、6月1日～利用希望日の3日前までに電話または代表者の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・ファクス番号、利用人数、希望日をファクスにて申し込み(先着順)

表3 宿泊施設利用日等(8月分)

利用施設	利用できる日	受付時間
鋸南自然の家(予約専用) ☎0470-55-4770 ☎0470-55-4720 🌐https://www.adachiku-kyonan.com/	3～15・ 18～20・ 26・27	平日、 午前9時～午後5時
日光林間学園(予約専用) ☎0288-53-3681 ☎0288-54-1661 🌐https://www.adachi-nikko.com/	1・4～25・ 28～30	

※学校などの利用により、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。
 ※4月1日から指定管理者の変更に伴い、ホームページのアドレスが変わりましたので、ご注意ください。

65歳以上の方の 介護保険料 軽減制度

■対象=65歳以上で表5に当てはまる方 ※見込み含む。毎年度の申請が必要 ■申込=窓口 ■申込期間=5月8日～8月31日 ※9月以降に申請した場合は、申請月から軽減対象。申請に必要な書類など、くわしくはお問い合わせください。

■申・問先=介護保険課 資格保険料係 ☎3880-5744

仕事・産業

文化芸術劇場(シアター1010)の指定管理者募集

■指定管理期間=6年4月1日～11年3月31日 ■対象等=劇場施設または類する施設で文化事業に関する業務および管理運営実績のある事業者・団体 ■募集要項配布期間=5月17日～6月28日 ※募集要項は区のホームページからダウンロード ■申込=応募書類を区へ郵送 ※必要書類など、くわしくは募集要項参照。申し込みには下記募集説明会への参加が必要 ■期限=

6月28日(水)必着

◆募集説明会

■日時=5月24日(水)、午後3時～4時 ■場所=シアター1010・10階講義室 ■申込=区のホームページからオンライン申請 ■期限=5月22日(月)、午後5時

—いずれも—

■申・問先=地域文化課 広域施設係 ☎3880-5701

女性のためのぷち起業入門セミナー 「SNSを活用した集客とマーケティング方法」(Zoom開催)

■日時=5月27日(土)、午後2時～4時 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=起業に向けてのプロセスについて理解し、SNSを使った集客やマーケティングの仕方を学ぶ ■定員=20人(4月26日から先着順) ■申込=電話/区のホームページからオンライン申請/住所、氏名(フリガナ)、年代、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、「ぷち起業入門セミナー」をファクス ■場・申・問先=男女参画プラザ

☎3880-5222 ☎3880-0133

6面に続きます

表4 73歳以上の区民に無料マッサージ(5月分) 日程等

場所	日程	申し込み開始日時	定員(先着順)
勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内)	7(日)	4/28、午前10時	各48人
	21(日)	5/12、午前10時	
竹の塚障がい福祉館	9(火)	4/28、午後2時	各56人
	23(火)	5/12、午後2時	

表5 介護保険料 軽減制度 対象等

保険料の段階	対象(次のすべてに当てはまる方)	基準(単身世帯*)	該当する階層	軽減後の保険料	
				月額	年額
第3段階	世帯全員の4年中的「年間収入額」と「預貯金額」それぞれが右の基準額以下/5年度住民税非課税世帯/住民税課税者に扶養されていない(税法上の扶養家族になっていない)/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	収入*2150万円以下、預貯金350万円以下	第3段階B階層	3,380円	4万560円
			第3段階C階層	2,030円	2万4,360円
第2段階		収入*2150万円以下、預貯金350万円以下	第2段階B階層		

★1…2人以上の世帯の場合、世帯人数が1人増えるごとに、収入額と預貯金額に50万円を加算

★2…遺族年金・障害年金などの非課税年金、定期的な仕送り、各種手当などを含む。営業収入は、必要経費などを控除する前の金額

審議会等の公開(4月～6月分)

日時など、変更になる場合があります。傍聴方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

審議会等	日程	時間	場所	問先
足立区文化・読書・スポーツ推進委員会	4/28(金)	午後3時～5時	区役所	生涯学習支援課 文化・読書・スポーツ連携推進担当 ☎3880-8017
足立区ユニバーサルデザイン推進会議	5/12(金)	午前10時～11時30分		都市建設課 ユニバーサルデザイン担当 ☎3880-5768
足立区建築審査会	5/31(水)	午後3時～5時		開発指導課 用途照会係 ☎3880-5943
足立区地域自立支援協議会 本会議	6/1(木)	午後2時～4時	障がい福祉センターあしすと	障がい福祉センターあしすと地域生活支援担当 ☎5681-0132

足立区食品衛生監視指導計画を作成しました

※区のホームページでも閲覧可 ■配布場所・問先=足立保健所 生活衛生課 食品保健係 ☎3880-5363

区内全域で歩行喫煙・ごみのポイ捨ては禁止です



■問先=美化推進係 ☎3880-5856

5面からの続きです

仕事・産業

中小企業者向け融資あっせん

■対象=次のすべてに当てはまる中小企業者…区内に継続して1年以上住所(法人は本店または支店登記)を有し、事業を営んでいる/保証協会の保証対象業種を営み、営業に関し必要な許認可を受けている/税金の未申告・滞納がない/暴力団との関わり合いがないなど ※融資の種類ごとに対象要件あり ■内容等=表1 ※要件や申し込み方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=相談・融資係

☎3880-5486

公募・ボランティア

きかせてサポーター養成研修(2日制)

■日時=7月7日(金)・10日(月)、午前10時～午後4時30分 ■対象=受講後、きかせてサポーターとして活動できる方 ■内容=子育て中の保護者を訪問支援するため、傾聴などの知識や技術を学ぶ ■定員=8人程度(4月26日から先着順) ■申込=申込書を郵送・ファクス ※申込書

は電話・ファクスで請求または区のホームページからダウンロード ■期限=6月7日(水)必着 ■場・申・問先=NPO法人子育てパレット(区委託法人)(平日、午前9時～午後5時)〒121-0816梅島3-4-8 うめじまKSビル2階

☎5888-6943 ㊚5888-6948

■問先=(区)こども支援センターげんき こども家庭支援課 事業係

☎3852-2863

農業ボランティア養成講座(8日制)

■日時=6月～11月の平日昼間(予定) ※初回は6月1日(木)、午前9時～正午 ■対象=区内在住で、受講後に区内農家のボランティアとして活動できる20歳以上の方 ■内容=区内の農場などで農作業や農業関連の知識を習得 ■定員=10人程度(抽選) ■申込=住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「農業ボランティア」を区へハガキで送付 ■期限=5月10日(水)必着 ■申・問先=産業振興課 農業振興係

☎3880-5866

子育て支援サービス利用者負担適正化審議会 公募委員

■開催期間(予定)=7月～8月(計2回) ■対象=区内在住で次のいずれかに当てはまる方…子どもが幼稚園・保育施設を利用している/自宅で子育てをしている ■内容=教育・保育施設利用者負担の検討を行うための審議会へ出席 ※保育あり(6

カ月～就学前の子ども) ■募集人数=3人程度 ■報酬=1回7,000円 ■選考=>1次…書類 >2次…面接 ■申込=区のホームページからオンライン申請/住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、Eメールアドレス、作文「わたしの考える子育て支援」(400～800字、様式自由)を区へ簡易書留で郵送・持参 ※申込書類は返却不可。くわしくはお問い合わせください。 ■期限=5月12日(金)必着 ■申・問先=子ども政策課 管理係

☎3880-5445

水辺ボランティア(桑袋ビオトープ公園)

■活動期間=5年6月10日～7年3月31日 ■対象=高校生以上の方 ■内容=月2回の養成講座に出席/年に数回、公園主催のイベントをサポート/2年目は水辺ボランティア(草の刈り取りなど、生きものが集まる環境づくり/外来生物の駆除など)として第2・第3土曜日の活動に参加 ※事前説明会への参加が必要。くわしくはお問い合わせください。

◆事前説明会

■日時=4月22日(土)・29日(祝)、5月

27日(土)、午後2時～4時/5月13日(土)・20日(土)、午前10時～正午 ※いずれか1日のみ ■定員=10人程度(先着順) ■申込=電話/窓口

■期限=6月9日(金)

—いずれも—

■場・申・問先=桑袋ビオトープ公園 ☎3884-1021

暮らし・まちづくり

フリーステージ・アダチVol.27 出演者・運営スタッフ募集説明会

■日時=5月20日(土)、午後6時30分開始 ■場所=竹の塚地域学習センター・4階ホール ■内容=12月9日(土)・10日(日)に竹の塚地域学習センター・4階ホールで開催される、歌・踊り・楽器演奏などを披露する舞台の出演者・運営スタッフの募集説明会 ※6月～11月に月1回程度実施する実行委員会への参加が必要。未経験者も可 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=文化団体支援係

☎3880-5986

表1 中小企業者向け融資あっせん 内容等

融資の種類	融資限度額	信用保証料補助* (運転2分の1/ 設備・併用3分の2)	利子補給率 (3分の2)	利子補給期間
一般事業資金	3,000万円	上限10万円	補助なし	—
経営革新資金		上限50万円	上限1.6%	
経営安定資金	1,000万円	上限10万円	上限1.6%	▷運転資金…3年 ▷設備資金…5年 ▷併用資金…4年
創業資金① 申告前	1,000万円 (2,000万円*) ※①②合計額	(運転・設備・併用3分の2) 上限50万円	上限2.5%*3	
創業資金② 申告後			上限1.6%	
小口零細資金	2,000万円	上限10万円	▷1年目…全額 ▷2年目以降… 上限1.6%	5年
緊急経営資金 (運転資金のみ)*4		全額		

※返済期間、貸付利率(固定)は、金融機関所定。各融資の種類ごとに対象要件あり

★1…借換資金として申し込みの場合補助なし

★2…特定創業支援等事業認定を受けた証明書を交付された事業者の創業資金の融資限度額

★3…3分の2の適用なし

★4…新型コロナウイルス感染症や物価高騰対応のため、時限的に実施

9月30日(土)まで延長されました!

マイナポイント設定・申し込みをお手伝いします

■日程等=表2 ■時間=午前9時～午後5時 ※5月2日(火)、毎週金曜日は3時終了 ■内容=パソコン等がない方など向けに、最大2万円分のマイナポイントの受け取り手続きを補助 ■持ち物=マイナンバーカードなど ※くわしくはお問い合わせください。 ■申込=不要 ※当日直接会場へ(混雑時は整理券を配布。配布上限あり) ■問先=>制度…マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178 >サポート窓口…(区)マイナンバーダイヤル ☎5888-7707

表2 マイナポイント設定・申し込み 日程等

日程	場所
4/25(火)～28(金)	興本・竹の塚・保塚地域学習センター/生涯学習センター(学びピア21内)
5/1(月)・2(火)	中央本町・東和・舎人地域学習センター/江南住区センター
5/29(月)～31(水)	伊興・江北・花畑地域学習センター/エル・ソフィア
5/8(月)～12(金)	伊興・江北・花畑地域学習センター/エル・ソフィア
5/15(月)～19(金)	佐野・鹿浜・新田地域学習センター/生涯学習センター(学びピア21内)
5/22(月)～26(金)	興本・竹の塚・保塚地域学習センター/勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)

「客引きをしない宣言」にご協力を! 協力店にステッカーを配布しています!

事業者の方へ



▲実際のステッカー

■問先=生活安全推進係 ☎3880-5838

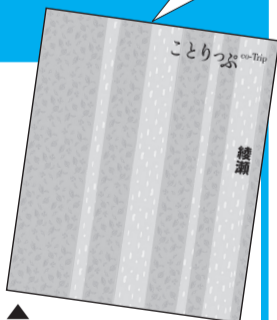
5年4月1日に施行された「足立区客引き行為等の防止に関する条例」に基づき、「客引きをしない宣言」をした店舗にステッカーを配布しています。一緒に公共の場所での客引き行為などの適正化を図り、安全・安心なまちの実現にご協力ください!



◀宣言方法など、くわしくはこちら

4月25日(火)配布開始! 街歩きガイドブック 無料 「ことりっぷ綾瀬」が完成しました

注目のまち・綾瀬を散策してみてください!



SDGs未来都市モデル事業の舞台「綾瀬エリア」を紹介した街歩きガイドブック「ことりっぷ綾瀬」が完成しました。ぜひご覧ください! 掲載されている一部の店舗でオリジナルノベルティ(マスクングテープやメモ帳など)をプレゼント! ※なくなり次第終了

■配布場所=(区)SDGs未来都市推進担当課/区立図書館/都内一部書店 など ※配布場所など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

「ことりっぷアプリ」からも閲覧可能(6カ月間限定)

■問先=SDGs未来都市推進担当

☎3880-5070



5月は自転車安全利用TOKYOキャンペーン

昨年、区内で発生した交通事故の約5割に自転車関わっています。ルールとマナーを守りましょう。自転車安全利用五則(車道が原則、左側を通行。歩道は例外)を優先/交差点では信号と一時停止を守って、安全確認/夜間はライトを点灯/飲酒運転は禁止/ヘルメットを着用) ■問先=交通対策課 推進係 ☎3880-

東京芸術センター(ホール・会議室)の区民利用

■対象=区内在住・在勤・在学の方 / 区内事業者 ■利用料金等=表3・4
 ※営利活動を行う場合は2倍 ■申込=電話で空き状況を確認のうえ、申込書をファクス ※申込書は東京芸術センターに請求または区のホームページからダウンロード ■申し込み開始日=▷21・22階ホール…利用日の1年前 ▷9階会議室、20階和室…利用日の3カ月前の初日 ■申先=東京芸術センター
 ☎5354-4388 ☎5353-0162
 ■問先=▷空き状況の確認…東京芸術センター ▷費用の支払い方法…(区)相談・融資係
 ☎3880-5486

表3 21・22階ホール 利用料金等

区分	全日(午前9時～午後10時)	5時間利用
平日	10万円	5万円
土・日曜日、祝日	12万円	6万円

表4 9階会議室、20階和室 利用料金等

施設	利用可能人数	1時間利用
会議室1	各30人	700円
会議室2・3		800円
会議室4・5	各18人	500円
和室		700円

都営住宅(家族・単身者向け)入居者募集

■募集案内配布期間=5月8日～16日 ※土・日曜日を除く ■配布場所=住宅課/区民事務所 ※なくなり次第配布終了。入居資格など、くわしくは募集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(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

あだち区展2023 出品作品募集

■受付日時等=表5 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=6月20日～7月2日に開催する「あだち区展2023」の出品作品募集 ■費用=1点2,500円 ※高校生は1,500円、中学生以下の方または障がいのある方は無料 ■申込=作品、申込書、費用を搬入日時(表5)に直接会場へ持参 ※出品規定など、くわしくは申込書を参照。申込書は地域文化課、区民事務所、地域学習センターなどで配布 ■問先=文化団体支援係 ☎3880-5986

防音工事の助成

■対象=国道4号(千住地区を除く)・環状七号線沿道の建築物 ■内容=車の騒音を防ぐ防音サッシや防音ドアなどへの改修工事の費用の一部を助成 ※工事着手前の申し込みが必要です。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=▷対象区域の確認…(区)建設リサイクル担当 ☎3880-5952 ▷国道4号沿道の助成…国土交通省東京国道事務所 計画課 ☎3512-9093 ▷環状七号線沿道の助成…(都)道路管理部 管理課 ☎5320-5279

春のごみゼロ 地域清掃活動の実施

「春のごみゼロ地域清掃活動 あなたのまちを あなたのちからで」と題し、5月30日の「ごみゼロデー」を中心としたおおむね2カ月の間、全区的に清掃活動に取り組みます。まちにマスクやペットボトルなど

のポイ捨てが増えています。子どもが触れる恐れもあり、大変危険です。自宅の周辺や身近な道路などでごみを拾い、まちをキレイにし、みんなの笑顔を守りましょう。 ※団体での活動にはごみ袋などを進呈します。くわしくは区のホームページをご覧ください。

◆主要6駅周辺で清掃活動を開催 ■日程等=表6 ■申込=不要 ※当日直接会場へ

—いずれも— ■問先=美化推進係 ☎3880-5856

催し物 ※先着順で、特に記載がない場合は午前8時30分から受け付け(申し込み不要を除く)

文化芸術の展示「美遊展」

■期間等=▷俳句・手芸…5月15日(月)～19日(金) ▷いけばな・盆景・さつき盆栽・色彩魚拓…5月21日(日)～26日(金) ※時間など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■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=文化団体支援係 ☎3880-5986

定期演奏会 in ギャラクシティ

◆足立吹奏楽団 結成45周年記念 第31回 スプリングコンサート ■日時=5月28日(日)、午後2時開演 ※1時30分開場 ■内容=吹奏楽の演奏「三つのジャポニスム(真島俊夫)」「ボレロ・イン・ポップス」な

ど ■費用=800円 ※高校生以下の方は500円。就学前の子どもは入場不可 ■申先=ギャラクシティ/地域学習センター など ※当日は西新井文化ホールのみ

第61回 足立区民合唱団 定期演奏会

■日時=7月9日(日)、午後2時開演 ※1時30分開場 ■内容=混声合唱「かなしみはあたらしい」「太海にて」「SORA」「YUME」など ■費用=1,000円 ※高校生以下の方は500円。3歳以下の子どもは入場不可 ■申先=ギャラクシティ/地域学習センター など

—いずれも— ■場所=西新井文化ホール ※全席自由 ■定員=902人(先着順) ■申込=窓口/ギャラクシティホームページ(https://galaxcity.jp/)からオンライン申請 ■問先=地域文化課 文化団体支援係 ☎3880-5986

こどもの読書週間(4月23日～5月12日)イベントを開催

■場所=区立図書館(15カ所) ■対象=小学生以下の方と保護者 ■内容=区独自のテーマ「冒険」にちなんだブックラリーなどのイベント ※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=中央図書館 読書活動推進係(4月28日(金)、5月8日(月)を除く、午前9時～午後5時) ☎5813-3745

8面に続きます

令和6年1月8日(祝)実施 二十歳の集い

※4年・5年は新型コロナウイルス感染症対策のため2部制で開催していましたが、6年からは1部制で開催します。くわしくは区のホームページをご覧ください。

時間 午前11時～午後0時30分
 場所 東京武道館(綾瀬3-20-1)
 問先 青少年課 管理調整係 ☎3880-5264

個人・事業者・団体向け

環境基金助成の対象となる環境貢献活動を募集

新規または拡充する環境貢献活動(使い捨てプラスチックの削減、まちの美化や緑化など)に対して、最大1,000万円まで助成金を支給します。助成額や申し込み方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■期限=6月15日(木)必着 ■問先=環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049

名称	対象	助成割合	上限額
ファーストステップ助成	環境貢献のきっかけとなる活動	全額	20万円
一般助成A	活動経費総額が100万円以下の活動	2分の1*	100万円
一般助成B	活動経費総額が100万円を超える活動		1,000万円

*…全額助成を申請し、審査会が特に優秀であると認めた場合は全額

表5 あだち区展2023 出品作品受付日時等

部門	搬入(受付)日時	搬入場所	展覧期間
絵画/図工・美術(平面の部)	6/18(日)、午前10時～午後1時	シアター1010・11階ギャラリー	6/20(火)～25(日)、午前10時～午後6時
彫刻/図工・美術(立体の部)	6/18(日)、午後1時～3時		
写真	6/25(日)、午前10時～正午	シアター1010・11階視聴覚室	6/27(火)～7/2(日)、午前10時～午後6時
書道	6/25(日)、午後1時～3時		

※展覧最終日の6/25、7/2は午後5時終了(入場は4時30分まで)。展覧場所はシアター1010・11階ギャラリー

表6 主要6駅周辺の清掃活動 日程等

日程	受け付け時間	場所(集合場所)
5/23(火)	午後2時～3時	北千住駅(東京電機大学キャンパスプラザ(千住旭町5))
5/25(木)		竹ノ塚駅(竹ノ塚駅東口広場)
6/1(木)	午後1時40分～2時40分	五反野駅(足立小学校)
6/8(木)	午後2時～3時	綾瀬駅(都立東綾瀬公園(ハト広場))
6/13(火)	午後1時40分～2時40分	梅島駅(梅島小学校)
6/19(月)	午後2時～3時	西新井駅(西新井公園)

紫色の美しい花を咲かせるカキツバタ(アヤメ科)が公園を彩ります。ぜひ、お越しください！
 ■開花時期(予想)等=4月下旬～5月下旬ごろ ※休園日あり ■開園時間=午前9時～午後5時
 ■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

桑袋ビオトープ公園 カキツバタを見に行こう！

7面からの続きです

催し物 ※先着順で、特に記載がない場合は午前8時30分から受け付け(申し込み不要を除く)

桜花亭 健康づくり体験講座 「いやしの太極拳」入門編(2日制)

■日時=5月18日(木)、6月1日(木)、午前9時20分~10時20分 ■対象=18歳以上の方 ■内容=ゆったりとおおらかな気持ちで、足腰をリラックスさせて身体全体を柔らかく動かす太極拳入門編 ■定員=5人(4月26

日、午前9時から先着順) ■費用=1,000円 ■申込=電話/窓口/氏名(フリガナ)、電話番号、「太極拳入門」をファクス ■場・申・問先=桜花亭 ☎3885-9795 ☎3860-0608

明海大学連携事業「海外で役立つ初級英会話講座」(5日制)

■日時=5月21日、6月11日・25日、7月16日・30日、いずれも日曜日、午前10時~正午 ■場所=こども支援センターげんき ■対象=区内在住で16歳以上の英会話初心者(日常会話

に自信はないが、簡単な英単語などは理解できる程度) ■内容=英語力向上のために区と連携協定を結んでいる、明海大学のネイティブ講師と日本人講師が教える英会話講座 ■定員=32人(抽選) ■申込=区のホームページからオンライン申請 ■期限=5月8日(月) ■申・問先=学力定着推進係 ☎3880-6717

親子体験キャンプ

■日時=5月28日(日)、午前10時~午後4時 ■場所=都立舎人公園キャンプ広場 ■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/レクゲーム ■定員=12組程度(抽選) ■費用=1人600円(材料費) ■申込=電話/区のホームページからオンライン申請 ■申込期間=4月25日~5月15日 ■申・問先=青少年事業係 ☎3880-5275

みどりの学び場「春夏に行う身近な木の手入れ方法」

■日程等=▷ベルmont公園…6月15日(木) ▷生物園・元洲江公園…16日(金) ■時間=午後1時30分~4時30分 ■対象=区内在住の方 ■内容=家で育てている身近な木の、季節ごとの手入れ方法を、具体例を交えて説明する基本講義/公園での剪定などの体験 ■定員=各10人 ■申込=区のホームページからオ

ンライン申請/住所、氏名(フリガナ)、電話番号、希望日、講座で知りたいこと、「春夏に行う身近な木の手入れ方法」を区へ往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1人1回のみ申し込み可 ■期限=5月19日(金)必着 ■申・問先=パークイノベーション推進課 みどり事業係 ☎3880-5919

あだちの遊び場

池に入って生きもの大調査

■日時=6月4日(日)・11日(日)、午前9時30分~11時30分/午後2時~4時 ■対象=小学生以上の方 ※小学1・2年生は保護者の参加が必要 ■内容=うき島池に入り、タモ網(柄のついた小型の網)を使って生きものを捕まえて観察する ■定員=各20人(抽選) ■申込=窓口/全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話・ファクス番号、希望日時(第4希望まで)、「池に入って生きもの大調査」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人1回のみ申し込み可 ■期限=5月16日(火)必着 ■場・申・問先=桑袋ビオトープ公園 〒121-0061花畑8-2-2 ☎3884-1021 ☎3884-1041

4年ぶりに開催! **7月22日(土)** **第45回 足立の花火**
時間 午後7時20分~8時20分 ※荒天中止 場所 荒川河川敷

個人向け
プログラムへの氏名掲載募集
■金額=1口5,000円(税込、1人1口まで) ※順不同で掲載
定員=50人(4月26日から先着順) ■期限=5月12日(金)必着
有料観覧席の販売
席数や金額など、くわしくは6月上旬以降にあだち観光ネットなどでご確認ください。

企業・団体など向け
プログラムへの広告掲載募集
■金額=1口5万円(税込、何口でも可(1口は縦2.5cm横5cm))
※企業・団体の広告を口数に応じたサイズで掲載 ■期限=5月12日(金)必着
屋形船入場募集
■対象=屋形船の船主・関係者など ※プレジャーボート不可
■定数=▷千住新橋側エリア…30隻 ▷西新井橋側エリア…20隻 ※いずれも4月26日から先着順 ■費用=1隻5万5,000円(税込) ■申込=申込用紙、船舶検査証書の写しを区へ郵送・持参・ファクス ※申込用紙は(-財)足立区観光交流協会に配布するほか、ホームページからもダウンロード可
—いずれも—
※申し込み方法など、くわしくはホームページをご覧ください。 ■申・問先=(-財)足立区観光交流協会 ☎3880-5853 ☎3880-5769



4月~5月は、巣作りシーズン!
ハチの巣を作らせないようにご注意ください!
■問先=足立保健所 生活衛生課 生活衛生係 ☎3880-5374
家の周りの点検を行い、ハチの巣を作らせない環境を整えましょう。

ハチの巣がしやすい場所
屋根の軒下、ベランダ、ガレージ、屋根裏、床下、戸袋(内・外)、庭木の枝、洞、生け垣、植え込み

基本の対策
●ハチが嫌がる薬剤をまきましよう ※臭いや風向きに注意
●ハチに侵入されそうな穴などの損傷は補修しましょう

殺虫剤・木酢液など、壁際、室外機、物置、室外機や換気扇は適度に運転しましょう

●巣ができてしまった場合は、むやみに近づいたり刺激を与えたりしないでください。
●スズメバチの巣の駆除は、区にご相談ください。

あだち★EX★アジカ
ダンボール人形劇場「お花のハナックの物語」
■日時=6月17日(土)、午後2時開演 ※1時30分開場 ■場所=西新井文化ホール ■内容="ひとり芝居と人形劇の融合"で世界中から絶賛されている人形劇俳優・平常氏による、身近な素材のダンボールだけで造られた人形たちが繰り広げる驚きと感動の人形劇パフォーマンス ■定員=690人(先着順) ■費用=S席2,000円/A席1,700円 ※中学生以下の方は500円。2歳以下の子どもは保護者と同じ席に座る場合は無料。就学前の子どもは保護者同伴

THE GREATEST ENTERTAINMENT SHOW 2
■日時=6月24日(土)、午後3時開演 ※2時15分開場 ■場所=西新井文化ホール ■内容=イリュージョンエンターテインメントチーム「チームWiZ」とアイドルグループ「アップアップガールズ(2)」や元宝塚チームと創る、子ども参加体験型の本格的なエンターテインメントショー ■定員=902人(先着順) ■費用=SS席3,000円/S席2,000円 ※前売り価格。当日は500円増。友の会会員、区内在住・在勤・在学の方は300円割引(前売りのみ)。3歳以下の子どもは保護者と同じ席に座る場合は無料

—いずれも—
※全席指定 ■申込=窓口/ホームページからオンライン申請 ■申先=ギャラクシティ/地域学習センター など ※当日はギャラクシティのみ ■問先=ギャラクシティ ☎5242-8161



毎年5月は、全国赤十字会(活動資金)募集の運動期間

4年度に区民の皆さんから寄せられた温かい善意は約2,175万円となり、国際救援(海外の災害・紛争などの救援物資など)、災害救護、献血などのために役立てられました。今年度もご協力をお願いします。 ■問先=地域調整課 管理係 ☎3880-5855

押し花でしおりをつくらう

■日時=4月29日(祝)・30日(日)、午前10時30分～正午/午後1時30分～3時 ※1回20分程度。雨天中止
 内容=園内の野草を摘み取ってしおりを作る ※就学前の子どもは保護者の参加が必要 ■申込=不要 ※時間内随時受け付け ■場・問先=都市農業公園 ☎3853-4114

川のようちえん 水辺の生きものさがし

■日時=6月3日(土)、午前10時～11時30分 ■場所=荒川ビジターセンター/荒川河川敷 ■対象=就学前の子どもと保護者 ■内容=荒川の干潟で水辺に生息するカニな

どの生きものを探す ■定員=20人(抽選) ■申込=全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、「川のようちえん」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1通で5人まで。1人1回のみ申し込み可 ■期限=5月19日(金)必着 ■申・問先=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

はじめての飼育 ダンゴムシ

■日時=5月5日(祝)、午後1時～2時/3時～4時 ■内容=身近な生きものであるダンゴムシの探し方や観察ポイント、育て方を紹介 ※飼育セット付き ■定員=各6組(先着順) ■費用=500円 ※別途入園料

が必要。就学前の子どもは保護者同伴 ■申込=不要 ※当日午前9時30分から会場で受け付け ■場・問先=生物園 ☎3884-5577

ギャラクシティの催し

◆5歳から参加OK「放課後プログラマー」
 ■日時=年度を通じて原則第3金曜日(小学校の長期休暇期間、休館日、祝日を除く)、午後2時30分開始 ※実施内容は毎回同じ。複数回参加可。終了時間は季節によって変動。くわしくはホームページをご覧ください。 ■対象=5歳～小学生 ※就学前の子どもは保護者同伴 ■内容=子ども向けプログラミング言語「Scratch Jr」を使って、プログラミングを楽しく体験

する ■定員=8組(1組1家族まで。随時入替制。先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ

5年度「こどもみーていんぐ」参加者募集(11日制)

■日程=5年5月28日～6年3月24日の第4日曜日 ■時間=午後1時～3時 ■対象=小学2年生～高校生 ■内容=子どもたち自身でギャラクシティを盛り上げるための企画を立てて実行し、アイデアを実現させることの楽しさや大切さを体験する ■定員=20人(5月7日から先着順) ■申込=電話

—いづれも—
 ■場・申・問先=ギャラクシティ ☎5242-8161

📍https://galaxcity.jp/



学びで絆を強めてみませんか

近所deまなびナビ

生涯学習施設・スポーツ施設の講座

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、一定のご協力をいただいたうえで開館(園)しています。掲載講座は対策を講じて開催予定ですが、状況によっては中止・延期になる場合があります。最新情報は各施設へお問い合わせください。

各施設をリレー形式で紹介！

講座の予約はインターネット(講座予約システム)からもできます

講座の予約はインターネットからも可能です(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ください。
 近所deまなびナビ 検索

講座の申し込み共通事項

受け付け開始日=4月26日(水) 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(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時受け付け

受け付け開始日の午前9時～午後1時は講座の開催施設のみで受け付け

《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)。支払い方法は申し込み時に確認

《申込》事前…電話・窓口またはインターネットで事前申し込み(一部ネット不可の場合あり)

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(住所・氏名(フリガナ)・生年月日(年齢)・電話番号、講座名(希望コース名)を記入 ※返信面にも宛名を記入) ※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・生年月日を記入。きょうだいで申し込みをする場合は、全員分記載)

★マークを除き、定員に達しない場合は5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

講座の参加について

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

📧…パソコンなどの画面上から参加可能 📍…各施設のオススメ講座

第13弾 豊富な学びで、心も身体も健康に

江北地域学習センター

〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522



講座紹介 女性のための薬膳教室～更年期編～(対面・オンライン同時開催)

めまい、ほてりなど、更年期特有の症状にお困りの方の体調管理に役立つ薬膳の知識とおすすめレシピを教えます。YouTubeでの後日配信(6月22日、午前9時～7月7日、午前9時)でも受講可能です。



▲薬膳講座で健康に、食を楽しく!

日時 6月21日(水)、午前10時～10時40分
 対象 16歳以上の女性 定員 会場・オンライン各20人 費用 770円 申込 事前(先着)



建物の真ん中にガラス張りの吹き抜けがあり、陽の光のよく入る、明るいセンターです。サークル活動や体育館の個人利用など、様々な用途で使用できるだけでなく、多彩な講座もご用意しています。お気軽にお越しください。



江北地域学習センターが発行するミニコミ紙「トントン」。開催講座の一覧のほか、江北のまちへの魅力を再発見できる「歴史」や「特色あるお店」の情報も満載。興味や好奇心が、心の学びの扉をノックします!

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				
1 おはよう教室 健康太極拳	5/2～30の毎週火曜日 午前10時～11時	各40人	1回 560円	当日
2 学びっこフェスタ2023 ◆どなたでも	5/7日 午後1時～4時	200人	無料	
3 おしゃべり処の傾聴ボランティア 養成講座(4日制)	5/22・29、6/19・26 いずれも月曜日 午後1時30分～4時30分	15人	無料	事前 先着
4 オススメ 夢を諦めない 専門 学校・大学費用対策 セミナー ◆おおむね中学生～高校2年生の保護者	6/4日 午前10時～11時30分	会場: 20人 オンライン: 30人	無料	

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				
5 パソコン相談会のボランティア 養成講座(2日制)	6/15(木) 午後1時～4時 6/21(水) 午後0時30分～2時30分	10人	無料	事前 先着
6 信仰の造形と仏教 観音菩薩	6/24(土) 午前10時～正午	60人	800円	
7 学びピアコンサート 南インド 古典舞踊とムービーダンス	6/25(日) 午後2時～3時30分	190人	1,000円	5/22必着
8 ★中世古文書講座 徳川家康関係の文書編(3日制)	6/4日・11日・18日 午後2時～4時	50人	2,000円	

★マークの講座のハガキ申し込みの宛名は「生涯学習センター あだち区民大学塾事務局」。問い合わせ先は☎5813-3759(平日、午後1時～4時)

10面に続きます▶

水入れ替えのため、東綾瀬公園温水プール(すいすいらんど綾瀬)・千住温水プール(スイミー)利用休止

■期間=▷東綾瀬公園温水プール…5月8日(月)～12日(金) ▷千住温水プール…15日(月)～19日(金) ※総合受付窓口は通常通り利用可(8日・15日を除く) ■問先=東綾瀬公園温水プール ☎5616-2500/千住温水プール ☎3882-2601

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
1 新米講師チャレンジ講座 親子で英語リズム体操 ◆1歳6カ月～3歳の子どもと保護者	5/8(月)・22(月) 午前10時～10時45分	各5組	1回 820円	事前 先着
2 新米講師チャレンジ講座 おしゃべり歌声体操 ◆50歳以上の方	5/9(火)・23(火)・6/13(火) 午後1時15分～2時45分	各20人	1回 550円	
3 子育てママのおしゃべりひろば 子どもの「良さ」を発見 ◆小学生以下の方の母親	5/12(金) 午前10時30分～11時30分	6人	無料	
4 オススメ 管理栄養士が教えてくれる 楽チンレシピ ◆おおむね65歳以上の方	5/22(月) 午前10時30分～11時30分	15人	無料	
5 子どもクラシックバレエ サークル体験A～C(2日制) ◆A:3歳～小学1年生 ◆B:小学2～6年生 ◆C:中学生～18歳の方	5/22(月)・29(月) A:午後6時30分～7時15分 B:午後7時20分～8時30分 C:午後7時20分～8時50分	各10人	20円	
6 ダンス・マインド・フィット お腹やせコース宅トレ付き (4日制)	6/6～8/1の第1・3火曜日 (7/18を除く) 午後7時30分～8時45分	25人	3,200円	
梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1(エル・ソフィア内) ☎3880-5322				
1 ヒーリングアロマヨガ	6/1～29の毎週木曜日 午後7時～8時15分	各20人	1回 500円	事前 先着
2 梅田寄席(古今亭駿菊・瀧川鯉三郎) ◆小学生以上の方	6/3(土) 午後2時～3時30分	50人	1,000円	当日
3 オススメ Lコンサート 「梅雨に聴く 情熱の調べ」 ◆どなたでも	6/10(土) 午後7時～8時30分	80人	1,000円	事前 先着
4 はばたきサロン ◆不登校・ホームスクーリングの 小学生～高校生(保護者同伴可)	6/17(土) 午後1時30分～3時	12人	500円	当日
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
1 チアダンス「ジュニア」 体験教室(8日制) ◆小学3～6年生	5/10～6/28の毎週水曜日 午後5時～5時50分	5人	8,420円	事前 先着
2 きれいな字を学ぼう 子ども硬筆教室(4日制) ◆小学生	5/23～6/13の毎週火曜日 午後5時～5時50分	12人	3,120円	
3 「プログラミング入門」 プログラムの仕組みと実装	5/28(日) 午前9時30分～11時30分	10人	1,650円	
4 「プログラミングGo言語入門」 基本文法と実装	5/28(日) 午後1時～3時	10人	1,650円	
5 Terraformで始めるAWS入門 ◆AWSアカウントを作成済みの 16歳以上の方	5/28(日) 午後3時30分～5時30分	10人	1,650円	
6 オススメ 興本センターを飾り隊 夏の館内装飾を作ろうA・B ◆A:5歳～就学前の子どもと保護者 ◆B:小学生	6/10(土) A:午前10時～11時 B:午前11時30分～午後0時30分	A:5組 B:8人	無料	
7 パパもママも!赤ちゃん抱っこダンス ◆首が据わった3カ月～抱っこ 可能な2歳の子どもと保護者	6/11(日) 午前10時30分～11時30分	5組	900円	
江南コミュニティ図書館 〒120-0046 小台2-4-18 ☎3913-0460 ※募集する講座はすべて電話、窓口のみの受け付けとなります。				
1 オススメ 親子ヨガエクササイズ& リンパケア ◆2カ月～おおむね3歳の子どもと母親	5/12(金)・6/9(金) 午前10時～11時	各8組	1回 900円	事前 先着
2 インナーマッスルを鍛えて 姿勢を改善するピラティス	6/4(日)・18(日) 午前10時30分～11時30分	各10人	1回 450円	事前 先着
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
1 ママとベビーのふれあいタイム ※最終日のみ無料体験可(初体験の方) ◆2カ月～3歳の子どもと母親	6/7～28の毎週水曜日 午前10時15分～午後0時15分 ※無料体験は6/28	各10組	1回 1,010円	事前 先着
2 自分の身は自分で守る 基礎から学ぶ空手教室(3日制) ◆5歳～小学生	6/7(水)・14(水)・21(水) 午後6時30分～7時30分	20人	300円	
3 オススメ 足立医療センター薬剤部長 が語る 薬と食事のイイ関係	6/8(木) 午後2時～3時30分	40人	無料	
4 音読広場 「図書館で脳トレしよう」 ◆おおむね60歳以上の方	6/13(火) 午後2時～3時	10人	無料	
5 初夏のひまわり フラワーアレンジメント	6/14(水) 午前10時30分～正午	12人	2,640円	
6 パパのベビーマッサージ ◆2～10カ月の子どもと父親	6/17(土) 午後2時～3時	6組	1,340円	
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
1 アウトドアスポーツ 「モルック」体験会 ◆どなたでも	5/3(祝)・4(祝)・5(祝) 午後1時30分～3時	各10人	無料	当日

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
2 指でござしごしパステルアート 初級・中級	初級:5/16(火) 午後1時～3時 中級:6/6(火) 午後1時～3時30分	初級: 10人 中級: 6人	初級: 800円 中級: 1,000円	事前 先着
3 大人の女性のメイクレッスン アイメイク編 ◆16歳以上の女性	5/24(水) 午前10時～午後0時20分 5/26(金) 午後7時～9時20分	各8人	1回 1,000円	
4 オススメ 楽しく学べる 韓国語サー クル体験A～C(2日制) ◆A:韓国語を初めて学ぶ16歳 以上の方 ◆B:韓国語の簡単な読み書き ができる16歳以上の方 ◆C:韓国語で読み書きができ、 会話がしたい16歳以上の方	5/24(水)・31(水) A:午後2時～2時55分 B:午後3時～3時55分 C:午後4時～4時55分	各8人	20円	
5 元気いきいき体操A・B(8日制) ◆おおむね60歳以上の方	6/2～7/21の毎週金曜日 A:午前11時～午後0時30分 B:午後1時30分～3時	A:25人 B:40人	3,520円	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
1 オススメ 楽しくモダンバレエ サークル体験A・B(2日制) ◆A:2歳10カ月～小学2年生 ◆B:小学3～6年生	6/6(火)・13(火) A:午後3時30分～4時45分 B:午後4時30分～6時	各15人	20円	事前 先着
2 いきいき健康体操(8日制) ※初回のみお試しレッスン可 ◆おおむね60歳以上の方	6/7～7/26の毎週水曜日 ※お試しレッスンは6/7 午前10時～11時30分	30人	4,080円 (おとし 510円)	
3 楽しく学ぶ小学生イングリッシュ お話しレッスン ◆小学生	6/14(水) 午後3時30分～4時30分	10人	1,000円	
4 気軽にはじめる大人の トライ英会話	6/16(金) 午後2時～3時	10人	1,000円	
5 元気いっぱいキッズ体操(6日制) ※初回のみお話しレッスン可 ◆3歳～就学前の子ども	6/16～7/21の毎週金曜日 ※お話しレッスンは6/16 午後3時30分～4時30分	40人	2,700円 (おとし 450円)	
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
1 オススメ デモスタイル料理 キャベツ と桜の花寿司など 試食付き ◆20歳以上の方	5/13(土) 午後5時30分～8時	12人	2,300円	事前 先着 【ネット不可】
2 楽しく無理なく ノルディックウォーキング	5/21(日) 午前10時～正午	20人	560円	事前 先着
3 オススメ 料理教室 スパイスチキ ンカレーとスパイスピ クルスなど	5/23(火) 午前10時30分～午後1時30分	12人	1,850円	事前 先着
4 きものリメイク 手縫いで 袖なしチュニック作り(2日制)	5/24(水)・6/28(水) 午前10時～正午	5人	1,100円	事前 先着 【ネット不可】
5 都電沿線バラめぐりツアー	5/26(金) 午前9時30分～正午	16人	300円 (交通費は 実費)	事前 先着
6 ハワイアンリボンレイで作る シルバーリーフのリース(2日制)	6/2(金)・16(金) 午前10時～正午	5人	5,100円	事前 先着
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
1 オススメ サークル体験「女声合唱・ ハーモニーを奏でる楽しさ」 (4日制) ◆18歳以上の女性	5/18・25・6/22・29 いずれも木曜日 午前9時50分～11時50分	15人	無料	事前 先着
2 ニコニコサロン 「五感リトミック」(2日制) ◆2カ月～2歳6カ月の子どもと保護者	6/9(金)・23(金) 午前10時～10時55分	25組	1,700円	
3 わくわくクラフト「木製サイコロ カレンダーを作ろう」 ◆小学生 (小学1～3年生は保護者同伴)	6/11(日) 午前10時30分～11時30分	10人	400円	
4 みんなで知ろう 介護保険制度 とケアの方法	6/24(土) 午後2時～3時	30人	無料	
5 t コンサート 「宮沢賢治と音楽の対話」 ◆小学生以上の方 (小学生は保護者同伴)	6/24(土) 午後2時～4時	300人	1,000円	事前 先着 【ネット不可】
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
1 古典文学講座 「源氏物語とその時代」	5/22(月) 午後2時～4時	20人	無料	事前 先着 【ネット不可】
2 認知症サポーター養成講座 in やよい図書館 ◆どなたでも	6/2(金) 午前10時～正午	20人	無料	事前 先着
3 オススメ 掃除のコツはプロに聞け 「水回り掃除術とウイルス 対策」	6/9(金) 午前11時～正午	30人	無料	事前 先着
4 親子農業体験 「じゃがいもの収穫」 ◆4歳～小学生と保護者	6/17(土) 午前10時～正午 ※栗島小学校集合	10組	620円	事前 先着 【ネット不可】

5月1日～10月31日
はクールビズを実施

■内容=区施設の冷房時の室温を、28℃を目安に設定/区職員の軽装を実施 ※今年も電力需要が高まる夏季に省エネの取り組みへのご理解とご協力をお願いします。 ■問先=環境事業係 ☎3880-5860

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				
5 インドカレー店BINITAでお父さんが喜ぶナンを作ろう ◆4歳～小学生と保護者	6/17(土) 午後2時55分～4時30分 ※場所はBINITA青井店(青井3-5-26)	6組	1,700円	事前 先着 【ネット不可】
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
1 トラディショナルヨガ	6/3(土)・17(土) 午前10時30分～11時30分	各25人	1回 500円	事前 先着
2 オススメ 役立つ! 食育「美味しく食べる健康術」(座学)・「献立の作り方」(料理教室) ◆どなたでも	座学:6/4(日) 午後1時30分～3時 料理教室:6/11(日) 午前11時～午後1時	座学:20人 料理教室:10人	座学:1,000円 料理教室:2,000円	
3 あそびえんげきワークショップ ◆どなたでも ※演劇経験不問(就学前の子どもは保護者の参加が必要)	6/11(日) 午後2時～4時	18人	500円	
4 とうえんげき部(小学生クラス) ◆小学生 ※演劇経験不問	6/12(月) 午後5時30分～7時	15人	500円	
5 チョークアートでイルカを描こう ◆小・中学生(保護者の参加可)	6/17(土) 午後2時～3時30分	12人	700円	
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
1 韓国語サークル体験 初級・中級(2日制) 初級:韓国語を初めて学ぶ16歳以上の方 中級:韓国語で読み書きができる16歳以上の方	5/26(金)、6/2(金) 初級:午後2時～2時55分 中級:午後3時～3時55分	各10人	20円	事前 先着
2 オススメ 講演会 家族で本を楽しもう 本好きな子を育てるために	5/27(土) 午後2時～3時30分	45人	無料	
3 エコなプランターにハーブを植えよう ◆4歳以上の方(小学生以下の方は保護者同伴)	6/11(日) 午前10時～正午	12人	2,000円	
4 親子で楽しむヨガ ◆7カ月～2歳の子どものと母親	6/14(水)・28(水) 午前10時～10時50分	各10組	1回 650円	
5 パパも一緒にハワイアンリトミック ◆あんよができる1歳7カ月～就学前の子どもと保護者	6/18(日) 午前10時～10時45分	12組	990円	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
1 歌って心と体を健康に! 女声コーラスサークル体験教室(2日制) ◆20歳以上の女性	5/24(水)・31(水) 午前10時～正午	10人	無料	事前 先着
2 オススメ 和の心を愉しむ茶の湯体験 教室(裏千家)(4日制) ◆中学生以上の方	5/27～6/17の毎週土曜日 午後1時30分～3時30分	8人	3,080円	
3 終活セミナー「エンディングノート編」(3日制)	5/29(月)、6/5(月)・12(月) 午前10時～正午	30人	800円	
4 優しいぬくもりでスキンシップ ベビーマッサージ教室 ◆2カ月～1歳未満の子どものと保護者	5/31(水)、6/21(水) 午前10時30分～正午	各5組	1回 1,130円	
5 親子の料理教室「キムチチャーハンとオレンジゼリー」 ◆小学1～4年生と保護者	6/4(日) 午前10時～午後1時	8組	1,980円	
6 はじめての離乳食教室 食べる力をはぐくもう ◆2カ月～1歳未満の子どものと保護者	6/17(土) 午前10時30分～11時30分	10組	550円	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
1 親子で楽しい 幼児あそびサークル体験(3日制) ◆あんよができる1歳6カ月～3歳の子どものと保護者	5/18(木)、6/1(木)・15(木) 午前10時～11時15分	10組	700円	事前 先着

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				
2 遊ぼう・動こう・触れあおう ファミリー体操 ◆2～4歳の子どものと保護者	5/20(土) 午前10時～11時	12組	700円	事前 先着
3 オンライン 保塚子どもプログラミング体験 ◆小学生	5/21(日) 午後2時～3時30分	会場:5人 オンライン:5人	無料	5/11必着
4 オススメ 明治大学落語研究会 保塚寄席	5/27(土) 午後1時30分～2時30分	20人	無料	事前 先着
5 楽しく学ぼう 子ども英会話教室(5日制) ◆3歳～就学前の子ども	6/2～30の毎週金曜日 午後3時30分～4時15分	12人	5,000円	
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				
1 千住本町マスターズ(4日制) ◆クロール・平泳ぎともに50m以上泳げる16歳以上の方	6/16～7/7の毎週金曜日 午後6時30分～7時20分	10人	5,600円	事前 先着 【ネット不可】
2 オススメ 大人の初めて水中運動 クラス(4日制) ◆おおむね50歳以上の方	6/22～7/13の毎週木曜日 午後6時30分～7時20分	10人	5,500円	事前 先着
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講座の問い合わせは総合スポーツセンター(下記参照)へ				
1 アロマと呼吸体操&ストレッチ	5/12(金) 午後3時30分～4時30分	20人	920円	事前 先着
2 オススメ ママビクス(6日制) ◆5カ月～1歳5カ月の子どもと母親	6/9～7/14の毎週金曜日 午後1時45分～2時45分	10組	4,140円	
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
1 ボクシングエクササイズ	5/1(月)・15(月)・29(月) 午後3時30分～4時40分	各30人	1回 510円	当日 持
2 「合気道」サークル体験会A・B ◆A:小・中学生(保護者同伴) ◆B:16歳以上の方	5/7(日)・14(日)・28(日) A:午前9時～10時30分 B:午前10時30分～11時50分 5/11(水)・18(水)・25(水) A:午後6時30分～7時30分 B:午後7時30分～8時50分	各5人	1回 10円	事前 先着 【ネット不可】
3 「子ども新体操」サークル体験会A・B ◆A:3歳～就学前の子ども ◆B:小学生(いずれも保護者同伴)	5/9(火)・16(火) A:午後3時45分～4時30分 B:午後4時40分～5時55分	各10人	1回 10円	
4 「トランポリン」サークル体験会 ◆3歳～中学生(小学生以下の方は保護者同伴)	5/10～6/28の毎週水曜日 午後4時～5時	各4人	1回 350円	
5 オススメ ボディーシェイプ(7日制)	6/6～7/18の毎週火曜日 午前10時20分～11時50分	30人	3,920円	事前 先着
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				
1 たのしい障がい者水泳教室 ◆障がいのある方	6/3(土) 午後3時30分～4時20分	10人	1,010円	事前 先着
2 オススメ 子どもリトミックA・B(4日制) ◆A:1歳3カ月～2歳の子どものと保護者 ◆B:1歳10カ月～3歳の子どものと保護者	6/21～7/12の毎週水曜日 A:午前10時～10時45分 B:午前11時～11時45分	各8組	4,000円	
平野運動場 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
1 オススメ グラウンドゴルフ広場	5/1(月)・15(月)・29(月) 午前10時～正午	各25人	1回 310円	当日 用

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広報係へ ☎3880-5815

足立区国保 特定健診の **受診券** は
5月中旬に発送されます

◆ご自宅に受診券が届いたら
早めに健診を受けましょう

※令和4年度に足立区立小学校6年生の皆さん、
足立区立中学校3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

令和4年度「特定健診受診勧奨の標語キャンペーン」優秀作品

**いち早く 受けて安心
特定健診**

伊興中学校3年 八木 陽太

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)

福祉葬
ご対応致します

孝行舎

区民のお葬式

式を行わない火葬のみ 通夜を行わない1日のお葬式

火葬式プラン 1日葬プラン

「区民のお葬式」は「火葬式(直葬)」と「1日葬」に
特化した安心価格のプランです。

町屋斎場・四ツ木斎場・谷塚斎場・右記ホールで
施行できる新プランです!!

安心価格
10名前後の家族葬用
提携ホールも
ご案内できます

足立区役所から一番近くの葬儀社

株式会社 孝行舎
東京都足立区中央本町 1-19-2
365日 24時間 受付 **0120-81-5548**
はい こうこうしゃ

一般葬・大型葬・2日葬も通常プランにて承っております。詳しくはお問合せ下さい。

雨漏検査!!

難解な雨漏りを即解決

特殊検査液で雨漏り原因を
ピンポイント解明! 壁、天井のしみを
みつけたらまず、ご一報下さい

検査・修繕 見積 無料

修繕費の無駄はカット

03-5876-5801

株式会社サーベイ
東京都葛飾区立石 7-31-7

今年で開園30周年!

生物園にホタルを見に行こう



生物園ホームページはコチラ

生物園の初夏の人気イベント「ホタルの夕べ」をさらにお楽しみいただくために、今号では「ホタルの飼育」を特集します。

■問先=生物園 ☎3884-5577

ホタルのことなら私にお任せください



ホタルへのLOVE♡は園内随一! 10年間ホタルの担当を務めるプロフェッショナルです。

案内人: 生物園 ホタル担当 こめまさん

イベント

プールに放ったホタルの光を觀賞しよう!

「ホタルの夕べ」in 生物園

■日時=6月1日(木)~4日(日)、午後7時30分/8時/8時30分 ※各10分程度。園内の見学不可。荒天により中止の場合あり ■定員=1日900人程度 ■費用=1人500円 ※就学前の子どもは無料。申し込み方法など、くわしくは生物園ホームページをご覧ください。

桜花亭でもホタルを觀賞できます! くわしくは、次号(あだち広報5月10日号)でお知らせします。

生物園では2種のホタルを飼育中!

※イベント「ホタルの夕べ」には、ゲンジボタルが登場。ヘイケボタルは、イベント期間中、園内で幼虫の様子を見ることができます(開園時間中のみ)。

ゲンジボタル



◀日本に生息するホタルの中では大型。成虫になるとオスは1.5cm、メスは2cmくらいになる。5月~6月ごろ、山間の小川などで見ることができる。赤い部分に黒い十字のような模様があるのが特徴

ゲンジボタルの豆知識①

- イベント「ホタルの夕べ」の主役です!
- オスは飛びながら光り、メスは草木にとまって光ります!
- 光るタイミングを合わせる習性があり、集団で同時に光る様子は圧巻!



ヘイケボタル

◀成虫でも体長1cm程度。点滅するように光るのが特徴。6月~7月ごろ、田んぼの周りなどで見ることができる。赤い部分に黒い帯状の模様があるのが特徴

田んぼに生息し、米粒のように小さいので「コメボタル」とも呼ばれます!

ゲンジボタルの飼育に密着!

ポイント1 自然を再現した飼育環境!

ゲンジボタルの幼虫は水の中で生活します。生物園では、幼虫を水槽で飼育し、**成虫になる時期が近づくと、水槽から自然に近い園内のホタル専用水路に放ちます。**砂利の中に隠れた幼虫を取り出して水路に放つ作業は、骨の折れる仕事です。

取り出し作業

▲砂利の中から一匹一匹取り出す

幼虫



▲エサの貝を食べるゲンジボタルの幼虫

ポイント2 イベントに備えて雌と雄を分ける!

水路に放った幼虫が成虫になった後は、イベントでホタルを觀賞していただくための準備が始まります。**ホタルは交尾・産卵をすると寿命が短くなるので、それを防ぐために雌雄の選別が重要です。**

ゲンジボタルの豆知識②

- ゲンジボタルの一生は約1年間です!
- 成虫になってからの寿命は野生では約1週間しかありません…
- でも、丁寧な飼育で2週間程度まで寿命を延ばすことができます!



プロの技! 雌雄の選別



▲発光器(ホタルの光る部分)の違いで雌雄を見分ける

① 生きものたちとあなたの思い出 大募集

■内容=生物園での思い出やエピソードを募集し、園内に展示する ※申し込み方法など、くわしくは生物園のホームページをご覧ください。

■問先=生物園 ☎3884-5577

② 「子ども記者になろう!」in 生物園

■内容=子ども記者になって生物園の裏側取材する ※取材した内容は、あだち広報9月10日号の特集に掲載予定 ■対象=小学生 ■定員=2人(選考) ■取材日=6月25日(日) ■申込=区のホームページからオンライン申請 ■申・問先=広報係 ☎3880-5815



▲くわしくはコチラ

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広報係へ ☎3880-5815

舞台の力が、世界を元気にする。

大地真央 芸能生活50周年記念公演

最高のおバハン

中島ハルコ

9月2日(土)~10日(日)

全席指定:11,500円
足立区民割引:11,000円

6月17日(土)10時-発売開始! ※窓口販売・予約引取開始6/19(日)-
※未就学児入場不可。 ※フレンズ会員割引あり。 ※詳細はお問い合わせください。

チケット申込 TEL 03-5244-1011 (10時~18時)

創造文化のターミナル

シアター1010

東京都足立区千住3-92 千住ミルティス I 番館10階

お問合せ: TEL 03-5244-1010 https://www.t1010.jp/
足立区シアター1010指定管理者(共立・キョードー東京・大星ビル管理共同事業体)

この町のお抱え工務店

相談・見積 ¥0

地域密着 真心対応

豊富な経験と実績

リフォーム・リノベーション

雨もり 内外装 水廻り

新築 介護リフォーム

住宅リフォーム事業者団体 国土交通大臣登録

東洋堂ハウスSP

東京都知事許可(般-2)第144283号

本社・足立支店 03-5849-3090
足立区東綾瀬1-24-13 東洋堂ハウスSP第1ビル

北千住支店 03-6806-2981
足立区千住龍田町10-9

下肢静脈瘤は早期の発見が大切です

足にこのような症状はありませんか?

- ☑ 足のむくみがひどく、腫れて痛い
- ☑ 足のかゆみがおさまらない
- ☑ こむら返りで夜中に目が覚める
- ☑ 足の血管の痛みがある
- ☑ 足の血管が浮いている
- ☑ 足が重い
- ☑ 足が痛い

北千住静脈瘤クリニック 院長 入谷哲司

上記の症状がある方は下肢の血管状態の悪化、もしくは下肢静脈瘤の可能性があるので、静脈瘤検査を受けられることをおすすめします。

無料 静脈瘤検査 4月26(水) 5月10(水)・17(水)・24(水)・27(土)・31(水)

※静脈瘤の検査(無料)は電話予約制です。必ず事前にお電話でご予約ください。検査項目:超音波エコーによる足の血管チェック ●下肢静脈瘤 ●血管年齢測定

北千住静脈瘤クリニック | 新型コロナウイルス感染症対策を実施しています

03-5284-6686 東京都足立区千住3-33 三鈴ビル2階

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~12:00 ○ ○ ○ × ○ ○ △

13:00~17:00 ○ ○ ○ × 18:00 ○ △

アクセス:北千住駅西口徒歩3分

※診察の際は、健康保険証をお持ちください。GW休診:5/3(水)~5/7(日)は休診となります。△:月1回、日曜診療あり(5月は21日に診療) ※日曜診療は予約制です

同クリニック美容皮膚科にて 完全予約制 5月相談日程/毎週月曜日

無料美容相談 受付中 1(月)・8(月)・15(月)・22(月)・29(月)

広告

外壁塗装はあらたにお任せ! (株)あらた 0120-830-810 足立区千住2-34 大久保ビル5F