

2022年(令和4年)

9月25日 第1888号

〒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 広報

んっ、ちよろいね

次は、あなたかも

しれない!

おれが、ワタシが...

1月~7月時点  
区内の被害総額 **約6,880万円**  
キャッシュカードを渡してしまう  
**預貯金詐欺が26件発生!**  
**キャッシュカードは渡さない! 暗証番号は教えない!**  
銀行の職員や警察官、区の職員などが  
キャッシュカードや暗証番号を求めることは **絶対にありません!**

## 特殊詐欺

### 預貯金詐欺の手口の例

① 詐欺犯Aが区役所職員をかたり電話をかける

足立区役所〇〇課です。医療費の還付金があります。銀行はどちらをご利用ですか? 後ほど銀行から連絡が入ります。

えっ、うれしい!

② 詐欺犯Bが銀行員をかたって電話をかけ、口座情報を聞き出す

〇〇銀行です。還付手続きに必要なため、口座番号・暗証番号を教えてください。

お調べしたところ、還付手続きのためにはキャッシュカードを交換する必要があります。一度、お持ちのカードをお預かりします。

ちょうど近くに職員がいるので、これから向かわせます。

わ、わかりました

③ 詐欺犯Cが銀行員を装って自宅に行き、カードを回収する

どうもありがとうございます

やったぜ!

キャッシュカードをお預かりします。新しいカードは後日送ります。

問先 (区)生活安全推進担当 ☎3880-5838

特殊詐欺対策は2面へ

# 特殊詐欺を防ぐ2つの対策!

■問先=(区)生活安全推進担当 ☎3880-5838

## 対策1 詐欺電話を警告メッセージで撃退

電話をかけてきた相手に自動でメッセージを流し、通話を録音します。自分の声が録音されることを嫌う犯人は電話を切ってしまうので、効果的です。

無料で貸し出し

防犯のため、会話内容を録音します



▲自動通話録音機

■対象=区内在住でおおむね65歳以上の方がいる世帯 ※申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。

## 対策2 本物の詐欺電話を聞いてみよう

詐欺犯との実際のやり取りを聞き、詐欺を疑似体験! 巧みな犯人の手口を知って、被害を防止しましょう。

(区)アポ電体験ダイヤル  
☎3880-5700

※通常の通話料金がかかります。警視庁ホームページで公開中の音声の短縮版が流れます。

警視庁ホームページ



# 各署それぞれのアイデアで 犯罪対策を強化中! (前編)

今号と10月25日号の2回に分け、区内4警察署の取り組みを紹介します。

## 綾瀬警察署 孫からのメッセージで特殊詐欺を防止!

管轄区域内の学童保育室に、特殊詐欺防止に関するメッセージ付きの塗り絵を配布。塗り絵には「サギの電話」に気をつけてね!といったメッセージや、詐欺にあわないための注意事項などが書かれています。子どもたちから祖父母へ渡すことで注意を促します。

似顔絵やメッセージを書くこともできます



## 西新井警察署 「より伝わる」交番新聞を作成しています

警察と区民をつなぐコミュニケーションツールである「交番新聞」をさらに「伝わる」紙面にするため、(区)シティプロモーション課\*がアドバイス。イラストや写真を積極的に使用したり、文字の大きさにメリハリをつけたりなど、工夫を凝らしています。★…区の各部署が作成するチラシ・ポスターの改善をサポートする課

検討段階のデザイン → 最終デザイン



西新井警察署やその管轄の交番などで配布

# 「新型コロナウイルス感染症」関連情報

あだち広報の掲載内容は9月16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。

- 区の施設やイベントなどは、感染症対策を講じておりますが、利用制限や中止・延期にすることがあります。
- イベントなどに参加の際は、マスク着用などに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。

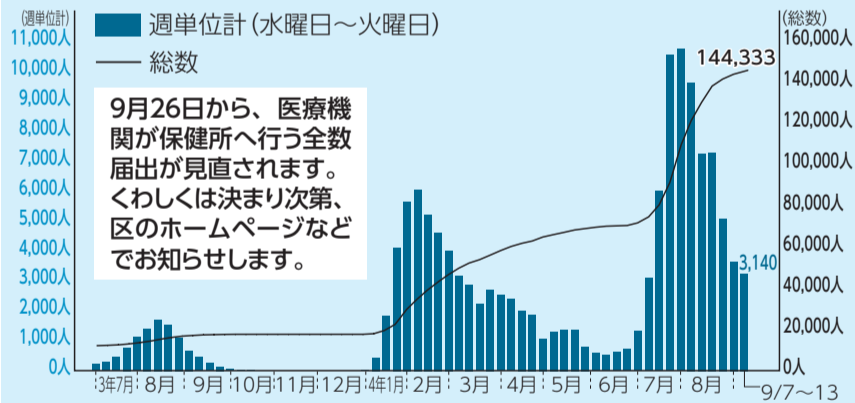
関連情報についてくわしくはコチラ



## 区内での感染者の発生状況(9月16日時点)

【週単位の感染者数および総数\*】

★…2年4月1日を基準日とし、集計は「診断日(PCR検査または抗原検査で陽性を確認した日)」で行う



## 9月7日から療養期間が短縮されました

入院していない有症状者は、発症日の翌日から7日間経過かつ症状軽快後24時間経過すれば、検査なしで療養期間終了となります。無症状者は、検体採取の翌日から7日間に変更はありませんが、5日目に検査キットで陰性を確認した場合は療養期間終了となります。

※療養期間中でも条件を満たすことで外出等が可能になりました。くわしくは区のホームページをご覧ください。



## 小児(5~11歳)ワクチン3回目接種情報

■対象=2回目接種後、5カ月を経過した5~11歳の方 ■接種券発送時期=>4年5月1日~14日に接種した方…9月26日(月) >5月15日~31日に接種した方…10月11日(火) ■接種場所=区内医療機関 ■使用ワクチン=ファイザー(小児用) ※オミクロン株対応ワクチンとは異なります。予約方法など、くわしくは接種券に同封の案内を参照

## 10月1日から足立区コロナワクチン予約・相談ダイヤルの受付時間が一部変更となります

土・日曜日の受付時間が午前8時~午後6時となります。 ※9月30日(金)までは、毎日、午前8時~午後8時 ☎0120-230-377

## 10月半ば以降 本格開始 オミクロン株対応ワクチン接種

■接種対象=1・2回目接種が完了した12歳以上の方  
▲接種間隔は、最終接種日から5カ月です。

◆10月5日から接種券を順次発送

発送対象(3・4回目接種券をお持ちの方にも改めて発送)	発送時期
4年5/31までに最終接種として3回目の接種をした55~59歳の方	10/5(水)
4年5/31までに最終接種として2~4回目のいずれかの接種をした12歳以上で上記以外の方	10/11(火)

※いずれも年齢は4年10月1日時点。6月以降に最終接種した方への発送は、決定次第、区のホームページなどでお知らせします。予約方法など、くわしくは接種券に同封の案内を参照。オミクロン株対応ワクチンの接種券が届きましたら、未使用の3・4回目接種券は廃棄してください。

◆4回目接種の対象で未接種の方は、前倒し接種が可能

■接種開始日等=>区内医療機関…9月24日(土)以降、準備が整い次第、順次実施 >区役所庁舎ホール…10月4日(火) ※いずれもお手元の接種券をご使用ください(3回目接種券をお持ちの方も接種可)。くわしくは区のホームページを参照。すでに予約済みの方も、前倒し接種が開始次第、オミクロン株対応ワクチンの接種となります。

## 区役所庁舎ホールでのワクチン接種を再開

■接種開始日=10月4日(火) ※毎週月曜日、10月8日(土)・9日(日)は休止 ■時間=午前9時~11時30分/午後1時~5時30分 ※接種時間は変更となる場合があります。 ■対象=1~4回目の接種券をお持ちの12歳以上の方 ■使用ワクチン=モデルナ ※1・2回目接種の方は、オミクロン株対応ワクチンとは異なります。

## 「臨時給付金」関連情報

国が新たに発表した「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金(1世帯5万円)」については、決まり次第、区のホームページなどでお知らせします。



申請受付中	9月30日(金) (消印有効)まで	住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金(1世帯10万円)
	10月1日(土) (消印有効)まで	「あだちから」生活応援臨時給付金
	12月31日(土) (消印有効)まで延長	生活困窮者自立支援金

◆放射線量の調査 (雨天時を除く、平日)

日付(9/1~14)	1	2	5	6	7	8	9	12	13	14
測定値(マイクロシーベルト/時)	—	—	0.06	0.06	0.06	0.06	0.06	0.06	0.07	0.07

■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



# ひとり親家庭などを応援！

■申・問先=親子支援課 ひとり親家庭支援担当 ☎3880-5932

## 暮らしを応援

無料で利用  
できます

区では、ひとり親家庭の方などに、様々な支援を行っています。各事業や相談窓口は「豆の木」のロゴが目印です。



### スマホから簡単に！ 情報入手や生活の相談

#### ◆豆の木メール・応援アプリ

無料のイベント情報やひとり親家庭向けの手当の振込予定日など、暮らし・子育てに関する情報をお知らせします。



登録はコチラ

#### ◆ひとり親家庭向け相談公式LINE

##### 「子育てパレットsingle-p」

生活・子育ての困りごとやモヤモヤした気持ちなどの相談ができます。



LINEはコチラ

### 悩みごと・困りごとの相談や情報交換の場

#### ◆サロン豆の木

■日時=毎月第2・4土曜日、午後2時～4時/毎月第3土曜日、午後2時30分～4時30分 ■内容=生活に役立つ講座や親子で楽しめるイベント/困りごとの個別相談 ※定員あり。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。



くわしくは  
コチラ

#### ◆豆の木相談室

■日時=平日、午前9時～午後4時 ■場所=区役所 ■内容=自分自身や子どものことなど、不安や悩んでいることの相談 ■相談方法=電話/窓口 ※オンライン相談なども実施。くわしくは区のホームページをご覧ください。



くわしくは  
コチラ

## 就労と自立を応援

児童扶養手当受給中の方などが対象

### 資格取得をサポート

講座などの費用を助成

#### ◆自立支援 教育訓練給付金

就職に有利な資格取得などのための講座受講費用を支給

支給額 受講費用の全額(上限あり) ※1万2,000円以下は支給不可

#### ◆高等職業訓練 促進給付金

国家資格取得(看護師など)に必要な法定の修業期間(最長5年)を対象に生活費の一部として助成金を支給 ※住民税の課税状況により支給額が異なります。

支給額 月額10万円(非課税世帯)/月額7万500円(課税世帯)

#### ◆育児支援サービス利用料金助成

上記いずれかを受給中の方はさらに!

実習や試験など、修学のために利用した、小学生以下の子どもの一時的な保育や送迎支援費用などを対象に助成金を支給

支給額(上限) 月額3,000円

### 学び直しをサポート

より良い条件での就職のために

#### ◆高校卒業程度 認定試験 合格支援事業

高校卒業程度認定試験合格のための講座受講費用(通信を含む)を支給

支給額(上限) 30万円

### 就職活動をサポート

区とハローワークが連携

#### ◆自立支援プログラム

履歴書の書き方・面接の練習などの支援や、3カ月程度の職業訓練などを通して就職活動をサポート

—いずれも—

そのほかにも支給要件あり。申し込み前に面談が必要(要予約)。くわしくは区のホームページをご覧ください。



## 早期発見で 5年生存率が90%以上! 女性がん検診の受診を!

女性の主ながんにおける5年生存率  
全国がんセンター協議会加盟施設 2011~2013年診断例  
(出典:公財)がん研究振興財団「がんの統計2022」

ステージIで発見できれば  
圧倒的に高くなる!

子宮頸がん

ステージIV 26.5%  
ステージI 93.6%

乳がん

ステージIV 38.8%  
ステージI 100%

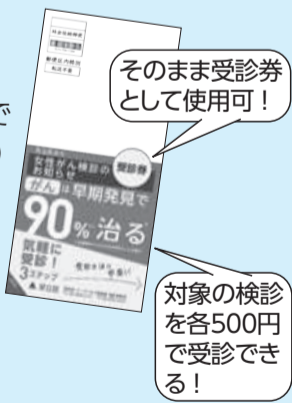
子宮頸がんは近年若年化の傾向で、20代後半から増加し、30代後半～40代がピークです。また、乳がんは40代～50代女性のがん死亡原因第1位となっています。「行くのが面倒」「検査が怖い」という理由で検診を避けていませんか? 早期のうちには症状が現れないので、まずは受診しましょう!

■問先=健診事業係 ☎3880-5121

### NEW もっと便利に! 女性がん検診リーフレット型受診券

8月下旬に22～58歳までの偶数年齢の女性(今年度すでに受診券を受け取った方は除く。年齢は5年3月31日現在)に、リーフレットを送付しました。 ※対象の検診のみを記載

■検診対象=▷子宮頸がん検診…20歳以上の女性 ▷乳がん検診…40歳以上の女性 ※いずれも前年度受診済みの方は除く ■受診期限=5年2月28日(火) ※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、お早めに受診をお願いします。



そのまま受診券として使用可!

対象の検診を各500円で受診できる!

### 10月はピンクリボン月間



乳がんは日本人女性の9人に1人がなるといわれています。早期発見には2年に1回の定期的な検診のほか、月に1回継続的なセルフチェックがとても大切です。

セルフチェックの方法はコチラ▶

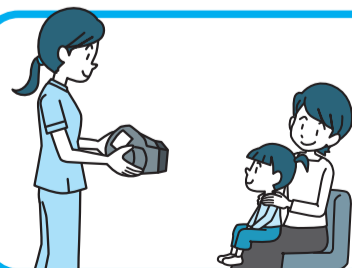


### がん検診は、年齢や性別によって受診できる内容が異なります

区のホームページはコチラ▶



がん検診の種類や対象者、自己負担額など、くわしくは区のホームページをご覧ください。がん検診受診券を申し込む際は、24時間、どこからでも申し込み可能なオンライン申請が便利です。受診券を無くした場合でも、再発行が可能です。



## NEW 3歳児健康診査で「目の屈折検査」を10月から開始!

暗い部屋の中で保護者の膝の上に座り、機器を数秒見つめることにより検査ができます。弱視・斜視などの可能性を早期に発見し、必要な方には医療機関をご案内します。

■対象=10月以降の3歳児健康診査受診者 ■問先=保健予防係

☎3880-5892





## 郵送申し込み記入例

区  
〒120-8510  
切手  
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。

〇〇講座  検索

## 子育て・教育

### 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1 ■時間=午前10時  
30分～11時15分 ■対象=開催日

表1 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
江北 ☎3896-4004	10/25(火)	8人(9/26から先着順)
中央本町地域・保健総合支援課 (足立保健所内) ☎3880-5351	11/11(金)	10人(10/11から先着順)
千住 ☎3888-4277	11/22(火)	12人(10/24から先着順)

## 休日接骨院当番所(10月分)

骨折や脱きゅう、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
2日	大出接骨院(大谷田3-8-17)	5616-9664
	清水整骨院(江北7-23-1)	3896-9778
9日	さくら整骨院(花畑4-39-11)	3884-7118
	高石接骨院(関原3-40-18)	3840-4951
10祝	白川はりきゅう接骨院(東保木間2-1-6 天満屋ハイツ101)	3885-8665
	力神堂整骨院(本木1-21-1)	3887-5804
16日	鹿浜久松接骨院(鹿浜1-12-16)	3853-1537
	横山接骨院(神明2-10-14)	5697-6990
23日	うめい整骨院(西新井2-30-13)	3899-9422
	藪野鍼灸接骨院(六町4-5-5)	5809-6789
30日	田村接骨院(六木4-5-24)	3628-3914
	みやかわ整骨院(西伊興2-4-15)	5647-9739

■時間=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

## ウクライナから避難されてきた方への支援

生活支援一時金 避難民1人につき10万円を支給します。  
■問先=(区)地域調整課 多文化共生担当 ☎3880-5177



ワンストップ相談窓口 必要な情報や相談先をご案内します。■問先=  
(都)ウクライナ避難民ワンストップ相談窓口(平日、午前10時～午後4時)  
☎6258-1227

## 受付中 ウクライナ 人道危機 救援金

募金箱での募金 ■設置期間=5年3月31日(金)までの平  
日、午前8時45分～午後5時 ■設置場所=区役所/区民事務  
所 ■問先=(区)地域調整課 管理係 ☎3880-5855



現在、区内在住で11カ月以上の子  
どもの保護者 ■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

## 5年4月入園の 私立幼稚園・認定こども園 (短時間利用)の園児募集

### ◆私立幼稚園・私立認定こども園 (短時間利用)

■対象=平成29年4月2日～令和2  
年4月1日生まれの子ども ■申込=  
願書を持参 ※願書は10月15日(土)  
から入園を希望する園で配布 ■申  
し込み開始日=11月1日(火) ■申・問  
先=入園を希望する園 ※各園の  
場所など、くわしくは子ども政策課、  
区民事務所などで配布する「私立幼  
稚園ガイド」を参照 ■問先=子ども  
政策課 私立幼稚園第一係・第二係  
☎3880-6147

### ◆区立認定こども園(短時間利用)

■対象等=区内在住で平成29年4  
月2日～31年4月1日生まれの子  
ども ※保育料・給食費は無料 ■募

集園等=表2 ■保育時間=長期休業  
中を除く平日、午前9時～午後2時  
※預かり保育(午後2時～5時)あり  
■申込=申込書類を持参 ※「園児  
募集のしおり」と申込書類は10月14  
日(金)から区立認定こども園、子ども  
施設入園課で配布 ■申込日=11月  
1日(火)・2日(水)・4日(金) ■申・問先=  
入園を希望する園(表2)/子ども施  
設入園課 入園第一係～第三係  
☎3880-5263

—いずれも—

※認定こども園の長時間利用は、  
保育施設(認可保育所など)の令和5  
年4月利用と同様の申し込みです。  
保育施設の利用案内はあだち広報  
10月25日号に掲載予定

表2 区立認定こども園(短時間利用)  
募集園等

申・問先	電話番号
おおやたこども園	3620-7591
鹿浜こども園(第一園舎)	3855-4447
元宿こども園(第一園舎)	3882-9466

※募集人数など、くわしくは「園児募集の  
しおり」を参照

## 児童手当の10月期 (6月～9月分)は 10月4日(火)以降に振り込み

9月27日(火)に受給者へ支払通知  
書を発送します。出生・転入により  
新たに申請した方は、申請月の翌

月分から支給を開始します。

4年度現況届が届いた方で、未  
提出の場合は今回の振り込みがで  
きません。至急現況届を提出してく  
ださい。支給金額などは、通帳を  
記帳し確認のうえ、お問い合わせく  
ださい。 ※振り込みは金融機関  
により数日遅れる場合があります。

なお、10月支給分から、制度改  
正のため、所得額に応じて手当が  
支給されない方がいます。くわしく  
は区のホームページをご覧ください。  
■問先=児童給付係

☎3880-6492

## 税金・国保・年金

### 10月支給分の公的年金から 住民税の特別徴収(天引き) を開始

■対象=次のいずれかに当てはまる  
公的年金受給者…3年4月2日～4  
年4月1日に65歳になり住民税が課  
税されている/過去に特別徴収が  
中止となり、今年度再び対象となっ  
た ※天引きされる住民税額は、  
送付済みの納税通知書に記載 ■問  
先=課税第一係～第四係  
☎3880-5230～2/☎3880-5418

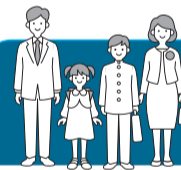
## 献血(10月分)

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
9日	東京芸術センター(千住1-4-1)	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

■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4月に区立小・中学校に入学する お子さんの保護者の皆さんへ

### 希望選択票と就学時 健康診断通知書の送付

■対象=区内在住で5年4月に小・  
中学校に入学する方 ■内容=学校  
選択のための希望選択票を10月  
月上旬に送付 ■提出先等=学務課  
就学係へ提出(10月21日(金)消印  
有効) ※小学校に入学する方  
には就学時健康診断通知書を同封。  
希望選択票に記入した小学校で  
10月～12月に就学時健康診断を  
受診 ■問先=▷希望選択票…学務  
課 就学係 ☎3880-5969  
▷就学時健康診断通知書…学務  
課 学校保健係 ☎3880-5971

### 学校公開と学校説明会

■期間=10月上旬～中旬 ■時間=  
▷小学校…午前9時30分～11時  
30分/午後1時30分～3時30分  
▷中学校…午前9時30分～11時  
30分/午後1時30分～5時 ※い

ずれも日程は学校行事などにより  
各学校で異なる。各学校の日程  
は区や各学校のホームページ、  
学務課などで公表 ■対象=5年4  
月に区立小・中学校に入学する  
方の保護者や地域の方など ■申  
込=不要 ※当日直接会場へ ■  
問先=学務課 就学係  
☎3880-5969

### 「学校情報データブック」配布

■内容=区立小・中学校の教育  
活動などを紹介 ■配布場所=区  
民事務所/学校支援課/学務課  
※区のホームページからも閲覧  
可。5年4月に小・中学校に入学  
する区内小学校・保育園・幼稚園・  
認定こども園・認証保育所の在  
籍者には、学校・園などから10  
月上旬までに配布 ■問  
先=学校支援課 庶務係  
☎3880-5961



国民健康保険加入者に、ジェネリック医薬品に切り替  
えた場合の差額のお知らせを10月7日(金)発送(予定)

■対象=4年4月に生活習慣病に関する医薬品代を支払い、1カ月に100円以上の薬剤費軽  
減が見込まれる方 ※対象の医薬品のみ ■問先=国民健康保険課 給付担当 ☎3880-5241

**健康・衛生**

**40歳前の健康づくり健診  
(無料・2日制)**

■日程等=表3 ■受付時間=▷午前…9時～11時 ▷午後…1時～3時 ※30分単位で予約可 ■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5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=電話 ■期限=10月31日(月) ■申・問先=クレモナ会 ティーエムクリニック(区委託事業者)(平日、午前9時30分～正午/午後1時～5時) ☎0120-973-493

表3 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 (9/26から先着順)
竹の塚	12/3(土)	5年1/21(土)	各50人
中央本町地域・保健総合支援課 (足立保健所内)	12/5(月)	5年1/23(月)	各40人

**創業プランコンテスト  
新製品・新事業開発補助金**

区内で新規性が高い事業を展開する方を応援するための補助金制度「創業プランコンテスト\*1」受賞者と「新製品・新事業開発補助金\*2」採択者が決定しました。くわしくは区のホームページをご覧ください。

- ★1…区内経済の活性化・産業振興を目的に、優秀・斬新なアイデアを持つ起業家から事業計画を募集・表彰し、事業費の一部を補助
- ★2…区内で行う新しい製品・技術・サービスなどの開発を伴う革新的事業に対し、事業費の一部を補助

創業プランコンテスト 受賞者			
■問先=(区)創業支援係 ☎3880-5495			
	提案者	提案事業名	提案概要
最優秀賞	サイコ 株薬zaiko 代表取締役 海老沼 徹	アレルギー患者を自立させるオンライン薬局	オンライン薬局事業/アレルギー分野における情報提供サービス
優秀賞	エトエ 株ETOE 代表取締役 渡邊 絵美	ラストランジェリー	亡くなられた方が着用する下着の製造・販売
奨励賞	ジンプシー Ginpsy合同会社 代表社員 山口 真弘	設備を持たない旅する蒸留所	日本人の味覚に合うクラフトジンの開発・販売

新製品・新事業開発補助金 採択者			
■問先=(区)イノベーション推進担当 ☎3880-5496			
	提案者	提案事業名	提案概要
	株アガタ 代表取締役 田賀 俊行	厨房用排気ダクト内に蓄積された油汚れの厚みを測定するIoT汚れセンサーの開発	火災予防の観点から、遠隔でダクト内の油汚れの厚みを測定できるセンサーの開発をめざす
	日商印刷株 代表取締役 秋葉 謙士	試作品開発により利便性を向上させたハイブリッド型ICカードの提供	「接触」と「非接触」の両機能が使えるハイブリッド型ICカードの試作品開発
	プライムドット PRIMEdot株 代表取締役 藤井 秀世	ポータブル機器などの生産性向上ニーズに応える製造機械	電子機器の熱対策に用いられる塗布機器の生産性向上のための改良

**福祉・高齢医療**

**73歳以上の区民に  
無料マッサージ(10月分)**

■日程等=表4 ■時間=午前9時40分～午後3時40分 ※1回20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

**生活支援サポーター  
養成研修(2日制)**

■日時=11月2日(水)・14日(月)、午前9時45分～午後5時 ■場所=竹の塚地域学習センター ■対象=介護サービスを受けていない18歳以上で、区の指定を受けた訪問介護事業所での雇用を希望する方 ■内容=講義などを通して、専門的技術・知識が不要な介護サービス(掃除/ごみ出し/見守りなど)の担い手「生活支援サポーター」資格を取得 ■定員=30人(9月26日から先着順) ※保育あり(要予約) ■申込=電話/区のホームページからオンライン申

表4 73歳以上の区民に無料マッサージ(10月分) 日程等

場所	日程	申し込み開始日時	定員(先着順)
綾瀬住区センター	9(日)	9/30、午前10時	各48人
	23(日)	10/14、午前10時	
竹の塚障がい福祉館	18(火)	9/30、午後2時	各56人
	25(火)	10/14、午後2時	

**高齢者インフルエンザ  
ワクチン予防接種が受けられます**

無料

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

厚生労働省は、季節性インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の同時流行が懸念されることから、65歳以上の方の積極的なインフルエンザワクチン接種を促しています。期限が決まっているため、余裕をもって接種をお願いします。 ※インフルエンザワクチンと新型コロナウイルスワクチンの同時接種を希望する場合は、事前に医療機関へお問い合わせください。

- 【期間】 4年10月1日～5年1月31日
- 【対象】 接種日現在、区内に住民登録があり次のいずれかに当てはまる方…65歳以上/60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器などの内部機能障がいにより身体障害者手帳(個別等級1級)を所持 ※いずれも年齢は5年3月31日現在
- 【申込】 9月末ごろに区が送付する予診票を持参し、直接23区指定医療機関へ ※予約が必要な場合あり。一部対象者は区内指定医療機関でのみ接種可

**人材募集コーナー**

対象や募集人数、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。



◆常勤職員

職種	勤務内容(例)	勤務条件	雇用開始日	給与月額(予定)	期限(必着)	申・問先
技能VI (作業Ⅲ)	ごみ収集作業	月～土曜日勤務・1日7時間45分(変則勤務あり)	5年4/1以降	▷20歳…約17万8,000円 ▷30歳…約20万9,000円	10/3(月)	人事課 人事係 ☎3880-5831

◆臨時職員

職種	勤務内容(例)	勤務条件	雇用開始日	給与時給(予定)	期限(必着)	申・問先
課税事務	住民税課税事務補助(課税資料の点検)	平日・午前9時30分～午後4時	5年1/1・15、2/1のいずれか	1,093円	10/25(火)	課税課 課税第一係 ☎3880-5231

足立区LINE公式アカウントの機能拡張に向けた事業者を募集

※くわしくは9月27日に公開する区のホームページをご覧ください。 ■問先=デジタル情報・広告係 ☎3880-5514

水入れ替えのため、千住温水プール(スイミー)利用休止 ■期間=10月17日(月)～21日(金) ※総合受付窓口は通常通り利用可(17日を除く) ■問先=千住温水プール ☎3882-2601

**公募・ボランティア**

**環境基金審査会委員**

■対象=区内在住の18歳以上で、年2回程度の会議(平日昼間)に出席できる方 ■内容=区が実施する環境基金助成に申請した事業者・団体などが行う活動の審査 ■任期=5年3月24日~7年3月23日 ■報酬=1回7,000円 ■募集人数=3人 ■選考=作文・面接 ■申込=区のホームページからオンライン申請/募集要項に添付の申込書、作文を区へ郵送 ※作文のテーマなど、くわしくは環境政策課で配布する募集要項を参照(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=10月21日(金)必着 ■申・問先=環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049

**仕事・産業**

**マンスリー就職面接会 「美りの秋 就職応援面接会」**

■日時=10月18日(火)、午後1時30分~4時 ■場所=ムーブ町屋(荒川区荒川7-50-9) ■定員=60人(10月3日から先着順) ■申込=電話 ■申・問先=ハローワーク足立 事業所第二部門 ☎3870-8617 ■問先=(区)就労・雇用支援係 ☎3880-5469

**暮らし・まちづくり**

**10月1日は浄化槽の日 浄化槽の検査・清掃をしましょう**

浄化槽の放流水質の悪化や悪臭

を発生させないために、管理者には定期的な保守点検や清掃が義務付けられており、違反者には罰則があります。適切な管理を行ってください。

◆届出を忘れずに  
浄化槽を撤去したときや使用者が変わったときは、届出が必要です。  
——いずれも——  
※くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=▷法定検査…(公財)東京都環境公社 浄化槽検査係 ☎042-595-7982  
▷保守点検…(一社)東京都水環境システム協会 ☎6458-4614  
▷その他…(区)ごみ減量推進課 業務係 ☎3880-5302

**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 ※毎週金曜日は3時終了 ■内容=マイナンバーカードの新規取得・健康保険証利用登録・公金受取口座登録に伴うマイナポイントの申し込み補助/パソコン等がない方など向けに、最大2万円分のポイントの受け取り手続きを補助 ※マイナンバーカードの申

表2 マイナポイント設定・申し込み 日程等

日程	場所
10/3月~7(金)・31(月)~11/2(水)・4(金)	伊興・興本・花畑地域学習センター/生涯学習センター(学びピア21内)
10/11(火)~14(金)	東和・舎人地域学習センター/江南住区センター/エル・ソフィア
10/17(月)~21(金)	新田・竹の塚・中央本町・保塚地域学習センター
10/24(月)~28(金)	江北・佐野・鹿浜地域学習センター/綾瀬住区センター

請用写真の無料撮影も実施(9月末までにマイナンバーカードの申請をした方が、マイナポイントの付与対象です) ■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) ■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

**10月は3R\*推進・食品ロス削減月間「環境パネル展」を開催**

■期間等=▷区立図書館(15館)…10月1日~30日(各館休館日あり)▷ケースデンキ足立店(小台1-20-6)…4日~10日▷ケースデンキ足立一ツ家店(一ツ家3-8-18)…11日、正午~17日 ■内容=簡単に実践できる冷蔵庫収納術などのパネルを展示(ケースデンキでは「あなたにもできるCO<sub>2</sub>ゼロ行動」なども紹介) ★…[Reduce][Reuse][Recycle]の頭文字で、ごみ減量の合言葉 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=資源化推進係 ☎3880-5027

**10月より「ブンブン号」ではシルバーパスが利用できなくなります!**

花畑桑袋団地と六町駅間で試験運行している社会実験バス「ブンブン号」。本格運行に移行できるよう、3期目の開始日となる**10月1日**から下記①・②の収支率向上策を実施します。収支率24%\*の達成には、今まで以上の利用が必要となりますので、通勤・通学や買い物などでぜひご乗車ください。

★…6カ月ごとに収支率を検証し、2期連続で24%を達成すると本格運行へ移行する

**① 運行ダイヤの変更(減便など)**  
利用実態に合わせ、利用の少ない時間帯や土・日曜日、祝日を減便

**② 乗車割引証の導入(シルバーパスは利用不可に)**  
70歳以上の希望者へ、大人運賃の半額(110円)で乗車できる乗車割引証を(区)交通対策課の窓口で無料発行 ※発行には氏名や生年月日などが分かる公的な本人確認書類が必要。くわしくは区のホームページをご覧ください。

■問先=(区)交通計画係 ☎3880-5718

**審議会等の公開(10月・11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
足立区公契約等審議会	10/14(金)	午後2時~4時	区役所	契約課 工事契約係 ☎3880-5832
足立区都市計画審議会	10/17(月)	午後1時30分~3時		都市建設課 都市計画係 ☎3880-5280
足立区情報公開・個人情報保護審議会		午後2時30分~4時30分	区政情報課 情報公開担当 ☎3880-5225	
足立区居住支援協議会	10/21(金)	午後2時~4時	住宅課 住宅計画係 ☎3880-5963	
足立区地域保健福祉推進協議会 介護保険・障がい福祉専門部会	10/24(月)	午前10時~正午	介護保険課 介護保険係 ☎3880-5887	
足立区総合教育会議	10/27(木)	午後1時15分~2時30分	政策経営課 政策経営担当 ☎3880-5811	
足立区男女共同参画推進委員会		午後2時~4時	エル・ソフィア 多様性社会推進課 男女共同参画推進係 ☎3880-5222	
足立区建築審査会	11/9(水)	午後2時30分~4時30分	区役所 開発指導課 用途照会係 ☎3880-5943	

**パブリックコメント(区民意見募集制度)(9月・10月分)**

区民の方から意見を募集します。くわしくは区のホームページをご覧ください。

件名	期間	問先
新型コロナウイルス感染症対策に係る予防接種事務に関する特定個人情報保護評価書(再評価案)	9/25~10/24	新型コロナウイルスワクチン接種担当課 新型コロナウイルスワクチン接種担当 ☎3880-5449
足立区地域経済活性化基本計画見直し案	9/28~10/27	産業政策課 産業経済協創担当 ☎3880-5464
足立区デジタル・トランスフォーメーション(DX)推進計画(案)	10/1~30	ICT戦略推進担当課 ICT戦略推進担当 ☎3880-5648

**宿泊施設インフォメーション(5年1月分)**

◆鋸南自然の家、日光林間学園(区・宿泊施設)  
■利用日等=表1 ■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=10月1日~10日消印有効 ※10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、11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1 宿泊施設利用日等(5年1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/	1~4・7・8・14・21・28	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.adachiku-nikko.com/	1~4・7・8	

※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。

10月15日(土)~21日(金)の違反建築防止週間に一斉パトロールを実施 ■内容=建築工事現場の建物が建築基準法を守っているかを確認 ■問先=建築監察係 ☎3880-6497

お休みします 駐車場・庁舎ホール・展望レストラン など 10月8日(土)・9日(日)は電気設備法定点検のため、区役所全館を閉館します。 ■問先=本庁舎管理係 ☎3880-5824

シ 午後

**秋のごみゼロ地域清掃活動・美化推進協議会による秋の清掃活動の実施**

**◆秋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  
 10月・11月は美化強化期間です。自宅の周辺や身近な道路などでごみ拾いを行い、まちをキレイにしましょう。

団体での活動には、ごみ袋などの進呈があります。くわしくは区のホームページをご覧ください。

**◆美化推進協議会による秋の清掃活動**

町会・自治会、商店街(会)、事業所などで構成する北千住・綾瀬・西新井・竹の塚・五反野・梅島美化推進協議会では、6駅周辺で「秋の清掃活動」を行います。 ※駅前放置自転車グリーンキャンペーンも同時実施  
**■日程等=表3 ■申込=不要** ※当日直接会場へ

— いずれも —

**■問先=美化推進係** ☎3880-5856

**新規 戸建住宅向け電気自動車等用充電設備設置費補助金制度**

電気自動車などの普及を促し、家庭から排出されるCO<sub>2</sub>量を削減していくため、戸建住宅向け電気自動車等用充電設備設置費補助金制度を実施します。ぜひ、ご活用ください。 ※都の「戸建住宅向け充電設備導入促進事業」を含む、

表3 主要6駅周辺の清掃活動 日程等

日程	受付時間	場所(受付場所)
10/3月		北千住駅(東京電機大学キャンパスプラザ(千住旭町5))
10/6木	午後2時	梅島駅(梅島天満宮(梅島3-2-5))
10/11火		竹ノ塚駅(竹ノ塚駅東口広場)
10/13木	午後1時15分	五反野駅(足立小学校)
10/17月	午後2時	綾瀬駅(都立東綾瀬公園(ハト広場))
11/7月		西新井駅(西新井公園)

他団体の補助制度との併用申請は不可  
**■対象=**区内に住居登録がある方 ※要件あり。くわしくは区のホームページをご覧ください。  
**■補助額=**2万5,000円  
**■期限=**5年2月28日(火)  
**■問先=**環境政策課 管理係 ☎3880-5935

**10月8日(土)・9日(日)は、施設・講座・チケットの窓口予約・料金支払いなどを休止**

**■対象施設=**スポーツ施設/ギャラクシティ/生涯学習センター(学びピア21内)/地域学習センター  
**■内容=**区役所本庁舎の電気設備点検に伴い、各受付窓口での予約・料金支払い・還付・チケットの受け取りを休止 ※荒川河川敷グラウンドの駐車券発券も休止。インターネット・コンビニでの予約・支払いは可。くわしくは区のホームページをご覧ください。  
**■問先=**▷スポーツ施設…スポーツ振興課 スポーツ施設支援係 ☎3880-5989  
 ▷ギャラクシティ…地域文化課 広域施設係 ☎3880-5701  
 ▷そのほか…生涯学習支援課 生涯学習支援第一係 ☎3880-5467

**■空き家無料相談会(10月・11月分)**

**■日程等=表4 ■内容=**所有する空き家の管理や活用方法などを専門家に相談  
**■定員=**各4組(9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)、電話番号、希望日時、「空き家無料相談会」をファクス  
**■申・問先=**空き家担当 ☎3880-5737 ☎3880-5615

**5年「二十歳の集い」は地域別に2回に分けて開催**

今年度から成人式の式典の名称を「成人の日の集い」から「二十歳の集い」に変更します。  
**■日程=**5年1月9日(祝) **■時間=**▷午前…11時~11時45分 ▷午後…2時~2時45分 ※くわしくは区のホームページをご覧ください。  
**■問先=**青少年課 管理調整係 ☎3880-5264

**4年度第2期あだち子どもの未来応援基金を活用した補助金の申請受け付け**

**■対象=**学習支援、体験事業、子どもの居場所など、子どもの健全な成長を支援する団体/子ども食堂やフードパントリー事業など食の支援を行う団体  
**■交付額=**上限30万円(補助率4分の3。4年目以降は補助率2分の1)  
**■申込=**申請書類を区へ郵送・持参 ※申請

書類・募集要項は子どもの貧困対策・若年者支援課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可  
**■申込期間=**10月3日~31日必着  
**■申・問先=**子どもの貧困対策・若年者支援課 子どもの貧困対策係 ☎3880-5717

**★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)

**あだち絵本シアター**

**■日時=**10月10日(祝)、午前10時~午後4時  
**■場所=**シアター1010・10階アトリエ  
**■対象=**就学前の子どもと保護者  
**■内容=**図書館が出張し、絵本の読み聞かせや貸し出しなどを実施 ※同日に11階劇場で絵本音楽会が開催。くわしくは区のホームページをご覧ください。  
**■申込=**不要 ※当日直接会場へ。一部、申し込みが必要なイベントあり  
**■問先=**中央図書館 読書活動推進係 ☎5813-3745

8面に続きます

表4 空き家無料相談会(10月・11月分) 日程等

場所	日程	時間
足立成和信用金庫 北千住地域応援相談プラザ(千住2-57)	10/9(日)	午前10時~正午
	11/11(金)	午後4時30分~6時30分
五反野コミュニティセンター 押入谷住区センター	10/11(火)	午前10時~正午
		午後3時~5時
足立成和信用金庫 西新井地域応援相談プラザ(西新井栄町2-3-15)	10/14(金)	午後4時30分~6時30分
	11/13(日)	
興本住区センター	10/18(火)	午前10時~正午
勤労福祉会館 ※綾瀬4-10-6(元 江戸一万来館)に一時移転中	10/23(日)	
	11/13(日)	午後3時~5時
足立成和信用金庫 六町地域応援相談プラザ(南花畑1-1-30)	10/23(日)	午後2時~4時
エル・ソフィア	11/8(火)	
竹の塚地域学習センター	11/15(火)	午前10時~正午

**「足立区関連本の特設コーナー」を区内に展開！  
 読書の秋は足立にまつわる本を読もう！**



▲昨年の「千住街の駅」の様子

区内の図書館や書店などに、「著者が足立区出身」「物語の舞台が足立区」といった本の特設コーナーを設置します。読書の秋は足立区にまつわる本をぜひお読みください！

**■期間=**10月1日~31日 ※千住街の駅は9月15日、タリーズコーヒー ルミネ北千住店は9月29日開始  
**■問先=**(区)シティプロモーション課 シティセールス担当 ☎3880-5803  
 ▲くわしくはコチラ

**ショーケース展示** 千住街の駅/タリーズコーヒー ルミネ北千住店  
**貸し出し** 区立図書館 15館

**販売** 区内の協力書店 12店(駅前の本屋まこと/くまざわ書店 エキア北千住店(北千住駅構内)・ポンテポルタ千住店・西新井店/CROSSBOOKS EQUiA 北千住中央店・北千住南店(北千住駅構内)/小泉書店/住吉書房 五反野店/ブックスペースワン 北綾瀬店/ブックファースト ルミネ北千住店/ぶっくらんど/文真堂書店 足立花畑店)

**第6回 あだちの輝くお店セレクション**  
 あなたの好きなお店の  
**ラーメン大募集!**  
 つけ麺 ちゃんぽん etc...  
 油そば

抽選で100人に区内共通商品券5,000円分が当たる!

区の魅力発信の一環として、区内の頑張るお店を応援する本事業。昨年は「パンがおいしいお店」をテーマに募集し、応募総数は過去最多の3,457件! 推薦を多く集めたお店は、区のホームページなどに掲載し、PRしていきます。 ※チラシ配架などにご協力いただけるお店も募集しています!

**■推薦対象=**ラーメンを提供する区内のお店  
**■推薦方法=**区のホームページからオンライン申請/チラシと一体になっている推薦ハガキを郵送 ※チラシは産業振興課などで配布  
**■推薦期間=**9月25日~11月30日消印有効  
**■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

7面からの続きです



### 子どものための科学体験連続講座・後期 受講生募集

■日時等=表1 ■場所=ギャラクシティ ■申込=窓口/区のホームページからオンライン申請/氏名(フリガナ)、電話・ファクス番号、希望コース名をファクス ■申込期間=9月25日~10月11日 ■申・問先=青少年課 家庭教育係  
☎3880-5273 FAX 3880-5641

### めざせキャンプの達人

■日時=10月23日(日)、午前10時~午後4時 ■場所=宮城ゆうゆう公園 ■対象=中学生以上の方 ■内容=テント設営、炊事、安全管理などを学ぶ ※20歳以上の方は宮城ゆうゆう公園少年キャンプ場の利用に必要な修了証を取得可(3年更新制) ■定員=20人(抽選) ■費用=600円(材料費など) ■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=9月25日~10月12日 ■申・問先=青少年事業係  
☎3880-5275

### 陶芸体験教室

■日時=10月15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 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=

自由作品を1人1点作る ※作品の引き渡しは12月中旬以降 ■定員=各12人(抽選) ■費用=500円(材料費) ■申込=全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、希望時間、「10月15日陶芸体験教室」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1通で2人まで。1人1回のみ申し込み可 ■期限=10月5日(水)必着 ■申・問先=障がい福祉センターあしすと 社会リハビリテーション室 〒121-0816梅島3-31-19 ☎5681-0131

### みどりの学び場「知ってワクワク 秋の植物さがし」

■日時=11月26日(土)、午後1時30分~4時 ■場所=西新井さかえ公園 ■対象=区内在住・在学の方 ■内容=ボランティアガイドと一緒に秋の公園を歩きながら、樹木や草花の面白い特徴を探す ■定員=20人(抽選) ■申込=区のホームページからオンライン申請/全員の住所・区外在住の方は学校名と所在地・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、講座で知りたいこと、「秋の植物さがし」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1通につき5人まで。1人1回のみ申し込み可 ■期限=10月28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

### 桜花亭 体験講座「池坊宝生流 いけばな教室」(2日制)

■日時=10月21日(金)・28日(金)、午

前10時~正午 ■対象=18歳以上の方 ■内容=花や草木の美しさを心で感じ、華やぐ空間を演出するいけばなの魅力に触れる初心者向け講座 ■定員=5人(9月27日、午前9時から先着順) ■費用=4,000円(材料費など) ■申込=電話/窓口/氏名(フリガナ)、電話番号、「いけばな教室体験」をファクス ■場・申・問先=桜花亭  
☎3885-9795 FAX 3860-0608



### めざせ 荒川魚つり名人

■日時=10月23日(日)、午前10時~

午後3時 ※雨天時は30日(日)に延期 ■場所=荒川ビジターセンター/荒川河川敷・わんど広場 ■対象=小学3年生以上の方 ※小学3~6年生は保護者の参加が必要 ■内容=魚釣りを通して荒川の生きものや環境を学ぶ ※竿の貸し出しあり ■定員=15人(抽選) ■費用=200円(しかけ代など) ■申込=全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢(学年)・電話番号、「めざせ 荒川魚つり名人」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=10月7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

表1 子どものための科学体験連続講座・後期 日時等

コース名	日時	対象	内容	定員
プログラミング(4日制)	12/11、5年1/15、2/19、3/5、いずれも日曜日、午後2時~4時 ※1/15のみ午前10時~正午	小学3年生~中学生 ※小学3・4年生は保護者同伴	マイコンボードを使って、プログラミングの基礎を学ぶ	各10人(抽選)
科学ブロック(4日制)	11/27、12/25、5年2/26、3/12、いずれも日曜日、午後2時~4時		「レゴ® WeDo2.0セット」を使って、ロボットを自由にコントロールする	
星空観察(4日制)	11/5、12/10、5年1/21、2/4、いずれも土曜日、午後6時~8時	小学生と保護者	望遠鏡や双眼鏡で、星空を観察する	10組(抽選)

## あだちスポーツチャレンジ

東京2020オリンピック・パラリンピックからはや1年が経過。区では、オリンピック・パラリンピックのレガシー事業として、オリンピックやトップアスリートを招いたイベントを順次開催します。

◆金井大旺氏(東京2020オリンピック男子110mハードル代表)の「走り方教室」(無料)  
■日時=10月29日(土)、午後1時30分~3時30分 ■対象=小学生 ■内容=ミズノブランドアンバサダーの金井大旺氏から走ることを通じて努力の楽しさを学ぶ ■定員=50人(抽選) ※保護者・見学希望者はギャラリー席から観覧可(申し込み不要) ■申込=電話/窓口/区のホームページからオンライン申請 ■申込期間=9月26日~10月10日 ■場・申・問先=総合スポーツセンター ☎3859-8211

## 官公庁

### 10月1日から東京都の最低賃金が時間額1,072円に改正

※すべての都内労働者に適用  
■問先=東京労働局 労働基準部 賃金課 ☎3512-1614  
東京働き方改革推進支援センター ☎0120-232-865

### 無料公証相談所(電話による無料相談)を開設

10月1日(土)~7日(金)を「公証週間」と定め、特設電話を設置し、遺言や各種契約などの公証事務に関する相談に、法務大臣から任命を受けた公証人が応じます。 ■相談先=無料公証相談所(10月1日~7日、午前9時30分~正午/午後1時~4時30分) ☎3502-8239  
■問先=東京法務局 東京公証人会 ☎3502-8050



### 足立区制90周年記念特別公演 千住落語会 立川志の輔独演会 深い笑いへ誘う

■日時=11月9日(水)、午後6時30分開演 ■内容=テレビ・映画と幅広く活躍中の立川志の輔の独演会 ■定員等=701人(▷電話・ホームページ...9月30日 ▷窓口...10月2日 ※いずれも午前10時から先着順) ■費用=4,500円 ※区内在住・在勤・在学の方は4,300円。フレンズ会員の方は4,050円

### 足立区制90周年記念 小松亮太タンゴ五重奏 with 日野真一郎(LE VELVETS)

■日時=12月3日(土)、午後4時30分開演/4日(日)、午後2時開演 ■内容=足立区出身の小松亮太がこよなく愛する北千住で、ゲストにヴォーカルグループ「LE VELVETS」の日野真一郎、アルゼンチンタンゴダンスのNana & Axelを迎えた、豪華なステージ ■定員=各701人(先着順) ■費用=7,000円 ※区内在住・在勤・在学の方は6,650円。フレンズ会員の方は6,300円

—いずれも—  
※30分前開場。就学前の子どもは入場不可。全席指定 ■場所=シアター1010・11階劇場 ■申込=電話/窓口/ホームページからオンライン申請 ■申・問先=シアター1010  
☎5244-1011 ①<https://www.t1010.jp/>

### 足立区制90周年記念 ギャラクシティ クリスマスコンサート2022 オケストラからの素敵な贈り物

■日時=12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=「おーけすとら・ぴとれ座」による、0歳から鑑賞できる、ダイナミックで壮大な本格的オーケストラサウンドを体感するコンサート ■定員=890人(9月28日から先着順) ■費用=1,800円 ※友の会会員、区内在住・在勤・在学の方は1,500円。小学生以下の方は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。小学生以下の方は保護者同伴。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 ①<https://galaxcity.jp/>



泥の中の生きものを探そう

■日時=10月16日(日)、午前10時～11時/午後2時～3時 ■内容=泥の中にいる生きものを探し、観察する ■定員=各10人(先着順) ※就学前の子どもは保護者の参加が必要 ■申込=不要 ※当日午前9時から会場で参加証を配布 ■場・問先=桑袋ビオトープ公園 ☎3884-1021

チリメンジャコに混ざった生きものを探そう

■日時=10月10日(祝)、午後1時30

分～2時15分/2時45分～3時30分 ■対象=小学生 ■内容=チリメンジャコにまぎれている生きものを見つけて調べ、海の中の多様な生物を知る ■定員=各12人(先着順) ■費用=300円 ※別途入園料が必要 ■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

定立区制 90周年記念 あだち鉄道ミュージアムスペシャル

■日時=10月29日(土)・30日(日)、午前10時～午後4時 ■内容=「鉄道開

業150年」と「定立区制90周年」の節目を祝って開催する、大手鉄道会社3社が集う特別イベント ※パークラフトのワークショップや鉄道模型運転・車内アナウンス体験、区内を走る鉄道写真の展示などを実施。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。

■場・問先=ギャラクシティ ☎5242-8161 🌐https://galaxcity.jp/

ウクレレ教室

■日程=10月30日(日)、11月6日(日)

時間等=▷右手の弾き方を学ぶ「初心者クラス」…午前11時～午後0時30分 ▷左手のテクニックを学ぶ「通常クラス」…1時30分～3時

■対象=中学生以上の方 ■定員=各16人(先着順) ■費用=2,000円 ※ウクレレのレンタルは別途500円が必要 ■申込=電話/窓口/住所、氏名(フリガナ)、電話・ファクス番号、希望日、希望クラス、「ウクレレ教室」をファクス ■場・申・問先=都市農業公園 ☎3853-4114 ☎3853-3729



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=9月26日(月) 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…当日直接会場で申し込み
- 🌐…開催施設へ往復ハガキの郵送による申し込み(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。きょうだい申し込みをする場合は、全員分記載)
- 《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

学びと繋がりがうまれる場所

東和地域学習センター

〒120-0003東和3-12-9 ☎3628-6201



講座紹介 とうわカレッジ 自分と地域との関わり方・繋がりを考える(5日制)

区内に長く住んでいる方、最近住み始めた方が共通のテーマで対話し、考えを共に深めます。足立の魅力や取り組みを知り、地域課題を探りながら「自分」と「地域」との関わりについて考えます。

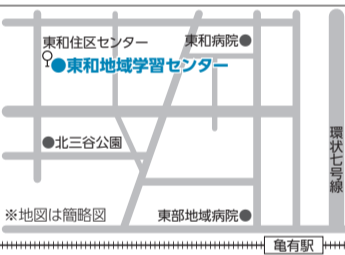
日時 10月22日・29日、11月5日、12月3日・17日、いずれも土曜日、午後1時30分～3時30分(12月17日のみ4時30分まで)

定員 20人 費用 3,000円 申込 事前(抽選)



一步踏み出して、参加してみよう!

▲マスコットキャラクター「五太夫」



学習センター・図書館・体育館と住区センターが隣接した施設です。区民の誰もが文化芸術・読書・スポーツを身近なところで気軽に楽しみ、多様な活動が行えるような環境づくりに取り組んでいます。



ミニコミ紙「待夢」は、東和地域学習センター・体育館・図書館・住区センターで開催される講座・イベント情報を紹介しています。「五太夫」もたくさん登場し、サークル紹介などのお手伝いをしてくれます。センター1階受付には職員お手製のぬいぐるみの「五太夫」がいるので、ぜひ会いに来てください!

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 オンライン 現場から見る学習障がいその理解と接し方	11/5(土) 午後1時30分～3時	対面: 30人 オンライン: 20人	700円	事前 先着
2 脳の命令で動く! 「筋電義手」の技術と可能性	11/13(日) 午後2時～4時	40人	500円	
3 野球伝来150年 国民的スポーツへと至る道のり	11/19(土) 午後2時～3時30分	35人	800円	
4 オススメ 高校生による あだち未来スケッチ発表会 ◆どなたでも	11/20(日) 午後1時30分～5時	70人	無料	
5 今「ローカルメディア」が面白い 地域の記憶を記録する	11/23(祝) 午後2時～3時30分	30人	800円	
6 身近なインフラが崩れる 私たちの未来の生活を守る方法	11/24(木) 午後2時～4時	50人	800円	
7 名曲でめぐる 弦楽四重奏の歴史と魅力	11/26(土) 午後6時30分～8時	150人	1,200円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
生涯学習センター 〒120-0034 千住5-13-5(学びピア21内) ☎5813-3730				
8 ★生誕150年「樋口一葉」の生涯・旧居跡・作品(3日制)	11/4(金)・11(金)・18(金) 午後2時～4時	30人	2,000円	🌐 10/21必着
9 ★性翁寺住職に聞く 「定立姫」伝説と地域社会(3日制)	11/8(火)・15(火)・22(火) 午後2時～4時	30人	1,000円	🌐 10/25必着
★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)				
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
1 ハロウィーンクラフトバンド工作 & スマホで子ども撮影テク ◆4歳～小学生と保護者	10/9(日) 午前10時～正午	24組	500円	当日
2 体幹を鍛える 月2でがっつりヨガ(2日制)	10/11(火)・25(火) 午後7時～8時	16人	1,180円	事前 先着
3 はじめてのストレッチポール体験会	10/13(木) 午後1時15分～2時15分	20人	560円	
4 好きな香りを選んで簡単! アロマプレー作り	10/22(土) 午後2時～3時	16人	800円	当日

10面に続きます▶

施設点検などのため、あだち産業センター全館を臨時休館

■日程=10月15日(土)・16日(日) ■問先=相談・融資係 ☎3880-5486

図書館の臨時休館日 (10月分)

■期間=▷やよい…4日(火)～9日(日) ▷新田…11日(火)～16日(日) ■問先=中央図書館 ☎5813-3740

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>伊興地域学習センター</b> 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
5 <b>フルーツとピアノで奏でる0歳からの親子コンサート</b> ◆小学生以下の方と保護者	10/23(日) 午前11時～11時30分	25組	無料	<b>事前</b> 先着 【ネット不可】
6 <b>英語で楽しむハッピーハロウィーンパーティーA・B</b> ◆A:就学前の子どもと保護者 ◆B:小学1～4年生	10/23(日) A:午後1時30分～2時30分 B:午後3時～4時	A:15組 B:20人	300円	<b>事前</b> 先着
7 <b>一眼レフで子どもをパシャリ! 撮影テク講座(2日制)</b> ◆就学前の子どもと保護者	11/6(日) 午後1時30分～3時 11/13(日) 午後1時～3時30分	5組	無料	<b>事前</b> 先着
<b>梅田地域学習センター</b> 〒123-0851 梅田7-33-1(エル・ソフィア内) ☎3880-5322				
1 <b>梅田寄席(柳家我太楼・瀧川鯉朝)</b> ◆小学生以上の方	10/8(土) 午後2時～3時30分	50人	1,000円	<b>当日</b>
2 <b>室内日本記録保持者 森本選手による走り方教室</b> ◆小学生	11/5(土) 午前10時～11時30分	50人	無料	<b>事前</b> 先着 【ネット不可】
3 <b>時短料理術 先取りクリスマスディナー ロールチキンなど</b>	11/9(水) 午後6時30分～8時	20人	1,550円	<b>事前</b> 先着
4 <b>キッズ体操教室A・B(6日制)</b> ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学生	11/10～12/15の毎週木曜日 A:午後3時40分～4時40分 B:午後4時50分～5時50分	各30人	3,000円	<b>事前</b> 先着
5 <b>カレーの達人養成講座 彩り野菜のトマトスープカレー</b> ◆おおむね60歳以上の方	11/18(金) 午前11時～午後1時	20人	510円	<b>事前</b> 先着
6 <b>田辺薬局管理栄養士 ヘルシーかぼちゃのチーズケーキ</b> ◆小学生以上の方 (小・中学生は保護者の参加が必要)	11/19(土) 午前10時30分～午後0時30分	16人	1,850円	<b>事前</b> 先着
7 <b>Lコンサート ピアノ&amp;フルーツ 晩秋の調べ</b> ◆どなたでも	11/26(土) 午後7時～8時30分	80人	1,000円	<b>事前</b> 先着
<b>興地域学習センター</b> 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
1 <b>目が不自由な方のための三味線体験教室</b> ◆目が不自由な中学生以上の方と介助者	10/15(土) 午後1時30分～3時	5組	1,540円	<b>事前</b> 先着
2 <b>小学生フットサル体験レッスン in 興本</b> ◆小学1～4年生	10/22(土) 午後4時50分～5時50分	20人	670円	<b>事前</b> 先着
3 <b>お子さんの足形スタンプを押したメモリアル抱っこ紐作り</b> ◆2カ月～1歳の子どもの保護者	10/23(日) 午前10時～正午	5組	1,230円	<b>事前</b> 先着
4 <b>抱っこ紐の選び方・使い方のコツを助産師さんが伝えますA・B</b> ◆A:妊娠中～4カ月の子どもの保護者 ◆B:5カ月～1歳の子どもの保護者	11/6(日) A:午前10時～10時45分 B:午前11時15分～正午	各5組	900円	<b>事前</b> 先着
5 <b>赤ちゃんとの楽しいふれあいを助産師さんがアドバイスA・B</b> ◆A:2～5カ月の子どもの保護者 ◆B:6カ月～1歳の子どもの保護者	11/6(日) A:午後1時～1時45分 B:午後2時15分～3時	各5組	900円	<b>事前</b> 先着
6 <b>親子ではじめての卓球教室ブックトーク付き</b> ◆小学生と保護者	11/6(日) 午後4時～5時30分	4組	20円	<b>事前</b> 先着
7 <b>親子リトミック(2日制)</b> ◆4カ月～1歳の子どもの保護者	11/12(土)・26(土) 午前9時40分～10時20分	12組	2,020円	<b>事前</b> 先着
8 <b>パパの赤ちゃん抱っこダンス</b> ◆首が据わった3カ月～抱っこ可能な2歳の子どもの保護者	11/13(日)・27(日) 午前10時30分～11時30分	各5組	1回 900円	<b>事前</b> 先着
<b>江南コミュニティ図書館</b> 〒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 <b>インナーマッスルを鍛えて姿勢を改善するピラティス</b>	10/30(日)・11/5(土)・13(日)・19(土) 午前10時30分～11時30分	各10人	1回 450円	<b>事前</b> 先着
2 <b>親子リトミックと絵本おはなし会A・B</b> ◆A:4カ月～1歳6カ月の子どもの保護者 ◆B:1歳7カ月～2歳6カ月の子どもの保護者	11/6(日)・20(日) A:午前9時40分～10時40分 B:午前10時50分～11時50分	各10組	1回 1,010円	<b>事前</b> 先着
<b>江北地域学習センター</b> 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
1 <b>自然を調べる親子ウォーキング</b> ◆小学生と保護者	10/22(土) 午前9時30分～11時30分	5組	無料	<b>事前</b> 先着
2 <b>良い人間関係を作る話し方サークル体験(5日制)</b>	11/1～29の毎週火曜日 午前10時～正午	20人	500円	<b>事前</b> 先着
3 <b>こどもお薬教室 足立医療センター薬剤部に行ってみよう</b> ◆小学生と保護者	11/5(土) 午後1時～4時30分	12組	無料	<b>事前</b> 先着
4 <b>大人の入門バレエクラス(2日制)</b> ◆16歳以上の女性	11/10(木)・17(木) 午前10時30分～正午	8人	20円	<b>事前</b> 先着
5 <b>ママリフレッシュ! 骨盤ストレッチケアA・B(2日制)</b> ◆A:就学前の子どもと母親 ◆B:就学前の子どもの母親	11/17(木)・24(木) 午後1時～2時	A:5組 B:15人	A: 1,140円 B: 1,020円	<b>事前</b> 先着

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>江北地域学習センター</b> 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
6 <b>江北歴史講座 五色桜をめぐる近年の歴史</b>	11/26(土) 午前10時～11時30分	30人	990円	<b>事前</b> 先着
7 <b>コーダー道場 in 江北 こどもプログラミング教室・スクラッチ編</b> ◆小・中学生 (小学生は保護者同伴)	11/27(日) 午後3時～4時30分	対面: 5人 オンライン: 10人	無料	<b>事前</b> 先着
<b>佐野地域学習センター</b> 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
1 <b>ゆるめてほっこり 親子でふれあいストレッチ</b> ◆2カ月～1歳の子どもの保護者	10/14(金) 午前10時30分～11時30分	8組	650円	<b>事前</b> 先着
2 <b>水引で作る マスクチャームとアクセサリ</b>	10/22(土) 午後1時30分～3時30分	12人	1,400円	<b>事前</b> 先着
3 <b>大人の女性のメイクレッスン ベースメイク編</b> ◆40歳以上の女性	10/28(金) 午後2時～4時 10/29(土) 午後7時～9時	各8人	1回 1,000円	<b>事前</b> 先着
4 <b>加齢に負けない あなたは大丈夫? フレイル予防講座</b>	11/9(水) 午前10時～正午	20人	無料	<b>事前</b> 先着
5 <b>認知症サポーター養成講座</b>	11/10(木) 午後1時30分～3時	12人	無料	<b>事前</b> 先着
<b>鹿浜地域学習センター</b> 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
1 <b>しなやかな身体をつくるペルビックストレッチ お試し</b>	11/4(金) 午前10時30分～11時30分	20人	810円	<b>事前</b> 先着
2 <b>誰でも気軽にイングリッシュ(4日制)</b>	11/4～12/2の毎週金曜日 (11/18を除く) 午後2時～3時	10人	4,000円	<b>事前</b> 先着
3 <b>元気いっぱいキッズ体操 お試しレッスン</b> ◆3歳～就学前の子ども	11/4(金) 午後3時30分～4時30分	15人	450円	<b>事前</b> 先着
4 <b>ジュニア体操 お試しレッスン</b> ◆小学生	11/4(金) 午後4時40分～5時40分	15人	450円	<b>事前</b> 先着
5 <b>親子でハワイアンリトミック(4日制)</b> ◆6カ月～3歳の子どもの保護者	11/7～12/19の第1・3月曜日 午前10時～10時45分	10組	3,960円	<b>事前</b> 先着
6 <b>元気いっぱいキッズ体操(6日制)</b> ◆3歳～就学前の子ども	11/11～12/23の毎週金曜日 (11/18を除く) 午後3時30分～4時30分	40人	2,700円	<b>事前</b> 先着
7 <b>抱っこで親子ベビーダンス</b> ◆首が据わった3カ月～1歳6カ月の子どもの保護者	11/13(日) 午後2時～3時	10組	820円	<b>事前</b> 先着
<b>新田地域学習センター</b> 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
1 <b>新田名曲コンサート</b> ◆どなたでも	10/23(日) 午後1時30分～3時	40人	1,200円	<b>当日</b>
2 <b>パティシエが教える ラ・フランスのタルト</b>	10/25(火) 午前11時～午後1時30分	8人	3,090円	<b>事前</b> 先着
3 <b>頭のセルフマッサージ 自律神経を整え免疫力アップ</b>	10/28(金) 午前10時30分～11時30分	10人	880円	<b>事前</b> 先着
4 <b>こころと身体を整える薬膳を学ぶ 秋・冬編 試食付き</b>	10/29(土) 午前10時30分～午後0時30分	16人	1,360円	<b>事前</b> 先着
5 <b>ハワイアンリボンレイで作るクリスマスリース(2日制)</b>	11/11(金)・25(金) 午前10時～正午	10人	4,100円	<b>事前</b> 先着
6 <b>デモスタイル料理 白身魚のポアレとカルポナーラなど 試食付き</b> ◆20歳以上の方	11/12(土) 午後5時30分～8時	16人	2,560円	<b>事前</b> 先着 【ネット不可】
<b>竹の塚地域学習センター</b> 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
1 <b>手ぶらでOK 親子で簡単ネックレス作り</b> ◆小学生以下の方と保護者	10/1(土) 午前9時～正午	10組	無料	<b>当日</b>
2 <b>わたしと家族の「そうぞく」講座 家族に託すもの</b> ◆どなたでも	11/1(火) 午後2時～3時10分	20人	無料	<b>事前</b> 先着
3 <b>2時間で知るSDGs 基本を学んでできることから始めよう!</b> ◆どなたでも	11/6(日) 午後2時～4時	30人	500円	<b>事前</b> 先着
4 <b>肩こり予防講座</b>	11/7(月) 午後1時～2時	30人	無料	<b>事前</b> 先着
5 <b>ちびっこ体操 体験会</b> ◆3歳～就学前の子ども	11/7(月) 午後3時30分～4時30分	15人	660円	<b>事前</b> 先着
6 <b>ダンス公演「七色 Nanairo」</b> ◆どなたでも (小学生以下の方は保護者同伴)	11/19(土) 午後6時～7時30分	300人	1,000円	<b>事前</b> 先着 【ネット不可】
7 <b>tコンサート「ジャズ×映画音楽コンサート」</b> ◆小学生以上の方 (小学生は保護者同伴)	11/20(日) 午後2時～4時	300人	1,000円	<b>事前</b> 先着 【ネット不可】

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>中央本町地域学習センター</b> 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
1 誰でも楽しめる フラワーアレンジメント サークル体験	10/25～11/22の毎週火曜日 午前10時30分～正午	各 8人	1回 生花: 2,750円 プリザーブド: 4,500円	事前 先着 【ネット不可】
2 わいわいエアロビクス (8日制)	11/2～12/28の毎週水曜日 (11/23を除く) 午前9時30分～10時40分	20人	4,320円	事前 先着
3 <b>オススメ</b> ファミリーフィットネス ◆5カ月～1歳の子どもと保護者	11/6(日) 午前10時30分～11時30分	15組	720円	
4 親子でやってみよう知育・体操 (5日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	11/18～12/16の毎週金曜日 午前10時～11時	35組	3,600円	
5 コンサート「フルーツ&ギター で奏でる和の調べ」 ◆どなたでも	11/27(日) 午後0時30分～1時30分	30人	1,000円 (中学生以下 の方は500円)	
<b>東和地域学習センター</b> 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
1 歌うボイスエクササイズ (3日制)	11/5(土)・19(土)・26(土) 午前11時～正午	20人	1,800円	事前 先着
2 チョークアートでクリスマスを描こう ◆小・中学生(保護者の参加も可)	11/5(土) 午後2時～4時	12人	700円	
3 はばたきサロン ◆不登校・ホームスクーラーの保護者	11/8(火) 午後1時30分～3時	15人	500円	
4 心に幸せを届けるコンサート 「いつも君のそばにいるよ」 ◆どなたでも	11/20(日) 午後1時30分～3時30分	40人	1,800円 (小学生以下 の方は900円)	
5 お花で季節を楽しむ クリスマス を彩るフラワーアレンジメント	11/26(土) 午後2時～3時30分	10人	1,800円	
<b>舎人地域学習センター</b> 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
1 楽しく健康にウォーキング サークル体験(2日制)	10/20(木)・27(木) 午前9時50分～11時30分	10人	20円	事前 先着
2 <b>オススメ</b> 沿線グラスができるまで 株式会社丸山さんのお話 ◆どなたでも	10/22(土) 午後2時30分～4時	50人	500円	
3 パパと一緒に親子体操 ◆2・3歳の子どもと父親	11/6(日) 午前10時～11時	12組	600円	
4 親子で楽しむヨガ ◆7カ月～2歳の子どもと母親	11/9(水)・30(水) 午前10時～10時50分	各 10組	1回 650円	
5 元気はつらつ健康体操 サークル体験(2日制) ◆おおむね55歳以上の方	11/15(火)・22(火) 午後1時20分～2時50分	15人	20円	
<b>花畑地域学習センター</b> 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
1 足立が生んだ美術 絵画と仏像を中心に	10/22(土) 午後1時30分～3時30分	30人	800円	事前 先着
2 <b>オススメ</b> パーチャルリアリティーで カラダを動かそう ◆13歳以上の方	10/23(日) 午後2時～3時 午後3時～4時	各 2人	無料	
3 大人のわたしでも楽しめる 優しい塗り絵広場	10/25(火) 午前10時～正午	20人	650円	
4 K-POPダンス(5日制) ◆小学生	11/17～12/15の毎週木曜日 午後4時30分～5時30分	15人	3,750円	
5 フィンランド発祥のスポーツ モルックをプレイしよう ◆4歳～小学生と保護者	11/19(土) 午前10時30分～正午	9組	500円	
6 知られざる花畑の歴史探訪教室 「花畑村の誕生と内匠橋」	11/19(土) 午後0時45分～4時	15人	無料	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>花畑地域学習センター</b> 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
7 花畑ボードゲームフェス ◆どなたでも	11/26(土) 午後2時～4時	20人	無料	事前 先着
<b>保塚地域学習センター</b> 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
1 学芸員と観る日本の美 秋のミュージアムツアー	10/15(土) 午後2時～3時 ※場所は六町ミュージアム・フローラ(六町2)	10人	250円	事前 先着
2 はじめての三味線講座(6日制)	10/15～12/3の毎週土曜日 (10/29, 11/26を除く) 午後5時45分～7時	8人	8,020円 (三味線を持 っている方 は5,020円)	
3 こそだて英語 親子で楽しもう(3日制) ◆就学前の子どもと保護者	10/16(日)・23(日)・30(日) 午前10時30分～11時30分	10組	3,690円	
4 書き初めに挑戦 こども習字教室(9日制) ◆小学3～6年生	10/18～12/13の毎週火曜日 午後4時15分～5時15分	12人	5,670円	
5 一日頑張ったカラダを癒やす 夜のぐっすりヨガ	10/20(木) 午後7時30分～8時30分	8人	740円	
6 <b>オススメ</b> アロマでからだの匂いを 改善 スプレー作り	10/31(月) 午後7時30分～8時30分	10人	1,650円	
<b>千住温水プール(スイミー)</b> 〒120-0034 千住3-30(千寿本町小学校地下) ☎3882-2601				
1 大人の夜の初めてバタフライ (5日制) ◆クロールで25m以上泳げる 16歳以上の方	11/10～12/8の毎週木曜日 午後6時30分～7時20分	10人	6,500円	事前 先着
2 <b>オススメ</b> 大人の夏の初めてクロール (6日制)	11/18～12/23の毎週金曜日 午後0時30分～1時20分	10人	6,500円	
<b>千住スポーツ公園</b> 〒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	10/21(金) 午後3時30分～4時30分	20人	920円	事前 先着
2 <b>オススメ</b> ママビクス(6日制) ◆5カ月～1歳5カ月の子ども と母親	11/4～12/9の毎週金曜日 午後1時45分～2時45分	10組	4,140円	
<b>総合スポーツセンター</b> 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
1 ボディーシェイプ(6日制)	11/1～12/6の毎週火曜日 午前10時20分～11時50分	30人	3,360円	事前 先着
2 姿勢改善ストレッチポール (7日制)	11/4～12/16の毎週金曜日 午後7時15分～8時15分	30人	3,920円	
3 キッズダンス入門編(7日制) ◆小学生	11/8～12/20の毎週火曜日 午後4時～4時50分	15人	3,570円	
4 ママビクス(6日制) ◆5カ月～1歳5カ月の子どもと母親	11/10～12/15の毎週木曜日 午前9時40分～10時40分	17組	4,140円	
5 <b>オススメ</b> 親子ビクス(6日制) ◆1歳6カ月～3歳の子どもと保護者	11/10～12/15の毎週木曜日 午前10時50分～11時50分	17組	4,140円	
<b>東綾瀬公園温水プール(すいすいらんど綾瀬)</b> 〒120-0004 東綾瀬3-4-1 ☎5616-2500				
1 <b>オススメ</b> のんびり平泳ぎ(3日制) ◆クロールで12.5m 泳げる16歳以上の方	11/2(水)・9(水)・30(水) 午後0時30分～1時20分	10人	2,250円	事前 先着
2 クロール中級(3日制) ◆呼吸付きクロールで12.5m 泳げる16歳以上の方	11/2(水)・9(水)・30(水) 午後1時30分～2時20分	10人	2,250円	
<b>平野運動場</b> 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
1 <b>オススメ</b> グラウンドゴルフ広場	10/3(月)・17(月)・31(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

## 40代、50代の皆さんも 毎年、健診を受けましょう!

足立区国保特定健診は、若い世代の受診率が低く、40代は「4人に1人」、50代は「3人に1人」しか受診していません。いつまでも「元気なあなた」であるために、健診を受けましょう!

メタボ先生

令和3年度「足立区国保特定健診」年代別の受診状況

年代	受診者数	未受診者数
40～49歳	4,550	13,519
50～59歳	6,863	15,958
60～69歳	13,099	16,871
70～74歳	17,925	12,518

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  
10名前後の家族葬用  
提携ホールも  
施行できる新プランです!!

安心価格  
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



# 0~3歳の子どもと保護者のための 子育てサロン

区内65カ所



同じくらいの年齢の子どもたちと楽しく遊べる「子育てサロン」。子どもだけでなく、保護者同士の友だちも作れます。各サロンでは様々なイベントを開催していますので、気軽にお越しください！

問先 住区推進課 事業担当  
☎3880-5729

### Point 1

おうちにはない、おもちゃや絵本に興味シンシン・心ワクワク



雑誌も用意しています！

### Point 2

保護者同士のおしゃべりで悩みカイケツ・気持ちスッキリ



名札が会話のきっかけに！

### Point 3

親子でも、親だけでもイベント参加でリフレッシュ



イベントの参加だけでも大歓迎！



週に数回利用していますが、お友だちとたくさん遊んで、いつも楽しそうです。サロンに通う前より、自分から「あそぼう」と笑顔で声をかけられるようになりましたね。

私は、子育ての悩みをママ友同士で話しています。「私はこうだよ」などのアドバイスは、とても参考になりますね。子どもも私も、サロンに来るのがいつも楽しみです！



▲子どもと一緒にはもちろん、保護者だけのイベントも開催。親子がお互い見える範囲にいますので、安心して参加できます。

サロンは、子どもが遊ぶだけの場所ではありません。保護者の疲れや不安を癒やす憩いの場でもあります。「屋根がある公園」だと思って、ぜひ遊びに来てください！



[子育てサロン綾瀬]スタッフ▲

ライフスタイルに合ったサロンをご利用ください！

＼お買い物ごたら、ひと息／  
**商業施設等内 子育てサロン**

1カ所

ポンテポルタ千住(千住橋戸町1-13)内に開設された子育てサロンです。予約不要なので、家族でお出かけの際にも気軽に利用できます。

＼専門スタッフがサポート／  
**拠点型 子育てサロン**

12カ所

有資格者★のスタッフを常時2人以上配置。子育ての不安や悩みに、専門スタッフが寄り添います。

★…足立区子育てホームサポーターの認定を受けた者、保育士または幼稚園教諭の有資格者など

＼あなたの家の近所にも／  
**児童館 子育てサロン**

52カ所

区内すべての児童館内に開設。近所の子どもたちが集まり、遊ぶ場所として利用されています。

## 4カ月までの赤ちゃんのサロンデビュー！

### 「あかちゃんず」10カ所で開室

4カ月までの赤ちゃんとお保護者限定のサロンです。毎月第1水曜日と各サロンが設定した日の月2回(午前9時～9時45分)開催されます。



くわしくはこちら

## こんなお悩みありませんか？

そろそろ外に出たいけど、どこに行ったらいいの？

大きい子と同じ空間で過ごすのはまだ心配…

授乳、睡眠、お風呂、ほかの人はどうしているんだろう？

通常のサロンが始まる前の時間を利用して、同じくらいの赤ちゃんを育てる保護者同士が気軽にお話できる場です。ぜひご利用ください！

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

## 七五三は家族写真で。



### 3才・5才のとってもお得なレンタルプラン

(写真を前取りするとお祝当日に衣装が無料レンタル出きるシステムです。)

※レンタル衣装をご利用の場合は、衣装の予約と写真の前撮りの予約をお願いいたします。

☆前撮り期間☆(お出かけの日が予約できます。)

8月1日～10月15日

六切1ポーズ¥14,300～(税込)

お問合せ・資料のご請求は下記まで。

**須賀写真館**  
☎03-3883-8210

足立区西保木間1-16-2 駐車場完備

(金曜日・第4木曜日 定休)

https://www.photostudio-suga.co.jp

KUMON

### くもん書写教室の先生になりませんか

**女性向け教室開設説明会** (時間は、渋谷・北千住・流山会場 10:00～12:00) 東京会場 10:30～12:30

- 渋谷 10/4(火)・31(月) 渋谷ヒカリエ 11階 ヒカリエカンファレンスルームA (各線「渋谷駅」直結)
- 東京 10/7(金)・17(月)・25(火) 丸の内センタービル 18階 会議室 (JR「東京駅」丸の内北口徒歩3分、東京メトロ「東京駅」・「大手町駅」直結)
- 北千住 10/13(木) 千住ミルデイス1番館 10F シアター1010 講義室 (千代田線・半蔵門線・日比谷線「北千住駅」西口より徒歩1分(4番出口直結))
- 流山 おおたかの森 10/19(水) スターツおおたかの森ホール 2階 会議室 (つくばエクスプレス・東武アーバンパークライン「流山おおたかの森駅」北口より徒歩1分)

オンライン説明会 (約1時間) ●10/5(水)15:00～ ●10/17(月)11:00～ ●10/13(木)14:00～ ●10/21(金)14:00～ ●10/14(金)11:00～ (WEBサイトまたはフリーダイヤルでの事前予約が必要です)

●当日ご都合の悪い方はお気軽にお問い合わせください。オンラインも対応しています。

※25歳～60歳(女性)の方にお願いしています。

指導者養成プログラムで未経験でも安心!

公文書写 先生 検索

ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆

公文書写は全国10万人の方が学ぶ書写団体です

**公文エルアイエル** ☎0120-410-297

〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-6-1 丸の内センタービル18F

## 安心と安全の「おとも」に。

### 視覚障害者の外出を支援します。

視覚障害者のお買い物、お散歩、外食、映画などの外出を支援します。

給付制度で自己負担なし、もしくは1割負担で利用できます。

同行援護事業所おとも  
足立区梅島3-34-5 西崎ビル1F

お気軽に ☎050-5526-2818  
お電話ください 平日 10:00～17:00