

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

あだち ち 広報

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 FAX 3880-0041



11月8日はいい歯の日 マスクの中も菌密予防!

おうち DE いい歯☆スマイルキャンペーン
区オリジナルマスクケース・おくばちゃん反射材プレゼント!

口の中には、「むし歯」や「歯周病」の原因菌のほか、約700種類・1,000億個以上もの細菌が生息しています。中でも歯周病菌は歯肉から入って全身を巡り、血管にすみつき動脈硬化を引き起こすこともあります。

今号では世代別に歯と口のケアポイントを紹介! 3密対策ならぬ、口の中の菌密対策を徹底し、一生ものの歯を手に入れましょう。

問い合わせ先 多世代健康データ連携担当 ☎ 3880-5601

くわしくは6・7面へ

葺立ち

「夏が来て思い出すのは、はるかな尾瀬などではなく、読書感想文の苦しみだ」で始まる新聞のコラムを読んで思わず大爆笑しました。私もまさにその「クチ」だったからです。◆「近藤さんの感想文ではなくて単なるあらすじ」という小学校時代の担任の一言が頭をガーンと直撃。それ以来感想文はずっとトラウマとなっており、冒頭のコラムにいたく共感を覚えたのです。数年前、生涯学習センターの「読書感想文の書き方教室」で「感想文が書きやすい本とそうでない本がある。苦手な人はまず、本の選択がカギ」と講師が話すのを伺って、ようやく長年の呪縛から解放されたような爽快感を味わいました。◆コラムは「感想文が本嫌いを招くこともあるのではないかと」結びばれていましたが、私はおかげさまで周囲に恵まれました。小学4年生にして、「チエーザレ・ボルジア最高!」と叫んだルネサンス大好き少女や、みんなが洋服だの旅行だのと盛り上がりつついる大学入学直後、「苦労して貯めたバイト代をばたいて一生ものの本棚を買った」とさっさと買ったのけた友人など、様々な人たちが私を本へといざなう水先案内人でした。◆思いをうまく文章に表現できることに越したことはありませんが、それはそれとして、避けて通るにはあまりにもつらい本の世界。「読書の秋」をむかえ、しみじみと思います。

足立区長 近藤 やよい



令和2年度 足立区功労者

10月1日に令和2年度足立区功労者表彰式を区役所庁舎ホールで開催しました。自治功労、社会福祉功労など10分野で、区に永年大きな功績のあった132人・団体の方々を表彰しました(50音順・敬称略)。**■問先=総務係 ☎3880-5821**

自治功労

《区議会議員》市川伯登
 《行政委員》明石幸子、風間幸三、久保一夫、小池康之、齋藤悦康、篠原守宏、滝上明、田中太郎吉、野辺陽子
 《町会・自治会長》小川泰司、金子實、狩野裕健、小林良久男、椎谷麻由子、富澤松夫、野辺慎一、二見敏彦、古庄茂昭、松村哲男、山田昌三、和田正仁
 《投票管理者・投票立会人》大神田久夫、荻野敏子、小坂橋利和、近榮美子、中村正義
 《消防団員》芦川雅良、伊藤裕、大塚洋二、小池操、小早川秀子、小松崎友幸、小山賢史、佐藤嘉晃、信濃忠利、杉本信行、鈴木建夫、関山徹、高松栄一、田代広二、面尾信也、野口達也、花井正夫、原田きよ子、人見一尋、藤浪博之、水落清明

社会福祉功労

《民生委員・児童委員》浅香博子、金井優子、小林眞澄、澤村千津子、島田桂子、高橋典子
 《保護司》石下和男、海老沼新雄、小高英夫、櫻井幸浩、山口敦、山下豊

社会生活功労

《防火事業功労者》芦川一男
 《防犯事業功労者》眞健太郎、齋藤功、毛利静代
 《交通安全事業功労者》鶴岡勝子、星和良、吉田清久

公衆衛生功労

《学校保健衛生功労者》今井良枝、木村厚雄、呉有晃、小林康彦、小松英之、七條久美子、田口元康、田中克法、堤猛史、中島由貴子、堀口一弥、横井幸男、渡邊美知子

社会教育功労

《PTA会長》芦川隆行、石毛啓子、海老澤利一、太田幸司、木村勇一、柴大介、本橋麻弓、横山哲嗣、米村望

産業功労

《実業精励功労者》丸山寛治

建設功労

《まちづくり事業功労者》青木慎治、浅香孝子、北村敦子、田中実、二瓶義治、林千尋、吉田錦次

税務功労

金子俊二、坂本恭正、澤谷義一、下島泰則、中村敏夫、渡邊進

体育功労

《体育事業功労者》正部一行、山崎弘孝

徳行者

青木比奈子、足立明るい社会づくりの会会長田口行彦、足立区柔道整復師会ほねつぎめだかの会会長原島宏光、我妻重尾、イケアジャパン株式会社イケア新三郷、勝村英世、株式会社要興業代表取締役社長木納孝、株式会社くるまやラーメン代表取締役大西宏禧、株式会社水工房代表取締役青木敏、株式会社スバル産業代表取締役保科弘治、株式会社タカボシ代表取締役会長石山伊佐夫、株式会社ノジマ、株式会社三浦工務店代表取締役社長三浦啓行、株式会社横引シャッター代表取締役市川慎次郎、小勝工務店株式会社代表取締役小勝伸太郎、清水修、清水賢一郎、清水威貴、清水信、杉村紀美子、拓進設備工業株式会社、東京セントラルヒーティング工業株式会社代表取締役鎌田秀一、中里建設株式会社、中村光雄、東綾瀬庚申請代表石黒芳子、立正佼成会足立教会

郵送申し込み記入例

区
 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
 ○○課
 ○○係
 (○○は申し込み課・係名など)

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。

○○○講座

子育て・教育

日本脳炎予防接種はお済みですか

■対象=日本脳炎第I期予防接種を受けていない平成19年4月2日～21年10月1日生まれの方 ※接種日現在、13歳の方を除く ■申込=申請書、母子健康手帳の写し、84円切手を区へ郵送/母子健康手帳を持参 ※申請書は日本脳炎第II期予防診票に同封または区のホームページからダウンロード(後日予診

票を送付)。23区指定医療機関で接種 ■申先=保健予防課 保健予防係 ※持参のみ保健センターでも受け付け ■問先=保健予防係 ☎3880-5892

養育家庭(里親)PRパネル展示&体験発表会

◆パネル展示
 ■期間=11月9日(月)、正午～13日(金)、正午 ■場所=区役所1階区民ロビー ■申込=不要 ※当日直接会場へ

◆体験発表会
 ■日時=11月14日(土)、午前10時～正午 ■場所=こども支援センターげんき ■内容=養育家庭の制度紹介/里親体験談 ■定員=20人(10月12日から先着順) ■申込=電話/区のホームページから専用フォームに入力

—いづれも—

■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

健康・衛生

40歳前の健康づくり健診(無料・2日制)

■日程等=表1 ■受付時間=▷午前

…9時～11時 ▷午後…1時～3時 ※時間指定不可 ■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3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 ■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

表1 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
江北	12/4(金)	3年1/28(休)	各40人
中央本町	12/7(月)	3年1/25(月)	各40人

※10月13日から先着順

税金・国保・年金

国民健康保険料を年金から引き落とし(特別徴収)

■対象=次のすべてに当てはまる方…世帯主が国民健康保険被保険者/世帯内の国民健康保険加入者が全員65～74歳/年金額が年18万円以上/介護保険料の特別徴収分と合わせた額が、年金額の半分以下/口座振替の手続きをしていな

い ※対象者には、6月に国民健康保険料決定(変更)通知書にてお知らせ済み。日本年金機構から年金振込通知書も送付予定。一部、特別徴収にならない場合があります。

◆保険料は口座振替ができます

特別徴収は口座振替に変更することで止めることができます。くわしくはお問い合わせください。

—いづれも—

■問先=(区)資格賦課担当 ☎3880-5240

福祉・高齢医療

足立区 親族後見相談会

■日時=11月18日(水)、午後1時～3時 ※1人45分 ■場所=千住庁舎 ■対象=区民の親族後見人*として活動している方/親族後見の申し立てを検討している方 ★…判断能力が不十分な方の意思決定をする支援者 ■内容=家庭裁判所に提出する報告書の作成方法が分からないなどの悩みに、専門家が応じる ■定員=8人(10月12日から先着順) ■申込=電話/住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「親族後見相談会」をファクス ■期限=10月30日(金) ■申・問先=権利擁護推進係 ☎3880-5982 FAX3880-5614

◆放射線量の調査(雨天時を除く、平日)

日付(9/14～30)	14	15	16	17	18	23	24	25	28	29	30
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	0.06	—	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

「新型コロナウイルス感染症」関連情報

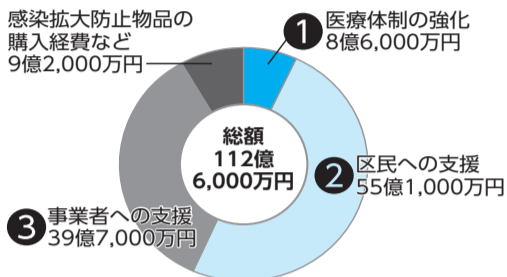


あだち広報の掲載内容は10月2日時点の情報のため、今後変更になる場合があります。最新情報は区のホームページをご覧ください。

- 感染拡大防止のため、区で実施する講座・イベントなども定員縮小や内容変更などの対策を講じておりますが、状況により中止・延期になる場合があります。また、施設によっては入場制限を行うことがあります。
- 講座・イベントなどに参加の際は、マスク着用をはじめとした咳エチケットや、ソーシャルディスタンスの確保などにご協力をお願いします。また、熱のある方や体調不良の方は、参加をご遠慮ください。

これまでの区の感染症対策・支援

■問先=財政担当 ☎3880-5814



※このほかに、特別定額給付金および関連経費として、700億8,000万円を支出

皆様の温かいご支援に感謝 1,718万6,676円の寄附を活用

★の事業の一部に「コロナに負けるな！医療従事者＆事業者応援寄附金」を活用しています。寄附金は引き続き受け付けています。くわしくは区のホームページをご覧ください。

①医療体制の強化(主な事業)

相談体制の充実

- ★帰国者・接触者電話相談センターの体制強化 [4,200万円]
- ★足立区医師会への電話相談業務委託 [2,800万円]

PCR検査体制の充実

- ★足立区医師会へのPCR検査センター運営委託 [4,500万円]
- ★足立区医師会へのPCR検査スポット設置委託 [1,400万円]

医療機関・医療従事者への支援

- ★入院の必要がある疑い症例のための病床確保・維持費用 [2億4,000万円]
- ★入院の必要がある疑い症例に対応する医療従事者への危険手当などの補助 [1億5,800万円]
- ★PCR検査外来の医療従事者への危険手当などの補助 [5,500万円]
- 高齢者インフルエンザ予防接種の無料対象の拡大 [1億3,000万円]

②区民への支援(主な事業)

- ひとり親家庭等への緊急支援給付金の支給 [2億4,000万円]
- 妊婦の感染防止のための育児パッケージの提供 [1億8,100万円]
- ★自宅療養者への生活必需品などの提供 [400万円]

③事業者への支援(主な事業)

- 中小事業者への支援
- ★緊急経営資金融資あっせん [34億3,400万円]
- ★新たな感染症対策や、感染予防の取り組みへの支援 [2億8,000万円]
- 介護・障がいサービス等事業者への支援
- 事業者の感染症拡大防止の取り組みへの特別給付金の支給 [1億9,800万円]
- 従事者への危険手当などの補助 [2,500万円]

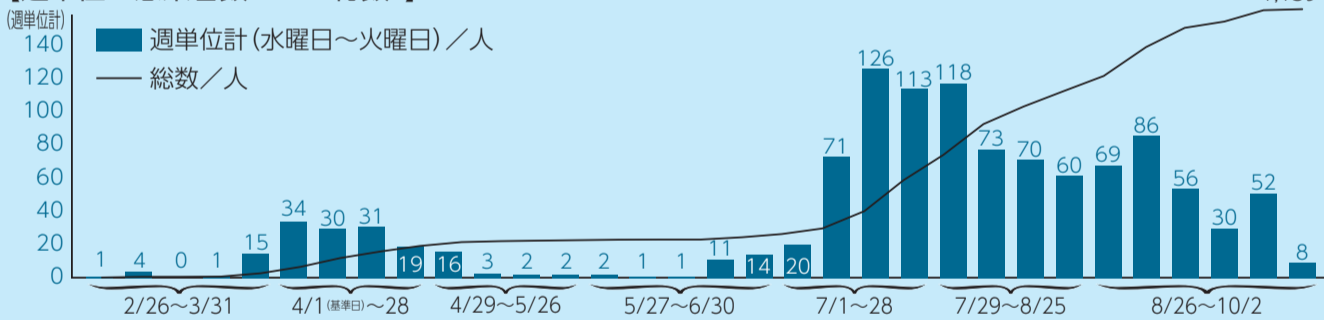
区施設でのイベント等の開催制限を緩和



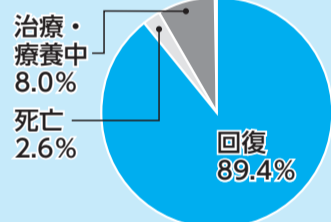
国の「催物の開催制限等の変更」を受け、区施設でのイベント等についても、条件を設けたうえで人数制限を緩和しました。くわしくは区のホームページをご覧ください。
 ※実施・参加の際は、引き続き「マスク着用」「手指消毒」「検温」などにご協力をお願いします。

区内での感染者の発生状況(10月2日時点)

【週単位の感染者数および総数*】



【感染者総数の状況に関する割合】



★…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

区のホームページでは、感染者の年代や症状、陽性率なども公表しています。

高齢者体力測定会(11月分)

■日時等=表2 ■対象=区内在住の65歳以上で要介護・要支援の認

表2 高齢者体力測定会(11月分)日時等

場所	日時
エル・ソフィア	19(木)、午前9時15分～10時15分 / 10時15分～11時15分
江北地域学習センター	11(水)、午前9時15分～10時15分 / 10時15分～11時15分
スイムスポーツセンター(うきうき館)	20(金)、午後0時45分～1時35分 / 1時35分～2時25分
総合ボランティアセンター	30(月)、午前9時15分～10時15分 / 10時15分～11時15分
東和地域学習センター	4(水)、午後0時45分～1時35分 / 1時35分～2時25分

定を受けていない方 ■内容=握力測定や立ち上がりテストなどの結果を踏まえ、専門家がアドバイス ■定員=各20人(抽選) ■申込=電話 ■期限=開催日の2週間前 ■申・問先=セントラルスポーツ(株)健康サポート部(区委託事業者)(平日、午前10時～午後5時30分) ☎5543-1888

■問先=(区)介護予防・生活支援担当 ☎3880-5642

生活支援サポーター養成研修(2日制)

■日時=11月11日(水)・18日(水)、午前9時30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(先着順) ※保育あり(要予約) ■申込=電話/区のホームページから専用フォームに入力 ■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

カード形式の障害者手帳の交付開始

■対象=10月1日以降に身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付申請などを行う方 ■内容=「運転免許証サイズのカード形式」「従来の紙形式」のいずれかを選択可 ※精神障害者保健福祉手帳は、新規・更新・他県

転入・等級変更の申請時のみ。持ち物など、くわしくはお問い合わせください。 ■問先=▷身体障害者手帳・愛の手帳…障がい福祉課各援護係(表3) ▷精神障害者保健福祉手帳…中央本町地域・保健総合支援課 精神保健係(足立保健所内) ☎3880-5358 ☎3880-6998

表3 障がい福祉課 各援護係一覧

問先	電話・ファクス番号
西部	☎3897-5034 ☎3856-7229
千住	☎3888-3146 ☎3888-5344
中部第一	☎3880-5881 ☎3880-5754
中部第二	☎3880-5882 ☎3880-5754
東部	☎3605-7520 ☎5697-6560
北部	☎5831-5799 ☎3860-5077

「あだちはじめてえほん」引換券の有効期限を1年間延長します

■対象=あだちはじめてえほん引換券(1歳6カ月児向け)の有効期限が3月31日～3年3月31日までの方 ※引き換え場所など、くわしくはお問い合わせください。 ■問先=中央図書館 読書活動推進係 ☎5813-3745

仕事・産業

区内工業製品の展示募集

■期間=12月1日～3年3月31日
 ■場所=区役所1階区民ロビー ■対象=区内に工場・事業所がある企業または団体 ■展示品=自社で製造

または開発した製品 ※食料品・生物は不可(缶詰を除く) ■展示スペース等=幅80cm×奥行35cm×高さ35cm以内 ※重さ10kg以下 ■定員=6団体(抽選) ■申込=申込書を区へ郵送・ファクス ※申込書は産業振興課のものづくり振興係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■期限=11月12

日(木)必着 ■申・問先=産業振興課のものづくり振興係
 ☎3880-5869 FAX3880-5605

セミナー「POPで学ぶ販促デザイン講座」

■日時=11月11日(水)、午後1時～4時30分 ■場所=あだち産業センター ■内容=集客力や販促効果に優れたPOPなどの作成方法を学ぶ ■定員=25人(10月11日から先着順) ■申込=電話/会社名、業種、氏名、電話・ファクス番号、「POP作成術セミナー」をファクス ■申・問先=産業情報室(あだち産業センター内。10月17日(土)・18日(日)を除く毎日、午前9時～午後9時)
 ☎3870-1221 FAX3882-0886

自動販売機(飲料・アイス)の設置事業者募集(一般競争入札)

■設置開始予定日=3年4月1日(木) ■設置場所=区内施設 ■設置台数=16台 ※募集要項など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=資産調査係
 ☎3880-5828

あだち若者サポートステーション(サポステ)のセミナー「後悔しない意思決定」

■日時=11月28日(土)、午後2時30分～4時30分 ■対象=就労を考

ている49歳以下の方 ■内容=自分の意思決定に自信を持つ方法を学ぶ/サポステの事業案内と利用方法の説明 ■定員=10人(10月12日から先着順) ■申込=電話 ■場・申・問先=あだち若者サポートステーション(月～土曜日、午前10時～午後6時) 千住3-6-12 ツオード千住壺番館402 ☎6806-1401 ■問先=(区)就労・雇用支援係 ☎3880-5469

中央図書館の一部業務委託事業者募集(プロポーザル)

■委託期間=3年4月1日～8年3月31日 ■対象=公共的な社会教育施設の窓口や運営などで健全な業務実績を有し、区の競争入札参加資格の登録がある団体 ※法人格の有無は不問、個人は不可。申し込みには募集説明会への参加が必要 ■募集要項配布期限=10月19日(月) ※中央図書館 管理係(土・日曜日を除く)や募集説明会で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可

◆募集説明会

■日時=10月12日(月)、午前9時～10時 ※1社2人まで。説明会后、希望者で現地見学会を実施 ■申込=不要 ※当日直接会場へ
 —いづれも—

■場・問先=中央図書館 管理係 ☎5813-3749

血液・尿検査などで健康チェック/健康増進健診

■期間=11月1日～令和3年1月31日 ■場所=区内指定医療機関 ■対象等=表1 ※職場などで同等の健診機会がある方などを除く ■内容=特定健診に準じた健診(身体・血圧測定/各種検査 など) ■期限=12月25日(金)必着 ■申・問先=データヘルス推進課 データヘルス推進係 ☎3880-5601

表2 足立福祉事務所各福祉課一覧

申・問先	電話番号
西部	3897-5013
千住	3888-3142
中部第一	3880-5875
中部第二	3880-5419
東部	3605-7129
北部	5831-5797

表1 健康増進健診 対象等

対象	申込等
令和2年12/1以降に転入により国民健康保険に加入した方	窓口/住所、氏名(フリガナ)、生年月日、電話番号、「健康増進健診」を区へハガキで送付 ■申・問先=データヘルス推進課 データヘルス推進係 ☎3880-5601
令和2年12/1以降に転入または障がい認定により後期高齢者医療制度に加入した方	
昭和20年10/1～21年3/31生まれで国民健康保険以外の医療保険に加入中の方	
令和3年3/31現在40歳以上で、生活保護を受給中の方	電話/窓口 ■申・問先=管轄の足立福祉事務所 各福祉課(表2)
令和3年3/31現在40歳以上で、中国残留邦人等支援給付を受給中の方	電話/窓口 ■申・問先=高齢福祉課 中国帰国者等支援担当 ☎3880-5204

認知症などの「もしも」に備えて事前に対策 高齢者見守りサービス

■問先=高齢福祉課 在宅支援係 ☎3880-5257

「介護保険外高齢者サービス」を活用すれば、少ない費用で高齢者のためのサービスを利用できます。 ※そのほかのサービス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。



◆高齢者見守りサービス助成

■対象=65歳以上で、慢性疾患などにより自宅での生活に不安がある方や夫婦など ※訪問調査あり。区の類似事業や、すでにサービスを利用している方は対象外 ■内容=生活状況を検知する装置(カメラ型・センサー型見守り装置/使用状況確認機能付きポット・冷蔵庫など)を自宅に設置する場合の初期費用の助成 ■助成額(上限)=1万3,500円

◆徘徊高齢者位置検索システム費用助成

■対象=区内在住で、認知症による徘徊行動があり、要介護・要支援の認定を受けている方を介護する親族 ※訪問調査あり ■内容=専用GPS端末(携帯電話などは対象外)による位置検索サービス提供事業者との契約費用などの助成 ■助成額(上限)=加入料…5,250円(所得により自己負担あり) ▷検索料…月額1,500円(基本料金は自己負担)

◆高齢者緊急通報システム

■対象=65歳以上で、慢性疾患などにより自宅での生活に不安がある方や夫婦など ※訪問調査あり。固定電話の回線が必要 ■内容=病気など、緊急の場合に救急車を要請できる機器を設置し、ペンダントを貸与 ※自宅の鍵を事業者に預ける必要あり ■費用(月額)=900円 ※住民税非課税・生活保護受給世帯は500円

◆高齢者見守りキーホルダー

■対象=65歳以上で、一人での外出に不安があるまたは認知症による徘徊の恐れがある方 ■内容=警察に保護された場合などに身元や緊急連絡先が分かる「登録番号入りキーホルダー」を地域包括支援センターで配布 ※認知症による徘徊の恐れが特に強い方には衣類に登録番号を印刷するサービスもあり



あなたも認知症になる可能性があります。大切なのは早めに気づくこと!

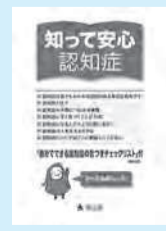


■問先=地域包括ケア推進課 認知症施策推進担当 ☎3880-5885

認知症は治らないから、医療機関に行っても仕方がないと考えていませんか? 実は認知症も、早期診断・早期対応が非常に重要です。

- 早期診断・早期対応が重要な主な理由**
- 進行を遅らせることが可能な場合がある
 - 治る認知症や一時的な症状の場合がある
 - 今後の生活の準備ができる

「ひょっとしたら認知症?」と気になり始めたら、「知って安心認知症(リーフレット)」に掲載の「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」で状態をチェック。結果に不安のある方は、地域包括支援センターにご相談ください。



- 知って安心認知症(リーフレット)配布場所**
- 地域包括支援センター
 - 地域包括ケア推進課 認知症施策推進担当



区のホームページでも閲覧可▶

地域のコミュニティ事業が助成を受けました

(一)自治総合センターは宝くじの社会貢献広報のために、文化振興事業やコミュニティ助成事業を行っています。今年度はこの宝くじの助成金制度を活用し、中央本町五丁目町会がイベントを通して地域の活性化を図るため、テントなどの備品を購入しました。 ■問先=地域調整係 ☎3880-5864

**納税通知書等送付用封筒の
 広告募集**

■内容=3年度の特別区民税・都民税や軽自動車税の納税通知書送付用封筒などに掲載 ※内容審査を実施。版下は申込者が作成。規格など、くわしくは区のホームページをご覧ください。■申込=広告原稿、申込書を区へ郵送・持参 ※申込書は課税課 庶務係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可■申込期間=10月12日～30日必着■申・問先=課税課 庶務係 ☎3880-5847

**千住一丁目創業支援館
 「かがやき」入居者募集**

■入居日=3年1月1日以降■所在地=東京芸術センター11階■対象=創業予定者/入居日現在、創業3年未満の法人・個人■募集室数=5室(選考)■入居期間=2年間※審査により1年間延長可■申込=必要書類を持参 ※申込書類は企業経営支援課 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■期限=10月30日(金)■申・問先=企業経営支援課 創業支援係 ☎3880-5495

**11月～3月
 にかけて
 多発**

ノロウイルス食中毒に注意!

■問先=足立保健所 生活衛生課 食品保健係 ☎3880-5363
 食品監視係 ☎3880-5364

統計上、冬になると増加するノロウイルスは感染力が非常に強く、ごく少量でも口から体内に入ることによって感染します。都内で発生している食中毒のうち、ノロウイルスを原因とする患者が10年以上最多。特徴と予防法を知って、対策しましょう。

ノロウイルス食中毒の特徴

吐き気・おう吐・腹痛・下痢などを引き起こします。感染力が強いため、大規模感染を引き起こす可能性があります。

身近な発生事例

**新鮮でも危険
 カキ(二枚貝)の生食**

ノロウイルスに汚染された海水をカキが内臓に取り込んで濃縮。そんなカキを、加熱せずに生で食べてしまうことで感染します。新鮮でも、「生食用」の表示があったとしても、感染する危険性があります。



**手洗い・消毒の徹底不足が招く
 餅つき大会で集団感染**

幼稚園や町会などの餅つき大会で、つきあがった餅を食べて感染するケースが全国で発生しています。餅つき作業前の手洗いの不徹底や、杵・臼の消毒不足で餅がノロウイルスに汚染され、100人以上の集団感染を招いた事例も。



今すぐできる食中毒予防

◆食材にウイルスを付けない

とにかく手洗いが重要です。トイレの後や調理・食事の前には、石けんなどで30秒以上しっかり手を洗いましょう。

◆食材の中心までしっかり加熱

85～90℃で90秒以上加熱することで、ノロウイルスは死滅します。

**不法投棄
 110番
 センサーライト
 貸し出します!**

■申・問先=不法投棄110番(生活環境保全課内)
 ☎3880-5300

「不法投棄110番」では、不法投棄等防止のため、グッズの貸し出しを行っています。10月1日からは、四面が光る新バージョンのセンサーライトの貸し出しを開始! 不法投棄等防止看板やシールも貸し出しています。不法投棄のない「きれいなまち」の実現に、ぜひご活用ください。■申込=電話/窓口/区のホームページから専用フォームに入力

区のホームページ
 はコチラ



NEW 四面発光センサーライト



高さ13.2cm×幅14.9cm×奥行4.9cm。夜間に人が近づくと自動で点灯! 太陽電池を使用しているため、電源不要です。ほかにも、防犯カメラ型などがあります。

第16弾

**輝く
 未来へ
 一直線!**

東京2020大会を
 盛り上げる月1連載

最年少タイトル獲得記録が30年ぶりに更新されるなど、注目を集める将棋界。今号は、中学2年生ながら、中学・高校合同の部活動で主力として活躍する少年を紹介します。

■問先=広報係 ☎3880-5815



将棋

高古 翔さん
 (明治大学附属中野中学校 2年生 棋道部所属
 (区立亀田小学校出身))

小学1年生のときに、友達から誘われたのがきっかけで始めた将棋。それまでは存在すら知りませんでした。幼いころからクイズや迷路ゲームなど、頭を使うことが好きだったので、ルールはすぐに覚えられたそうです。インターネットや道場で練習を重ね、小学生のころから数々の大会で好成績を収め、昨年出場した「文部科学大臣杯第15回小・中学校将棋団体戦東京都大会」では、チームの優勝に貢献しました。

「負けると悔しい。でも、悔しさは引きずらずに切り替えて、負けから得られたことを次に活かしている」と語る高さん。

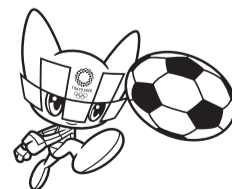
目標は東京・将棋会館道場で初段から二段に昇段すること。昇段には、道場で10連勝をあげるなどの規定がありますが、彼の将棋への熱意や冷静さがあれば、きっと達成してくれるでしょう。



▲得意戦法は、飛車を中央の列に振る「中飛車」。本を何十冊も読み込んで勉強している

次回11月10日号は
サッカーで活躍する
女子小学生が
 登場予定

最終回



©Tokyo 2020

**計量器(はかり)の
 定期検査**

■期間=11月10日～3年2月5日(予定) ■対象=計量器を使用している事業者 ※実施日の約10日前にハガキで通知 ■内容=都に委託された検査員が訪問 ■問先=(都)計量検定所 ☎5617-6638 / (区)消費者センター ☎3880-5385

11月8日はいい歯の日

菌を増やさず、一生自分の歯で食べよう!

「口内環境」を整えることは、健康で元気に生きることにつながります。区の歯科健診の受診や日ごろからのケアも大切です。世代別のポイントを参考に、今日から実践しましょう!

問い合わせ先 データヘルス推進課 多世代健康データ連携担当 ☎3880-5601

リーフレットなどの配布場所
データヘルス推進課/保健センター

0歳～

むし歯菌
糖分をエサに酸を出して歯を溶かします。
1歳7カ月～2歳7カ月ごろにすみつきやすい。

生えはじめの歯は溶かしやすいから大好き

小学生～

歯周病菌
歯周ポケットがすみか。歯肉から血管に入り込んで全身を攻撃!



65歳～

「お茶を飲んでむせる」「かたいものが食べられない」「口が渇く」などの症状に気づけて!



年齢は3年3月31日現在。対象者には案内・受診券などを送付済み(妊婦歯科健診は母子健康手帳交付時に配布)



生まれたばかりの赤ちゃんの口の中にむし歯菌はいないよ。

①ここに注意!

乳歯はむし歯になりやすい

乳歯は酸に弱いため、むし歯になりやすく、乳歯のむし歯は歯並びやあごの発達などに悪影響を及ぼします。



区の小学4年生の約8人に1人の歯肉は要観察の状態です!

①ここに注意!

歯周病が全身の健康を脅かす

歯周病菌が歯と歯肉の間の「歯周ポケット」で炎症を起こし進行すると、骨が溶けて歯がグラグラするなどの症状がでます。また、全身の健康にも悪影響を与える危険な病気です。

①ここに注意!

口腔機能の低下が介護リスクを高める

口の機能が低下すると、食事や会話が楽しくなくなり、全身の健康状態の悪化にもつながります。また、要介護状態におちいる可能性があります。

無料 区の歯科健診

- 親子はじめて歯科健診 対象 9カ月～1歳2カ月の子どもと保護者
- 1歳6カ月児歯科健診
- 3歳児歯科健診
- あだちっ子歯科健診 対象 4～6歳の子ども

教育・保育施設への通園の有無に関わらず、すべての子どもが受けられます!

- (小中学校) 定期学校歯科健康診断
- 妊婦歯科健診 対象 妊娠中の方
- 成人歯科健診 対象 20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の方

歯周病は歯を失う原因第1位! でも痛みがないから気づきにくいんだ

- 後期高齢者歯科健診 対象 76・80歳の方

入れ歯の方も受診できます!

何でも噛める歯でいつまでも健康に!

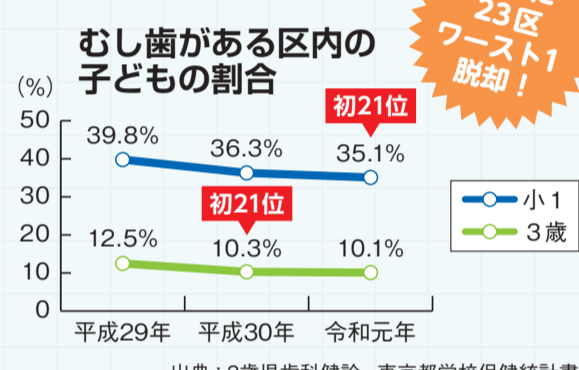


よく噛むことは脳の活性化にもつながるわ

区民の歯の状況

あだちっ子のむし歯は減少しています!

家庭や教育・保育施設などでのむし歯予防の取り組みの成果が出ています! 健康な歯をめざしてこれからも取り組みましょう!

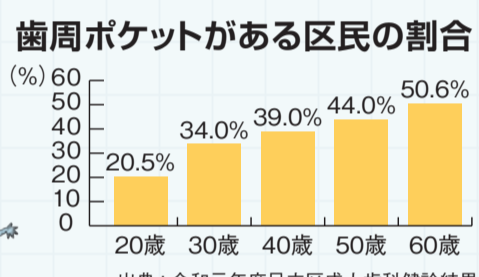


乳歯のむし歯予防が健康な永久歯をつくるよ!

出典: 3歳児歯科健診・東京都学校保健統計書

こんなに多い...! 区民の20歳で約5人に1人、60歳では約2人に1人に深い歯周ポケットがありました!

年齢が上がるにつれて、歯周病になる方は増えていきます。若いころからのケアが肝心です。



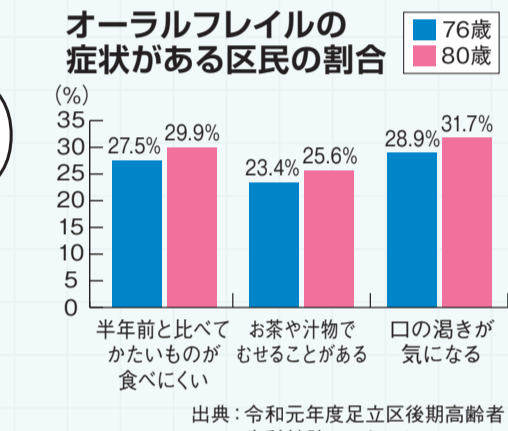
この症状が1つでも出ていたら危ない!

- ☑歯をみがくと出血
- ☑口の中がネバネバする
- ☑口臭がある
- ☑4mm以上の溝(歯周ポケット)がある

オーラルフレイルは老化のサイン!

「飲み込むときにむせる」など、口の機能の衰えを「オーラル(口腔)フレイル(虚弱)」といいます。区民の76・80歳の約4人に1人が「お茶や汁でむせることがある」と回答。放っておくと、誤嚥性肺炎*になることもあるので注意が必要です。

サインが出ていたら口のケアや体操を!



ケアのポイント

ポイント① 小学3年生ごろまでは仕上げみがきを!

子どもが自分でキレイにみがけるようになるまで、歯みがきの最後は大人の手で。特にむし歯になりやすい歯は入念に!

ポイント② おやつは「時間・量・組み合わせ」がポイント!

むし歯菌は、お砂糖が大好き! むし歯菌になりにくいおやつを選び、量を決めて食べるようにしましょう。

歯科健診結果から特定!



どんなおやつが歯によいからリーフレットで確認!



ポイント③ 歯と歯の間をキレイにしよう!

歯周病やむし歯の予防には、原因となるプラーク(細菌のかたまり)を増やさないことが大切。歯と歯の間は歯ブラシの毛先が届きにくいので、歯間清掃器具を使用してお手入れしましょう。



ポイント④ 年に1度はお口のチェック

歯周病は悪化していることに気づきにくい病気です。年に1度は歯科医院に行きましょう。

歯周病菌は全身に影響を及ぼします

歯周病菌は歯肉から血管内に入り全身を巡ります。近年の研究から、糖尿病・心筋梗塞・動脈硬化・大腸がん・認知症・低体重児出産など、全身との関わりが明らかになっています。若いころから歯科医院で定期的にチェックを受けましょう。

脳卒中
気管支炎・肺炎
心臓病
糖尿病

早産、低体重児出産

狭い隙間はデンタルフロス
広い隙間は歯間ブラシ

くわしい使い方はコチラ

(公社)東京都足立区歯科医師会 会長 湊 耕一さん

ポイント⑤ 歯・舌・入れ歯すべてキレイにして安全に食べる

歯だけでなく口の中全体をキレイにして、細菌が気管に入らないように気をつけましょう。

寝起きは細菌の数が多いため、朝はまずよくくわいがい

入れ歯にも細菌が付着するので、必ず外してキレイに

下の2つ以外の体操はリーフレットへ

あだちちゅうりっぷ体操 検索

ポイント⑥ 「あだち☆ちゅうりっぷ体操 -オーラルフレイル予防編-」を見て口のまわりの筋肉をトレーニング!

何でも噛めるよう、「飲み込む力」や「噛む力」を鍛えよう!

1 ステキな笑顔になるちゅうりっぷ体操

口のまわりの筋肉をしっかり使おう

2 唇と舌の筋力をつけるパタカラの発声

舌の位置を意識してゆっくり発音する

①「ちゅう」 力いっぱい唇を突き出す

②「りっ」 口の両端を5秒間左右に引き上げる

③「ぶ」 唇を突き出しながら5秒間息をはく

①閉じた口を開けて「パ・パ・パ」

②舌で上あごを押し「タ・タ・タ」

③のどの奥に力を入れて「カ・カ・カ」

④舌先を丸めて「ラ・ラ・ラ」

2回繰り返す

2~3回繰り返す

コロナ禍の今こそ、つば(だ液)がとばない 歯みがき2つの約束

1 ちい小さく なるべく口を閉じて歯ブラシを小さく動かす

2 しずやかに 口をゆすぐときは頭を低くして静かに吐き出す

「歯みがきマナーうちわ」を汚さずにみがこう 飛沫防止歯みがきチャレンジ

20cmくらい離して使ってね

くわしい使い方はコチラ

くわしくはコチラ

くわしくはコチラ

くわしくはコチラ

アンケートに回答して、区オリジナルグッズをゲットしよう!

おうち DE いい歯☆スマイルキャンペーン

2,525人 どちらかをプレゼント(先着順)

わたしたちのデザイン入り

食事などで外したときの保管に便利!

A. 歯の健康力UP マスクケース

B. おくばちゃん 反射材

■対象=区内在住・在勤の方■申し込み方法=区のホームページから専用フォームに入力/住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、希望のプレゼント、歯と歯の間のお手入れについて気をつけていること、「いい歯スマイルキャンペーン」をハガキで送付■申込期限=10月26日(月)消印有効■申し込み先=データヘルス推進課 多世代健康データ連携担当 〒120-8510 中央本町1-17-1

申し込みはコチラ

人材募集

常勤職員

◆栄養士(Ⅰ類)

■対象=次のすべてに当てはまる方…平成3年4月2日以降生まれ/管理栄養士免許を有する/地方公務員法第16条の各号のいずれにも当てはまらない/現に区の常勤職員でない(任期付を除く) ■募集人数=若干名

◆看護師(Ⅱ類)

■対象=次のすべてに当てはまる方…昭和51年4月2日以降生まれ/看護師免許を有する(令和3年3月31日までに取得見込みも可)/地方公務員法第16条の各号のいずれにも当てはまらない/現に区の常勤職員でない(任期付を除く) ■募集人数=4人

— いずれも —

■採用予定日=令和3年4月1日以降 ■選考=▷1次…11月28日(土)▷2次…12月(予定) ■申込=選考案内に添付の申込書を区へ簡易書留で郵送・持参 ※勤務内容など、くわしくは選考案内を参照。選考案内は区役所1階総合案内、人事課 人事係、区民事務所(中央本町を除く)、中央図書館、総合スポーツセンターなどで配布するほか、区のホームページからもダウン

ロード可。申込書は返却不可 ■期限=10月30日(金)必着 ■申・問先=人事課 人事係 ☎3880-5831

■本庁舎宿直警備員(非常勤)

■対象=公共施設などで警備経験がある方 ■勤務内容=区役所本庁舎内外の警備/来庁者・電話対応 など ■勤務条件=4週間・120時間以内で宿直を伴う交替制勤務 ※社会保険・有給休暇あり ■雇用期間=3年1月1日~3月31日 ※勤務実績などにより更新あり ■報酬=月額19万3,052円 ※交通費あり(上限あり) ■募集人数=1人程度 ■選考=▷1次…書類 ▷2次…面接(11月9日(月)予定) ■申込=履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付)を区へ簡易書留で郵送・持参 ※申込書類は返却不可 ■期限=10月26日(月)必着 ■申・問先=庁舎管理課 本庁舎管理係 ☎3880-5824

■区立保育園・認定こども園職員(保育(非常勤))

■必要資格等=表1 ■勤務場所=区立保育園・認定こども園 ■雇用期間=12月1日~3年3月31日 ■選考=▷1次…書類 ▷2次…面接(11月9日(月)予定) ■申込=申込書(自筆、写真貼付)を区へ簡易書留で郵送・持参 ※申込書は子ども政策課 保育人事計画担当、区

立保育園(公設民営園を除く)・認定こども園で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。申込書は返却不可 ■期限=11月5日(木)必着 ■申・問先=子ども政策課 保育人事計画担当 ☎3880-8015

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=3年3月24日~5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専用フォームに入力/募集要項に添付の申込書、作文を区へ郵送 ※作文の内容など、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=11月6日(金)必着 ■申・問先=環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049

暮らし・まちづくり

講座「子どもの虐待防止のために、あなたができること」

■日時=11月23日(祝)、午後1時30分~4時30分 ■場所=ギャラクシティ ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=児童虐待が起こる要因や対応策を学ぶ ■定員=25人(10月13日から先着順) ※保育あり(要予約、6カ月~就学前の子ども、先着5人) ■申込=電話/区のホームページから専用フォームに入力/住所、氏名(フリガナ)、保育希望の場合は子どもの氏名(フリガナ)、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、「子どもの虐待防止」をファクス ■申・問先=NPO 活動支援センター(日・月曜日、祝日を除く、午前9時~午後8時) ☎3840-2331 ☎3840-2333

■マイナンバーカード交付会場を増設しました

■増設会場(要予約)=イオン西新井店(梅島3-32-7)/区民事務所(中央本町を除く) ■問先=個人番号カード交付・普及推進担当 ☎3880-5698

表1 区立保育園・認定こども園職員(保育(非常勤)) 必要資格等

職種	必要資格・免許	勤務条件	報酬(月額)	募集人数
保育(日中保育)	保育士、幼小中教諭、看護師、保健師のいずれか	週4日、1日6時間	15万279円	1人程度
		週5日、1日6時間	18万7,849円	6人程度
保育(朝夕保育)	保育士	週6日、1日4時間(朝または夕方)	15万4,441円	各3人程度
保育(延長保育)		週6日、1日4時間	15万7,191円	

※社会保険・有給休暇あり。交通費あり(上限あり)。勤務条件など、くわしくは申込書を参照



猫の不妊去勢手術費助成

■対象=区内在住で、区内の飼い猫または飼い主のいない猫に不妊去勢手術を受けさせる方 ※手術前に申請し、助成承認日の翌日から60日以内に、区と協定を締結した動物病院で手術(60日より前に年度を越える場合は3月31日まで)。1人あたり1カ月3匹まで。予算に達し次第、受け付け終了。飼い主のいない猫の場合は、手術時に目印(片耳の先端をV字に切除)をつけることが必要 ■助成金額(1匹)=▷不妊手術…4,000円 ▷去勢手術…2,000円 ■持ち物=印鑑(スタンプ印不可)/本人確認書類(健康保険証、運転免許証など) ■申込=窓口 ■申・問先=足立保健所 生活衛生課 庶務係 ☎3880-5375

秋の恒例プレゼント! 「ビュー坊のガーデンピック」

10月26日から区内の事業協力花店で花苗などを購入した方に、「ビュー坊のガーデンピック」をプレゼント! ※なくなり次第終了

— 「花のあるまちかど事業」にご協力ください —

まちの中に花を増やして彩ることや、屋外で花の手入れを行う人の目で犯罪を抑止することを目的として実施しています。

ぜひ、あなたも「花のあるまちかど事業」に参加して、花いっぱい安全なまちづくりにご協力ください。 ※事業協力花店など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

■問先=美化推進係 ☎3880-5856 ▲ビュー坊のガーデンピック



その歩みが健康への第一歩

初心者向けウォーキング教室開催!

無料

舎人・東綾瀬の2コースで、1人でも楽しくできるストレッチ・トレーニングや正しい歩き方が学べる教室を開催します。指導員と一緒に、3日間のプログラムを楽しみましょう!

舎人公園コース(3日制)

■日時=11月4日(水)、12月2日(水)、3年1月6日(水)、午前9時~10時 ※雨天時は11月18日(水)、12月16日(水)、3年1月20日(水)に延期

東綾瀬公園コース(3日制)

■日時=11月8日(日)、12月9日(水)、3年1月10日(日)、午前10時~11時 ※雨天時は11月22日(日)、12月23日(水)、3年1月24日(日)に延期

— いずれも —

■対象=区内在住・在勤・在学でおおむね65歳以上の方 ■定員=30人(10月12日から先着順) ■申込=電話/住所、氏名、年齢、電話番号、希望コース名(1人1コースまで)、「ウォーキング教室」をファクス ■申・問先=スポーツ振興課 振興係

☎3880-5826 ☎3880-6028

木造住宅耐震事業 説明会・相談会 (ブロック塀助成など含む)

■日程等=表2 ■内容=昭和56年5月以前に建築された木造住宅などの耐震診断・改修工事の助成制度の説明/個別相談 ■申込=電話
 ■申・問先=建築防災係 ☎3880-5317

2年度 空き家無料相談会

■日程等=表3 ■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(10月12日から先着順) ■申込=電話/区のホームページから専用フォームに入力/住所、氏名(フリガナ)、電話番号、希望日、「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

あだちNPOフェスティバル

◆第1部 講演会「あだちを支えるパワーの源『あだちのチカラ』を語りつくす」

■時間=午前10時30分~11時30分 ■内容=木曾さんちゅうさん、スマイリーキクチさん、村上純さん(しずる)、吉満明子さん(株)センジュ出版(代表)によるトークセッション ※J:COMチャンネル足立での生放送あり ■定員=50人

◆第2部 講演会「超絶まちづくり」 「コロナ禍のNPO活動」

■時間=午後1時30分~2時30分 ■内容=まちを盛り上げる様々な

取り組みを学ぶ「超絶まちづくり」と、NPOの現状と今後の可能性を学ぶ「コロナ禍のNPO活動」のいずれかを選択 ※終了後、地域活動に関する意見交流会を実施。くわしくは区のホームページを参照 ■定員=各25人

—いずれも—
 ※抽選。YouTubeでの生配信あり ■日程=10月31日(土) ■場所=区役所庁舎ホール ■申込=電話/区のホームページから専用フォームに入力/氏名(フリガナ)、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、講演名をファクス ■期限=10月23日(金) ■申・問先=NPO活動支援センター(日・月曜日、祝日を除く、午前9時~午後8時) ☎3840-2331 ☎3840-2333

雇用・生活・こころと法律の総合相談会

■日時=11月9日(月)~14日(土)、午前10時~午後3時 ※10日(火)・13日(金)は5時終了 ■場所=東京芸術センター9階・会議室 ■内容=仕事が見つからない、働く自信がない、多重債務がある、眠れない、家族のひきこもりなどの悩みに専門相談員が応じる ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=くらしとごとの相談センター ☎3880-5705

あだち虹色寄附制度

使い道を選んで寄附することで、区への想いを事業に反映できる「あだち虹色寄附制度」。個人に限定されている「ふるさと納

税」に対し、法人などでも利用可能で、2,000円以上の寄附から税優遇のある制度です。子ども食堂を運営する団体や、経済的理由で修学が困難な学生への支援など、様々な分野から寄附先を選べます。元年度に皆様からいただいた寄附総額は2,890万843円(123件)です。寄附に託された想いを区政に生かしてまいります。

◆返礼品を充実

「牛革のランドセル」、職人の手で作られた「手植えの洋服ブラシ」など区の伝統工芸品 ▲牛革のランドセルを追加しました。区外在住の家族



や親戚にご紹介ください。 ※区内在住の方は返礼品の対象外 —いずれも—
 ※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=▷制度の概要…財政課 財政担当 ☎3880-5814
 ▷寄附の方法など…区民参画推進課 区民参画支援係(エル・ソフィア内) ☎3880-5020
 ▷税控除の内容…課税課 課税第一係~第四係 ☎3880-5230~2/☎3880-5418

暮らし・まちづくりは、10面に続きます

パソコン講座(11月分)



■日時等=表4 ■場所=あだち産業センターIT支援室 ■申込=電話/ホームページ ※いずれも定員あり(10月12日、午前9時から先着順)。くわしくはホームページをご覧ください。 ■申先=ランディック(株) IT事業部(区協働事業者) ☎6802-7829 🌐http://www.landic.co.jp/

■問先=▷パソコン講座…ランディック(株) IT事業部 ▷協働事業…区・イノベーション推進担当 ☎3880-5496

表4 パソコン講座(11月分) 日時等

コース名	日時	費用 (テキスト代・税込)
ワード Word2013・2019基本1日コース [Word基礎知識から文字の編集、文章作成、表、グラフィック機能の利用]	1(日)・11(水)、 午前10時~午後5時	各 10,230円
パワーポイント PowerPoint2013・2019基本1日コース [スライド作成から図・表・グラフの挿入、アニメーション・プレゼンテーション設定まで]	3(祝)・18(水)、 午前10時~午後5時	
エクセル Excel2013・2019基本1日コース [Excel基礎、データ編集、オートフィル、表作成、グラフ、データベースまで]	7(土)・25(水)、 午前10時~午後5時	各 12,100円
アクセス Access2013基本1日コース [Accessって何? からデータベースの概要、クエリ、フォームの作り方まで]	8(日)、 午前10時~午後5時	
HTML5・CSS3の概要と基本夜3日コース [HTML5やCSS3の概要と便利な新機能を使用し、HPを作成]	10(火)・17(火)・24(火)、 午後7時~9時	
Excel2013中級1日コース [シート間での集計、大きな表の印刷設定、入力規則や条件付き書式など効率の良い表作成とデータベースなど]	14(土)、 午前10時~午後5時	各 13,200円
イラストレーター Illustratorビギナー1日コース	15(日)、 午前10時~午後5時	
フォトショップ Photoshopビギナー夜3日コース [画像の加工・ロゴ作成などの基本操作]	16(月)・18(水)・20(金)、 午後7時~9時	12,100円
Excel1日コース [ゼロからマクロ・仕事で使う関数・ピボット集計分析]	21(土)、 午前10時~午後5時	
小学生向けプログラミング基礎編 午前1日コース [「スクラッチ」でハラハラ迷路ゲーム作成] ■対象=小学1~3年生と保護者	23(祝)、 午前10時~正午	1,980円
ワードプレス WordPress速習作成1日コース	28(土)、 午前10時~午後5時	各 6,600円
Word&Excelで差込印刷午前1日コース [QRコード付き宛名シールや名刺をオリジナルのExcelデータを使って作成]	29(日)、 午前10時~午後1時	
リモート遠隔操作設定(ZOOM編) 午後1日コース [画面共有・リモート操作・ビデオチャット通話・背景などの設定と操作体験]	29(日)、 午後2時~5時	

※教材付き

表2 木造住宅耐震事業説明会・相談会 日程等

場所	日程	時間
区役所	10/13(火)・16(金)・22(木)、11/10(火)、 12/8(火)・15(火)	午前10時~正午
	10/27(火)、11/10(火)、12/8(火)	午後2時~4時
千住庁舎	11/18(水)	午後6時30分~8時30分
	11/29(日)	午前10時~正午

表3 2年度 空き家無料相談会 日程等

場所	日程	時間
足立成和信用金庫 北千住ローンプラザ(千住2-57)	10/25(日)	午前10時~正午
江南住区センター	10/30(金)	午後2時~4時
中川地域センター(長門住区センター分館)		
新田住区センター	11/5(木)	午前10時~正午
大谷田谷中住区センター		
足立成和信用金庫 西新井ローンプラザ(西新井栄町2-3-15)	11/8(日)	午前10時~正午
特別養護老人ホーム ハピネスあだち(江北3-14-1)	11/12(木)	午後2時~4時
花畑住区センター		
足立成和信用金庫 本木支店(興野1-15-13)	11/19(木)	午前10時~正午
竹の塚六月住区センター		
五反野コミュニティセンター	11/27(金)	午前10時~正午
舎人住区センター		
勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)	11/29(日)	午前10時~正午
西新井住区センター	12/3(木)	午後2時~4時
地域包括支援センター 伊興		
足立成和信用金庫 六町ローンプラザ(南花畑1-1-30)	12/6(日)	午前10時~正午
足立成和信用金庫 皿沼支店(鹿浜8-31-8)	12/10(木)	

広告



犬のしつけ・トレーニング教室 いぬ語大学



オンライン教室
はじめたよ!

(子ども動物教室アニマルシップ)
いぬ語大学 代表: 横井 恵

足立区梅田5-7-2

03-5888-5455



暮らし・まちづくりは、
9面からの続きです

暮らし・まちづくり

男女参画プラザの講座

目の前の暴力が子どもの脳の発達に影響する

■日時=11月7日(土)、午前10時～正午 ■場所=興本地域学習センター ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=暴力が起こる背景・形態を日本・海外の状況から学ぶ/子ども

の目の前で行われる暴力が脳に与える影響について理解を深める

40・50代から考えよう

仕事と私、〇〇と私

■日時=11月12日(木)、午後6時30分～8時30分 ■場所=シアター1010・10階 ■対象=区内在住・在勤の方 ■内容=定年後、地域の中などに仕事以外の自分の居場所を見つけ、セカンドライフを楽しく幸福に生きるためのヒントを学ぶ —いづれも—

■定員=15人(10月12日から先着順) ※保育あり(子どもの脳講座は10月29日、セカンドライフ講座

は11月4日までに要予約、6カ月～就学前の子ども、先着5人) ■申込=電話/区のホームページから専用フォームに入力/住所、氏名(フリガナ)、年齢、保育希望の場合は子どもの氏名(フリガナ)・年齢、電話・ファクス番号、講座名をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 ☎3880-0133

図書のリサイクル「本のとらば一ゆ」

■日時=11月29日(日)、午前10時～午後4時 ※30分ごとに12回実施 ■場所=生涯学習センター・講

堂(学びピア21内) ■対象=区内在住の方 ■内容=区立図書館で利用を終えた図書や寄贈図書の無料配布 ※1人20冊まで(絵本は2冊まで)。持ち帰り用の袋は各自持参 ■定員=各25人(抽選) ■申込=区のホームページから専用フォームに入力/住所、氏名、電話番号、「本のとらば一ゆ」をファクス・往復ハガキで送付 ※往復ハガキは返信面にも宛名を記入。1通で1人まで ■期限=10月30日(金)必着 ■申・問先=中央図書館 管理係 〒120-0034千住5-13-5 ☎5813-3749 ☎3870-8415

あたちの遊び場

※開園(館)時間などは各施設によって異なります。

ギャラクシティ 〒123-0842 栗原1-3-1
☎5242-8161 ☎5242-8165 <https://galaxcity.jp/>

イテオン こどもゆめくらぶ 「プログラミングしてロボットを動かそう」

■日時=11月15日(日)、午後2時～3時30分 ■対象=小・中学生 ※小学1～3年生は保護者同伴 ■内容=ブロックでロボットを組み立て、プログラミングで動かす ■定員=7人(10月11日から先着順) ■申込=電話

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 ☎3870-8544 <https://ces-net.jp/ara-vc/>

イテオン 一日のんびり魚つり

■日時=11月15日(日)、午前10時～午後3時 ■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 ■内容=魚つりを通して、荒川の生きものや環境について学ぶ ■費用=200円(しかけ代など) ■期限=11月2日(月)必着

都市農業公園 〒123-0864 鹿浜2-44-1
☎3853-4114 ☎3853-3729 <https://ces-net.jp/toshino/>

イテオン 初めての三味線教室 (6日制)

■日時=11月・12月の第1～3金曜日、午後1時30分～3時 ■対象=18歳以上の方 ■内容=三味線の構え方・弾き方を学ぶ ■定員=10人(抽選) ■費用=1万200円 ※三味線の無料レンタルあり ■申込=全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、「初めての三味線教室」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1人1回のみ申し込み可 ■期限=10月21日(水)必着



▲分かりやすく丁寧な説明でスキルアップ!

はじめての魚つり in 新田

■日時=11月8日(日)、午前10時～正午 ■場所=新田わくわく♡水辺広場 ■対象=小学生以上の方 ■費用=100円(しかけ代など) ■期限=10月26日(月)必着

荒川で魚つりデビュー

■日時=11月14日(土)、午後1時～3時 ■場所=荒川ビジターセンター/荒川河川敷・虹の広場 ■対象=小学生以上の方 ■費用=100円(しかけ代など) ■期限=11月2日(月)必着 —いづれも—

※雨天中止 ■定員=15人(抽選) ※小学生は保護者の参加が必要 ■申込=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

川あるきの日 くつつくタネをさがそう

■日時=11月1日(日)、午前10時～11時30分 ■場所=荒川河川敷・わんど広場 ■内容=服にくつつくタネなどの植物や生きものを探しながら歩く ■定員=20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時から荒川ビジターセンターで参加証を配布

農作業体験

■日時=10月23日(金)、午前10時～正午 ※雨天中止 ■対象=16歳以上の方 ■内容=公園の畑で植え付け・収穫・出荷準備などを体験 ■定員=5人(先着順) ■申込=不要 ※当日午前9時から会場で受け付け

歌声広場ソラシド

■日時=10月24日(土)・28日(水)、午前10時30分～11時50分 ■内容=ピアノの生伴奏に合わせて懐メロ・童謡・唱歌を歌う ■定員=各25人(先着順) ■費用=1回500円 ■申込=不要 ※当日午前9時から会場で受け付け

生物園 〒121-0064 保木間2-17-1
☎3884-5577 ☎3884-8996 <https://www.seibutuen.jp/>

イテオン ゴキブリ展

■期間=開催中～3年1月11日 ■内容=自然の中での役割や人との関わりなど、魅力的なゴキブリの世界を紹介 ※入園料が必要 ■申込=不要 ※当日直接会場へ

桑袋ビオトープ公園 〒121-0061 花畑8-2-2
☎3884-1021 ☎3884-1041 <https://ces-net.jp/biotop/>

イテオン 家族と落ち葉で遊ぼう ちびっこ自然体験

■日時=11月22日(日)、午前10時30分～11時30分/午後1時30分～2時30分 ■対象=就学前の子どもと保護者 ■内容=スタッフと一緒に落ち葉を集めて遊ぶ ※保護者向けの「生き物ものしりシート」あり ■定員=各10人(抽選) ■申込=窓口/全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・ファクス番号、希望時間(第2希望まで)、「家族と落ち葉で遊ぼう」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=11月10日(火)必着

広告

介護のことならゆいま～る

介護職員大募集。やさしく明るい人求む。(3881)5070 担当:鈴木
本社:足立区千住仲町16-4 本木北町・堀切7丁目・椿2丁目(サテライト)にも事業所あり

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)

講座「着物地で作る手のひらの秋」

■日時=10月24日(土)、午前10時～正午 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=着物地をリメイクして、秋の風物(栗や柿などの置物)を作る ■定員=10人(抽選) ■費用=800円(材料費) ■申込=電話/窓口/住所、氏名、電話番号、「手のひらの秋」をファクス・ハガキで送付 ※1人1回のみ申し込み可 ■期限=10月18日(日)必着 ■場・申・問先=あだち再生館(月曜日、祝日休館) 〒120-0011中央本町2-9-1 ☎3880-9800 🌐3880-9801

あらかわボートクルーズ「荒川の自然を再発見」

■日時等=10月25日(日)、午前9時～10時30分/11時～午後0時30分/2時～3時30分 ※新田リバーステーション(新田2)集合・解散。荒天時は11月1日(日)に延期 ■対象

=小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴 ■内容=生きものを育て荒川の役割を船の上から学ぶ ■定員=各25人(抽選) ■申込=電話/ホームページから専用フォームに入力 ■期限=10月13日(火) ■申・問先=(株)自然教育研究センター(区委託事業者) ☎6281-8738 🌐https://www.ces-net.jp/adachikankyo

■問先=(区)環境事業係 ☎3880-5860

みどりの学び場「気軽に楽しむガーデニング(冬・春花壇のデザイン編)」

■日時=11月25日(水)、午後1時30分～4時30分 ■場所=区役所庁舎ホールなど ■対象=区内在住の方 ■内容=冬から春を彩る植物の葉や花の色、形、生長する大きさなどを考慮した組み合わせ方を学ぶ/プランターへの植え付け作業体験 ■定員=20人(抽選) ■申込=区のホームページから専用フォームに入力/住所、氏名(フリガナ)、電

話番号、「冬・春花壇のデザイン編」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=10月30日(金)必着 ■申・問先=みどり推進課 みどり事業係 ☎3880-5919

花畑記念庭園ガイドツアー

■日時=10月17日(土)・24日(土)、午後3時15分～3時45分 ■対象=小学生以上の方 ■内容=池の周囲に園路をめぐらせた、伝統的な日本庭園の特徴や見どころを紹介 ■定員=各10人(先着順) ■申込=不要 ※当日午後3時から会場で受け付け ■場・問先=花畑記念庭園・桜花亭 ☎3885-9795

10月の休日開庁日

日時 10月25日(日)(第4日曜日) 午前9時～午後4時

場所 区役所

◆主な業務内容

- 転入・転出や戸籍の届出の受け付け
- 住民票の写しなどの証明書の発行
- 税・各種保険料の納付・相談
- 保育園に関する相談

くわしくはコチラ



東京未来大学 こどもみらい園の催し

◆不登校や発達に関するお悩み相談会

■日時=10月24日～12月5日の隔週土曜日、午前10時～11時30分 ■対象=登校などに不安のある小学3年生～中学生の保護者

◆ロボットプログラミング体験会&発達相談会

■日時=10月25日～12月6日の隔週日曜日、午後2時30分～3時30分 ■対象=発達に課題のある小学4年生～中学生

◆リトミック体験会&発達相談会

■日程=10月31日～12月12日の隔週土曜日 ■時間等=▷発達に課題のある就学前の子ども…午後1時～2時 ▷発達に課題のある小学生…2時～3時

—いずれも—

■定員=20人(10月11日から先着順) ■申込=ホームページから専用フォームに入力 ■場・申・問先=東京未来大学 こどもみらい園(月・火曜日を除く、午前10時～午後6時) 綾瀬2-30-6 ☎5629-3789 🌐http://miraien.tokyoumirai.ac.jp

大学連携の問い合わせ先=(区)大学連携担当 ☎3880-5840

あだち 工芸★マイカ

歓喜の演Vol.20「合唱」参加者募集

■日時=▷練習…11月29日～3年9月5日の毎週日曜日、午後6時～8時30分 ▷オケ合わせ…3年9月8日(水)・11日(土) ▷発表…3年9月12日(日) ■場所=ギャラクシティなど ■対象=16歳以上の方 ■内容=近藤直子氏指揮のもと、東京シンフォニックアンサンブルとともにバウハ作曲「マタイ受難曲(口語日本語版)」を演奏 ■定員=30人程度(先着順) ■費用=3万円 ※25歳以下の方は1万5,000円。分納可。演奏会費用1万8,000円程度と楽譜代が別途必要 ■申込=住所、氏名、年齢、性別、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、合唱経験、「歓喜の演Vol.20(合唱)」をハガキで送付 ■期限=11月20日(金)必着

林家たけ平独演会

■日時=12月13日(日)、午後1時30分開演 ※0時45分開場 ■場所=西新井文化ホール ■内容=足立区出身の噺家・林家たけ平が、同区出身の妹弟子・林家なな子と、特別ゲスト・四代目柳亭市馬を迎えて公演 ■定員=450人(先着順) ■費用=▷前売り…3,000円(友の会会員は2,700円) ▷当日…3,300円 ※就学前の子どもは入場不可。全席指定 ■申込=窓口/ホームページから専用フォームに入力 ■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

—いずれも—

■申・問先=ギャラクシティ 〒123-0842栗原1-3-1

☎5242-8161 🌐https://galaxcity.jp/

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

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 03-5876-5801
 信頼と実績の
株式会社サーベイ
 〒125-0054
 東京都葛飾区高砂 8-21-1
 見積り無料
 検査・修繕

地元で安心 結婚相談
秘密は厳守
どんな人がやっているの?
私に合う相手がいるの?
お気軽に見に来て下さい
 代表 澤井利雄 (読売新聞社社員)
 カウンセラー 澤井良枝 (結婚51年です)
 マッチングサービス・アプリに不安な方
 若い方から中高年迄・初婚再婚問わず応じます
 毎月先着20名様に
 ご成婚30組の経験談小冊子をプレゼントしています
 ●ご本人様だけでなく、ご両親様からのご相談が増えています
今すぐお気軽にお電話ください
ワンプラスワン 先ずは無料電話相談
 足立区平野3-26-14 ☎0120-79-4150
 Eメール sawai@1-p-1.com
 検索 ワンプラスワン 足立区
 ○東京商工会議所会員
 ○(公益法人)足立区会会員

相続税が掛かるのか全く分からない
 子供がいない 再婚した 財産に不動産が多い
 特定の相続人に多くの財産を相続させたい
 もし、一つでもあてはまるお悩みがございましたら個別相談会へ。

相続の事なら何でも、ご相談ください!
個別相談会 参加費 無料
 2020年11月1日(日)9時30分～12時00分 完全予約制(1枠30分)

対策がまだの方はお急ぎください!
「専門スタッフ」が的確なアドバイスで相続問題解決!
 税理士 弁護士 司法書士
 土地家屋調査士 不動産鑑定士
 会場 東京芸術センター9階[会議室1] 会場住所 足立区千住1-4-1

一般社団法人 東京あんしん相続おたすけ隊
 お申込みお問合せ ☎03-6231-3005 電話受付(平日) 9時～17時
 http://www.souzoku-otasuke.org/ あんしん相続 葛飾区
 〒125-0032 東京都葛飾区水元4-3-24



アップ
10月は図書館マナーUP月間

本が泣いています

あなたもついやっていませんか?

汚破損原因!



元年度に中央図書館で見つかった汚破損本は約300冊。その中には、借りた人の不注意で汚れたり破れたりした本があります。本は丁寧に扱い、区民共有の財産を守りましょう。

問い合わせ先 中央図書館 ☎5813-3740

汚破損本の修繕

もし、汚破損してしまったら、すぐに連絡を。

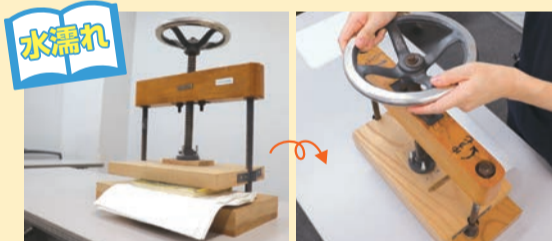


汚破損本が見つかったら、時間をかけて修繕しています。

中央図書館
飯塚館長

水に濡れたり、破れたりしたら…
ドライヤーで乾かしたり、セロテープで貼ったりせずに、**真っ先に図書館へ!**

元年度は、中央図書館で見つかった汚破損本のうち、約7割を再び貸し出せる状態まで修繕しました。



▲1ページごとに紙を挟み、機械で圧力をかけて、歪みを直します



▲やすりを丁寧にかけて、染みを直します



元年度は72冊

それでも直らなかった場合は、弁償をお願いしています!!

本に優しく! よくある汚破損事例3選



「読書中に食べていたお菓子が落ちて汚れた」「本を置いた場所の近くに飲み物があってこぼれた」などで、うっかり本に染みをつけてしまう方がいます。



本を入れるバッグを忘れてしまう方はいませんか? 雨の中そのまま持ち帰ったり、雨の翌日の自転車カゴに入れたりしたら、水で濡れてしまいます!



図書館には、劣化が進んでいる本もあります。新品と同じように扱って、ページが外れてしまうかもしれません。力加減のできない子どもが、うっかり破いてしまうことも。

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

庭木 1本から承ります!

あだち広報
をご覧の方に

生垣の剪定
幅1m×高さ2m
通常2,000円を
先着10名のみ (税別)
1,000円!

お客様へのお約束
○庭木1本より明瞭料金 ○土日でもOKです
○トイレはお借りしません ○お茶はご遠慮します

見積無料

株式会社ガーデンエクスプレス
東京東店 足立区入谷 8-6-1 営業時間 9:00~17:00
03-5838-0117

樹木葬花園墓苑

永代供養

説明会のご案内
毎月第2日曜日
第4日曜日
より行います
午後3時

ご契約 1人 15万円

聖徳太子のおてら 日暮里・舎人ライナー
源証寺 舎人駅から徒歩 9分

03-3899-0684

所在地: 東京都足立区入谷 2丁目 15-25
許可年月日: 平成27年12月1日 墓地変更許可番号: 27足保収第538号 住職: 大谷忍昌

庭木剪定

庭まわりの困りごとに、若さ溢れる有資格者のプロが迅速対応!

安心定額制!

株式会社 大和グリーン
フリーダイヤル 0120-187-394

お見積もり無料

足立支店 足立区竹ノ塚1-40-15
受付時間 9:00~18:00 無休

剪定は1本 高3m未満 3,000円! 税別

広報紙読者限定
すべての作業料金から
10%引
期限: 令和2年10月31日まで

広告

お墓はもう持たなくてもいい
埋葬地 静岡県伊東市「願行寺」宗派不問

1霊3万円 生前申込可
出張訪問・御遺骨お届け・永代供養 全て込み

豊島区巢鴨 4-19-8 ABC なんでもお墓相談 株式会社メモリアルアシスト
☎0120-05-1234 (10時~18時)