

2020年(令和2年)

5月10日 第1830号

発行 足立区  
編集 報道広報課  
住所 〒120-8510 足立区中央本町1-17-1  
☎ 3880-5111 (代表)  
FAX 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 FAX 3880-0041

しばらくの間、12ページ構成から8ページ構成にします。

# あだち 広報

## 寄りそい、つながり、手を差し伸べる

足立区民生・児童委員協議会  
第4合同9地区  
あきもと まさのぶ  
秋本 雅信さん(16年目)



## 明るく、元気な地域社会をめざす

足立区民生・児童委員協議会  
いちむらさとし  
会長 市村 智さん(19年目)



## 5月12日は 民生委員・ 児童委員の日

地域住民の立場に立って相談に応じ、見守りや支援、子どもの抱える様々な問題の解決を担う「民生委員・児童委員」。

区では、25の地区で523人(4月1日現在)の委員が活動しています。問い合わせ先 民生係 ☎3880-5870



このバッジが目印

四つ葉のクローバーに、平和の象徴であるハトを民生委員の「み」の字に変化させ、金色に浮きぼりしたデザイン

民生委員・児童委員の活動は8面へ

足立区民生・児童委員協議会  
第4合同9地区  
はやし こうじ  
林 浩治さん(4年目)



## 高齢者と地域社会の橋渡し

4・5面

🍅 簡単レシピを紹介 🌿  
#おうちで作ろう

簡単おいしいレシピを紹介!  
自宅で挑戦してみよう!



「新型コロナウイルス感染症」拡大防止のため、「区施設の休館(園)」や「イベントの中止」を行っています。最新情報については、区のホームページをご覧ください。また、あだち広報に掲載している情報も今後変更になる場合がありますので、事前に各担当にお問い合わせください。

区のホーム ▶  
ページは  
コチラ



## 特別定額給付金の申請書は 世帯主宛てに郵送します

※4月24日現在の情報です。最新情報は区のホームページをご覧ください。

1人につき10万円  
が支給されます

- 対象** 4月27日時点で、住民基本台帳に記録されている方  
**申請書の郵送日** 5月末を目処に、順次、世帯主に郵送(予定)  
**申請書の受付開始日** 6月1日(月)(予定)  
**支給日** 6月下旬以降、順次、届出口座に振り込み(予定)  
 ※区の専用電話は5月7日に開設(番号は区のホームページに掲載しています)

申請方法は「申請書を区へ郵送」「オンライン申請」の2種類あります(原則、窓口での申請はできません)。オンライン申請にはマイナンバーカードが必要ですが、取得に45日以上を要します(本給付金の手続き開始時期に間に合わない可能性があります)。

### 郵送申し込み記入例

区	〒120-8510
上記マークがある申し込みは、右の例を参照	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)

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

#### 児童の発達に関する相談

**日時**=毎週月～土曜日、午前8時30分～午後5時 **対象**=18歳未満の方の家族など **内容**=発達に関する悩みや心配事についての相談 **申込**=電話/住所、氏名(フ

リガナ)、生年月日、電話・ファクス番号、相談内容をファクス **場・申・問先**=こども支援センターげんき 支援管理課 発達支援係 **☎5681-0134** **☎3852-2864**

### 税金・国保・年金

#### 軽自動車税(種別割)の減免申請手続きは5月29日(金)までに

**対象**=一定の障がいのある方/生活保護受給中の方など ※軽自動車税(種別割)の支払い前に申請が必要。手続き方法など、くわしくは5月11日(月)発送予定の納税通知書に同封の案内や区のホームページをご覧ください。 **問先**=軽自動車税係 **☎3880-5848** **☎5681-7665**

#### 2年度 課税証明書を発行開始

**開始日**=▶特別徴収(給与天引き)のみの方…5月14日(木) ▶普通

徴収(納付書払い)の方/特別徴収(年金天引き)の方/被扶養者…6月8日(月) ※所得税の確定申告および特別区民税・都民税の申告期限延長に伴い、所得税の確定申告書や住民税の申告書の内容が、個人住民税額の算定や課税証明書に反映されていない場合あり **問先**=課税第一係～第四係 **☎3880-5230~2/3880-5418**

### 仕事・産業

#### 工業統計調査にご回答を

**基準日**=6月1日 **内容**=現在の製造業の実態を明らかにし、結果を国や都・区が行う行政施策の基礎資料とする調査 ※調査対象の事業所には5月中旬から調査員が電話連絡 **問先**=統計係 **☎3880-5251**

#### 民設学童保育室の整備・運営事業者の募集

**内容**=募集地域のいずれかに自ら学童保育室を整備し、3年4月1日に開設・運営 **募集地域**=千寿小学校・千寿桜小学校周辺/千寿双葉小学校・千寿本町小学校周辺/亀田小学校・関原小学校周辺 **対象**=保育施設などの運営実績があり、施設の適切な維持管理ができる団体 **選定方法**=審査会を経て地域ごとに1施設を選定 **申込**

**書類配布期間**=5月25日～6月10日 ※住区推進課 調整担当で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 **申込**=申込書類を持参 ※申し込みには説明会への参加が必要 **申込期間**=6月11日～7月22日、午後3時

#### 募集要領説明会

**日時**=6月10日(水)、午前10時開始 **場所**=区役所 **申込**=電話 **期限**=6月9日(火)

—いずれも—

**申・問先**=住区推進課 調整担当 **☎3880-5859**

### 人材募集

#### 保健師(育児休業代替)

**対象**=保健師の免許を有する方 **勤務内容**=妊婦面接/電話相談など **勤務条件**=週5日・午前9時～午後4時 ※社会保険・有給休暇あり **雇用期間**=7月1日～3年3月31日 **給与(予定)**=月額約22万円 ※交通費あり(上限あり) **募集人数**=1人 **選考**=▶1次…書類 ▶2次…面接 **申込**=履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付)、免許証の写しを区へ簡易書留で郵送・持参 ※申込書類は返却不可 **期限**=5月29日(金)必着 **勤務場所・申・問先**=保健予防課 保健予防係 **☎3880-5892**

## 短期子育て支援事業

安心して  
お預けください!

#### こどもショートステイ

**利用可能日**=毎日 ※年末年始を除く **対象**=病気や出産で養育ができない、1歳6カ月～小学生の保護者 **内容**=1カ月につき6泊以内で子どもを預けられる **利用形態**=▶施設型…児童養護施設 クリスマス・ヴィレッジ(西新井本町4-13-16) ▶在宅型…養育協力家庭 **利用料金**=▶生活保護世帯/ひとり親家庭で児童育成手当受給中の住民税非課税世帯…1泊1,000円 ▶そのほかの世帯…1泊3,000円

#### こどもトワイライトステイ

**利用日時**=平日、午後5時30分～9時30分 ※年末年始を除く **場所**=区内の児童福祉施設 **対象**=病気・出産・就労で夕方から夜間にかけて養育ができない小学生の保護者 **内容**=年30日を限度に食事の提供や学習支援、そのほか必要な支援を受けられる **利用料金**=▶生活保護世帯/ひとり親家庭で児童育成手当受給中の住民税非課税世帯…無料 ▶そのほかの世帯…1日1,000円

—いずれも—

※「新型コロナウイルス感染症」拡大防止のため、今後休業となる場合があります。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**=こども支援センターげんき こども家庭支援課 家庭支援第一係～第三係 **☎3852-3535**

## 今こそ卒煙にチャレンジ! 5月31日は世界禁煙デー

**問先**=健康づくり係 **☎3880-5433**

#### それでも、タバコを吸いますか?

喫煙は、全身のがん、脳卒中、虚血性心疾患、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、2型糖尿病のリスクを高めます。

非喫煙者でも受動喫煙によって、肺がん、脳卒中、虚血性心疾患のリスクが高まり、ヘビースモーカーの夫の妻は、肺がんによる死亡リスクが約2倍になるという報告も。また、乳幼児突然死症候群のリスクは、親1人が吸う場合は約1.6倍、両親が吸う場合は約4.7倍に高まるといわれています。

子どものために卒煙(禁煙)したい方を区が応援します! ▶くわしくはコチラ



▲非喫煙者の肺(左)と喫煙によって慢性閉塞性肺疾患となった肺(右)



#### 放射線量の調査 (雨天時を除く、平日)

日付(4/16~22)	16	17	20	21	22
測定値(マイクロシーベルト/時)	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**

#### 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

**任期付職員 事務・Ⅲ類、  
土木技術・Ⅲ類  
(育児休業代替)**

■対象=次のすべてに当てはまる方…日本国籍を有する/平成14年9月1日以前生まれ/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 ■勤務場所=区役所/出先事業所 ■勤務条件=平日、1日7時間45分(変則勤務あり) ※社会保険・有給休暇あり ■雇用期間=おおむね6カ月～3年 ※9月1日～3年8月31日に随時採用 ■給与=月額約17万6,500円 ※交通費あり(上限あり) ■募集人数=▷事務…10人程度 ▷土木技術…1人程度 ■選考=▷1次…作文(6月13日(土)) ▷2次…面接(7月上旬予定) ■申込=申込書、返信用封筒(長形3号、84円切手貼付、宛名を記入)を区へ簡易書留で郵送・持参 ※申込書は返却不可 ■申込書配布場所=人事課 人事係/区民事務所(中央本町を除く) ※区のホームページからもダウンロード可 ■期限=6月1日(月)必着 ■申・問先=人事課 人事係  
☎3880-5831

**特別区立幼稚園 臨時的任用  
教員(採用候補者)**

■対象=幼稚園教諭普通免許状を所持し、地方公務員法第16条・学

校教育法第9条の各号のいずれにも当てはまらない方 ■勤務場所=足立区、大田区を除く東京21区の区立幼稚園 ■選考=書類・面接 ■申込=募集案内に添付の申込書類を郵送 ■募集案内配布場所=区・子ども政策課 保育人事計画担当/特別区人事・厚生事務組合 教育委員会事務局 ■期限=5月22日(金)消印有効 ■申・問先=特別区人事・厚生事務組合 教育委員会事務局 〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1 東京区政会館17階 ☎5210-9751 ■問先=区・保育人事計画担当  
☎3880-8015

**公募・ボランティア**

**情報公開・個人情報保護  
審議会委員**

■対象=区内在住・在勤・在学で20歳以上の方 ■内容=情報公開制度と個人情報保護制度を適正・円滑に運営するための会議へ出席(年5回程度) ■任期=7月～4年6月 ■報酬=1回8,000円 ■募集人数=3人以内 ■選考=▷1次…書類▷2次…面接 ■申込=住所、区外在住の方は勤務先または通学先と所在地、氏名、年齢、職業、電話番号、情報公開や個人情報保護に関する活動実績や専門知識、応募

理由、論文「個人情報保護に関するリスクと対策について」(800字程度)を区へ郵送・持参 ※申込書類は様式自由。返却不可 ■期限=5月29日(金)必着 ■申・問先=区政情報課 情報公開担当  
☎3880-5225

**学習支援ボランティア**

■対象=社会人/大学・短期大学・

専門学校生 ■内容=区立小・中学校で授業や放課後補習のサポート ※教科は国語/算数・数学/理科/社会/外国語・英語 ■申込=申請書を区へ郵送・持参 ※申請書は教育政策課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■申・問先=教育政策課 教育政策担当  
☎3880-5962

**ご相談  
ください 新型コロナウイルス感染症の影響を受けた国民健康保険加入者へ**

制度の内容など、くわしくはお問い合わせください。

**傷病手当金の支給**

■対象=新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱などの症状があり感染が疑われ、療養のため労務に服することができない方 ※給与などの支払いを受けている方に限る ■支給期間=労務に服することができなかった期間(4日目から復帰まで) ■支給額=直近の継続した3カ月の給与収入の合計額÷就労日数×3分の2×日数 ■問先=国民健康保険課 給付担当  
☎3880-5241

**保険料の減免制度**

■対象=新型コロナウイルス感染症により主たる生計維持者が死亡・重篤な傷病を負った、または新型コロナウイルス感染症の影響により主たる生計維持者の収入の減少が一定程度見込まれる世帯 ※減額または免除になる場合あり ■問先=国民健康保険課 資格賦課担当  
☎3880-5240

**保険料納付の猶予制度**

■対象=新型コロナウイルス感染症の影響により、保険料の納付が困難になった方 ※一定期間に限り、猶予が認められる場合あり ■問先=国民健康保険課 滞納整理第一係・第二係  
☎3880-5243・4

**ひとり親等手当の支給/子育て世帯臨時給付金(児童手当対象者)の支給**

**児童扶養手当・特別児童扶養手当額変更/子育て世帯への臨時特別給付金に関する通知発送**

■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1 ※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。 ■変更月額等=表2 ■問先=親子支援係 ☎3880-5883

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策に伴い、児童手当(ひとり親等手当とは別制度)受給者に子育て世帯臨時給付金を支給します。 ※5月中旬に案内を発送 ■問先=児童給付係  
☎3880-6492

表2 児童扶養手当・特別児童扶養手当 変更月額等

手当名	種別	改定前	現行	
児童扶養手当	全部支給	1人目の児童	4万2,910円	4万3,160円
		2人目の児童	1万140円	1万190円
		3人目以降の児童	6,080円	6,110円
	一部支給	1人目の児童	1万120円～4万2,900円	1万180円～4万3,150円
		2人目の児童	5,070円～1万130円	5,100円～1万180円
		3人目以降の児童	3,040円～6,070円	3,060円～6,100円
特別児童扶養手当	重度障がい児	5万2,200円	5万2,500円	
	中度障がい児	3万4,770円	3万4,970円	

※児童1人あたりの金額。4月分から変更(支払いは児童扶養手当が5月、特別児童扶養手当が8月)

表1 各手当 対象等

手当名	対象	手当月額	
児童育成手当	育成手当	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	児童1人につき1万3,500円
	障害手当	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/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	児童1人につき1万5,500円
児童扶養手当	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	【全部支給対象者】表2 【一部支給対象者】表2 ※所得に応じて10円単位で算出	
特別児童扶養手当	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。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。内部障がいの方、愛の手帳3度の方は診断書による判定が必要	表2	

※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。

広告

**(有)加島看護婦家政婦紹介所**

家政婦さん大募集。長時間滞在、日中・夜間見守り、病院内見守り、ご相談ください。家政士います。 足立区千住仲町16-4 (3888) 4652 担当:片野



# 簡単レシピを紹介 #おうちで作ろう

問い合わせ先 健康づくり係 ☎3880-5433

## 自宅で過ごすことが多い今、料理をしよう!

「新型コロナウイルス感染症」拡大により、自宅で食事する機会が増えたことを踏まえ、今号では簡単なレシピを紹介します。ぜひ、ご家庭で挑戦してみてください。

## 普通の食事に「ちょいまし野菜」6月は食育月間

6月は国が定める食育月間。区では、普通の食事に「ちょいまし野菜」を推奨しています。今回紹介するレシピも野菜を使った料理です。この機会に野菜を意識した生活を始めましょう!

フェイスブック 区公式Facebook(週1回)やA-メール(週2回)で「ちょいまし野菜レシピ」を4月から配信中!

### ステップ Step② 5分以内でできる

## ちょいまし野菜レシピ

※電子レンジは600W

### 野菜たっぷりコンソメスープ煮 3分でできちゃうポトフ



朝にピッタリ。コンソメの代わりにカレールーを入れてスープカレーにしてもおいしい!

- 材料(1人分)
- ソーセージ.....2本
  - 冷凍野菜.....100g
  - 顆粒コンソメ.....小さじ3分の1
  - 水.....150ml

作り方  
耐熱容器にすべての材料を入れ、ラップをして電子レンジで3分加熱

**元気のもと朝ごはん!**  
朝食を食べると、頭と身体がスッキリ目覚め、集中力もアップします。

### 鶏肉と野菜のチーズかけ チーズタッカルビ



チーズ以外の材料をご飯と炒めてチャーハンにしてもおいしい!

- 材料(1人分)
- やきとりの缶詰(たれ味).....65g
  - カット野菜.....100g
  - キムチ.....大さじ1
  - スライスチーズ.....1枚

作り方  
① 耐熱容器に野菜を盛った後、やきとりとキムチをのせてラップをし、電子レンジで2分加熱  
② ①にチーズをのせ、ラップをせずに電子レンジで1分加熱

### ステップ Step③ 給食の味をご家庭で

## あだちのおいしい給食レシピ

おいしい給食指導員として活躍する栄養士・前田さんオススメ

### 自宅でできるコロンビア風スパイシーピラフ



「世界の料理\*」として学校給食で出したコロンビア料理の鶏ピラフを家庭用にアレンジ。味のアクセントのスパイシーさは、ご家庭によくある「カレー粉」で再現しています。炊飯器に入れるだけなのに本格的でおいしいですよ。



\*...東京2020大会にちなみ、元年10月から給食で世界各国の料理を提供し、その国の紹介を行っている。

- 材料(5人分)
- 鶏こま肉.....200g
  - コマトナ.....2株
  - 塩.....小さじ1
  - ニンニク.....チューブ2cm
  - コショウ.....一振り
  - ベーコン.....50g
  - ショウガ.....チューブ2cm
  - 醤油.....大さじ1
  - エリンギ.....2本
  - 鶏がらスープの素.....大さじ1
  - 米.....3合
  - タマネギ(中).....1個
  - バター.....20g
  - ニンジン.....50g
  - カレー粉.....一振り

作り方  
① ベーコン・エリンギは短冊切り、タマネギは薄切り、ニンジンは1cm幅の輪切りに切る ※鶏肉は最後に混ぜ合わせるので塊でも可  
② 米は洗って水を切り、3合分の水を入れた後、残りの材料を入れ炊飯  
③ 全体を混ぜ合わせる

### ステップ Step① 料理初心者向け

## ちょっとしたことから始めてみよう



「カップラーメンに」電子レンジで加熱した  
**モヤシ**  
ちょい増し  
野菜約120g プラス



「冷凍チャーハンに」一緒に加熱して  
**レタス**  
ちょい増し  
野菜約50g プラス

※カット野菜や冷凍野菜、乾燥ワカメなどもOK

### 料理に便利なアイテム



**冷凍野菜**  
栄養価は生野菜とほとんど変わらず、使いたい分だけ使える



**カット野菜**  
切らずにそのまま使える



**缶詰**  
常備できて、下処理いらず



**鶏がらスープの素**  
スープだけでなく、サラダやナムルなどの味付けにも使える



**めんつゆ**  
味付けがこれ1本で済む万能調味料

## 「東京あだち食堂」で300以上の簡単・おいしいレシピを紹介中!

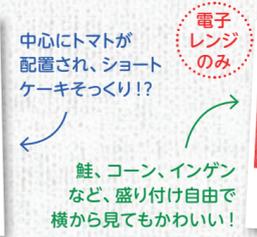
クックパッドの「東京あだち食堂」では、「10分以内」「100円以内」「電子レンジのみ」「おいしい給食(学校・保育園)」など、様々なカテゴリーに分けて300以上のレシピを紹介しています。日ごろのメニューに迷うあなたの強い味方です!



### 見て楽しい料理もたくさん!



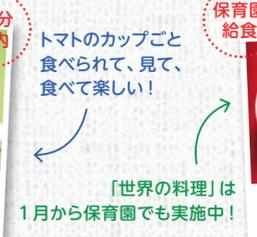
豆腐のスパニッシュオムレツ



カップdeごはん



トマトカップのツナサラダ



ビビンバ(韓国料理)

中心にトマトが配置され、ショートケーキそっくり!?  
電子レンジのみ  
10分以内

鮭、コーン、インゲンなど、盛り付け自由で横から見てもかわいい!

トマトのカップごと食べられて、見て、食べて楽しい!  
保育園給食  
「世界の料理」は1月から保育園でも実施中!

暮らし・まちづくり

第48回 足立区政に関する世論調査結果の報告

■内容=元年8月に行った世論調査の報告書を発行 ※報告書の概要版を区政資料室で配布。報告書は区のホームページで閲覧可 ■問先=区政情報係 ☎3880-5830

あだち協働・協創パートナー基金をご存じですか

あだち協働・協創パートナー基金は、あなたの大切な想いを社会貢献活動へ反映できる寄附制度です。寄附金は地域の福祉・防犯・子育て支援などに取り組むNPOやボランティア団体の活動を支援する「公益活動げんき応援事業助成金」として活用されます。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=区民参画支援係(エル・ソフィア内) ☎3880-5020

建築物の定期報告を義務付けています

共同住宅・飲食店・診療所・病院など、多数の人が利用する一定規模以上の建物の所有者や管理者は、建物の適切な維持管理のため、毎年または3年ごとに、建築物の定期調査と報告書の提出(特定建

築物定期調査)が義務付けられています。また、建物に設置されている防火設備(火災時に煙や熱を感知して閉鎖または作動する防火扉・防火シャッターなど)、建築設備(換気・排煙・給排水・非常用照明設備)、昇降機も、毎年の定期検査と報告書の提出が義務付けられています。報告を怠った場合、罰則を科されることがあります。

報告対象建築物や報告時期など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

■提出・問先=▷特定建築物定期調査報告・防火設備定期検査報告…(公財)東京都防災・建築まちづくりセンター 新宿区西新宿7-7-30 小田急西新宿O-PLACE2階(特定建築物) ☎5989-1929(防火設備) ☎5989-1937

▷建築設備定期検査報告…(-財)日本建築設備・昇降機センター 港区西新橋1-15-5 内幸町ケイズビル2階 ☎3591-2421

▷昇降機等定期検査報告…(-社)東京都昇降機安全協議会 渋谷区代々木1-35-4 代々木クリスタルビル2階 ☎6304-2225

■問先=区・設備係 ☎3880-5278

都営住宅地元割り当て・区営住宅(単身者・家族向け)入居者募集を6月下旬ごろに延期

「新型コロナウイルス感染症」拡大防止のため、5月下旬に予定し

ていた都営住宅地元割り当て・区営住宅入居者募集を延期します。延期後の募集時期は決まり次第、区のホームページなどでお知らせします。 ■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

ハチの活動季節です

巣を見つけたら、近づいたり刺激したりせずに、静かに離れましょう。困った場合はご相談ください。

■問先=足立保健所 生活衛生課生活衛生係 ☎3880-5374

「東京都自転車安全利用指導員制度」が始まりました

■内容=4月から、区内の交通事故が多発する交差点などで、東京都自転車安全利用指導員制度\*の運用を開始 ※…自転車のルール・マナー普及啓発のために、信号無視や一時不停止などの違反行為を街頭で指導員が直



▲制服を着た指導員を配置

接指導 ■問先=都・都民安全推進本部 交通安全課 ☎5388-3124 区・交通対策課 推進係 ☎3880-5912

全国瞬時警報システム(Jアラート)の試験放送

■日時=5月20日(水)、午前11時 ■内容=屋外に設置してある防災行政無線のスピーカーから「これはテストです」などと放送 ■問先=危機管理係 ☎3880-5838

緑化工事費用の一部を助成

■内容=生け垣など道路に面する場所や屋上・壁面の緑化工事費用の一部助成 ※工事着手2週間前までに申し込みが必要。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。 ■問先=緑化推進係 ☎3880-5188

光化学スモッグに注意

光化学スモッグ注意報・警報が発令されたら、屋外での運動や外出は控えましょう。 ■問先=公害規制係 ☎3880-5304

桜の新たな名所を。

あなたの寄附で、早咲きの河津桜を38本!

皆の力をあわせて毛長川・綾瀬川緑地に桜の新名所をつくりませんか? 植樹にご協力をお願いします。 ■問先=みどり事業係 ☎3880-5919

1円単位で 2,000円から寄附できます!

寄附額 5,000円以上 区のホームページに氏名などを掲載

寄附額 2万円以上 桜配置案内板(2年末設置予定)に氏名とメッセージを掲載 ※税額控除の対象になります

もれなく! 寄附していただいた方を植樹イベントにご招待

寄附対象の植樹エリア(38本予定)

■申込期限=8月14日(金) ■納入期限=8月31日(月)

※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。

消費者センターからのアドバイス

電気の契約切り替えに注意

相談事例	電力会社を変更した4カ月目から料金が上がった。電力会社に連絡すると、割引は3カ月で終わったとのこと。事前に説明された覚えはなく、解約しようとしたら違約金を請求された。
解説	電力・ガス会社は、契約の際にプランや料金の算定方法について説明する義務があります。契約内容や料金の割引期間などの契約条件を丁寧に説明してもらい、しっかり理解した上で契約しましょう。
相談事例	大手電力会社から委託されていると名乗る事業者から電話で勧誘があった。契約を変更するつもりはなかったが、話の流れで検針票の顧客番号などを伝えたところ、後日、電気料金の請求書が届き、契約が成立してしまっていた。
解説	住所・氏名だけでなく、検針票に記載されている顧客番号・供給地点特定番号なども重要な個人情報です。これらの情報だけで、電力・ガス会社の切り替えができてしまいます。簡単に教えずに、必要がなければきっぱりと断りましょう。

契約を変更してしまっても、クーリング・オフなどができる場合があります。少しでも不安を感じたり、困ったりしたときは、すぐに消費者センターにご相談ください。

■問先=消費者センター ☎3880-5385 相談専用(平日、午前9時~午後4時45分) ☎3880-5380

**戦没者遺骨のDNA鑑定の実施**

■内容=遺留品などの手掛かり資料がない、対象地域で収容された遺骨の身元特定のため、遺族と思われる方からの申請を募り、DNA鑑定を実施 ■対象地域=沖縄県の10地域/硫黄島/キリバス共和国ギルバート諸島タラワ環礁 ■問先=厚生労働省 鑑定調整室 ☎5253-1111 区・民生係 ☎3880-5870

**システムメンテナンスのため、コンビニでの各種証明書が取得できません**

■日程=5月13日(水)、午後9時～14日(木)、午前8時30分/23日(土) ■問先=住民記録係 ☎3880-5724

**地域防犯団体活動費・青色回転灯装備費の助成**

◆地域防犯団体活動費の助成 ■対象=防犯・防火パトロールなどの自主的な活動を継続して行う町会・自治会など ■内容=活動に必要なベスト、懐中電灯などの購入費の一部を助成 ■助成限度額=1団体10万円 ■申込=申込書類を区へ郵送・持参 ※申込書類は危機管理課 生活安全推進担当で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■申込期間=6月1日～12月18日消印有効 ◆青色回転灯装備費の助成 ■対象=区内在住・在勤の方で結成され、青色回転灯を装備し、防犯パトロールを行う団体である証明書を警察から交付された(交付見込み含む)防犯活動団体 ■内容

=青色回転灯、パトロール表示板などの購入費を助成 ■助成限度額=車両1台につき10万円 ※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。

—いずれも—

■申・問先=危機管理課 生活安全推進担当 ☎3880-5838

**区営駐輪場定期利用券の延長**

■対象=新型コロナウイルス感染症拡大に伴う「外出自粛要請期間(4月7日～5月6日)」の定期利用券を所持しているが、区営駐輪場を利用しなかった方 ■内容=定期利用券の有効期間を1ヵ月分延長 ※外出自粛要請期間が変動した場合、延長期間も変動 ■申込=定期利用券の更新時に駐輪場管理人な

どへ申請 ■問先=自転車係 ☎3880-5914

**休日納税・納付相談(5月分) ※10日は追加実施日**

日時 10日(日)・24日(日)、午前9時～午後4時  
 場所 区役所  
 問先 納税課 滞納整理第一係・第二係 ☎3880-5236・7 納税課 特別整理第一係 ☎3880-5235  
 国民健康保険課 滞納整理第一係・第二係 ☎3880-5243・4  
 高齢医療・年金課 資格収納係 ☎3880-6041  
 介護保険課 資格保険料係 ☎3880-5744  
 ※実施していない業務もあります。事前にお問い合わせください。

第11弾

輝く未来へ

東京2020大会を盛り上げる月1連載

卓球を始めたのは小学1年生のときで、きっかけは「お父さんがプレーしている姿がかっこよかったから」。今号では、毎日の練習がとにかく楽しくて仕方がないと顔をほころばせる小学生を紹介します。

■問先=広報係 ☎3880-5815



一直線!



卓球 大達理央さん 千寿常東小学校4年生 マイダス所属



最初のうちはボールが思うように打てなくて悔しい思いもしましたが、ラリーが10本、100本と続くようになって、おもしろさに目覚め始めた理央さん。「100%の力で、強くボールを打つのが好き」と目を輝かせます。現在は、強く打ち過ぎるとボールがコートに入らないため、力の加減を調整しながら、「つなぐ技術」を磨いています。

今年度からは、練習量を増やして、さらなる実力向上をめざすために所属クラブを変更。ライバルたちと練習に励みます。昨年度まで所属していたクラブでは、チームメイトに全国大会へ連れて行ってもらったそうですが、「今度は自分の力で全国大会に出場して活躍したい」と気合十分。卓球少年の今後の活躍から目が離せません。



◀フォアドライブ(向かってきたボールに順回転をかけて相手のコートを打ち抜く技術)が得意

次回6月10日号は、**スポーツ万能な特別支援学校卒業生**が登場予定!



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い合わせ下さい

Tel 03-5876-5801

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

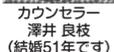
地元で安心 秘密は厳守 結婚相談

1ヶ月10,000円で試してください

幸せ願って20年頑張っています



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 ☎0120-79-4150 足立区平野3-26-14 Eメール sawai@1-p-1.com 検索 ワンプラスワン 足立区

「元気なあなた」でいるために 毎年、健診を受けましょう!

◆令和2年度の「受診券」が届いたら、必ず健診を受けましょう!

※例年、5月から6月にかけて、区が特定健診、後期高齢者医療健診の「受診券」を送付していますが、新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、健診受診の開始を延期することになりました。「受診券」は、今後の状況を踏まえて、区がご自宅に郵送する予定です。



メタボ先生

令和元年度「特定健診受診勧奨の標語キャンペーン」優秀作品

受診券 もらえばすぐに 行く健診

平野小学校6年 荒井 里桜

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)

# 暮らしのことで困ったら… 民生委員・児童委員に ご相談ください!

ちょっとした世間話  
でも大歓迎!



民生委員・児童委員は、関係機関と協力して、援助を必要とする方の様々な相談に応じるなど、地域福祉の向上に努めるボランティアです。困ったことがあれば何でも気軽にご相談ください。

問い合わせ先 民生係

☎3880-5870

## 地域を支えるボランティア

「民生委員」は、厚生労働大臣から委嘱され、地域住民の立場に立って相談に応じ、見守りや支援を行うボランティアです。子どもの抱える様々な問題を解決する「児童委員」も兼ねています。

高齢者への声かけや、子どもの登下校の見守りなど、様々な活動を幅広く行っています。



▲まちでの声かけも仕事の一つ

## 見守り、つなぐ「パイプ役」

地域の声に耳を傾け、人と人をつなぐため、次のような活動を行っています。

### ◆見守り

地域の見守り役を担い、高齢者の孤立防止にも貢献しています。

### ◆つなぐ

支援が必要な方と、行政などの関係機関を橋渡しする「パイプ役」として力を発揮しています。



東京都  
民生委員・  
児童委員  
キャラクター  
「ミンジー」



活動内容など、  
くわしくは  
区のホーム  
ページへ!



## 子どもから高齢者まで、どなたでも

暮らしのことで悩みや不安があれば、気軽にご相談ください。民生委員・児童委員には守秘義務があり、皆さんの相談内容が他人に知られてしまうことはありません。

### ◆様々な相談、待っています

- 親が高齢になり、一人暮らしが心配
- 介護で困っている
- 子育ての相談相手がほしい
- 悩みを聞いてほしい など



▲室内でできる健康体操。おしゃべりしながら、体を動かし、ストレス発散!

地区ごとに  
独自の活動も!

## ふれあいサロン

西新井地区では民生委員・児童委員と地域のボランティアが中心となって、健康体操や脳トレを行う「ふれあいサロン」や「カラオケ大会」、男性のみの「男の井戸端会議」などを開催しています。西新井地区以外でも様々な活動を行っており、地域の人と人をつなぐ一翼を担っています。



▲体を動かし、みんなで脳トレ。地域住民同士のつながりもできます!

※「新型コロナウイルス感染症」拡大防止のため活動を自粛しています。再開時期など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

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、報道広報課へ ☎ 3880-5815

**リフォーム・リノベーション**

相談・見積 **¥0** お陰様・地元で20年 **真心対応** 豊富な経験と実績

雨もり 内外装 水周り 新築 介護リフォーム

**東洋堂ハウスSP**

東京都知事許可(般-27)第144283号 **東洋堂ハウスSP** 検索

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

**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**

**この子の為のこの子の晴れ着**

お子様の成長に合わせた 新しい着物を着せて 氏神様へのお詣りが 本来の七五三御祝

3才未満セット 6,900円  
5才御祝着 9,600円  
7才御祝着 7,500円

半額 **七五三** 全17点限り

豪華な品揃え おばあちゃんも出番です

来季令和三年成人式のドレス様

【ママ振】キャンペーン中 **ホドキ 洗張 お仕立直し**

母27年成人式のドレス様  
お母様の振袖を お嬢様の振袖に袋帯をご新調

母22年成人式のドレス様

3/12NHKテレビ ごさなま放映 **ペタペタ歩き なぎら健吾さんご着用** きのものひらさわオリジナル ユカタシャツ好評

【ライオン看板】都内最大級 二階展示室 10:00~18:30 定休日火曜・木曜  
**ひらさわ呉服店 ☎3886-1827**  
関原3-4-5 関原通の交番前 駐車場有

休日 5月10日(日)・24日(日)、午前9時~午後4時  
開庁日

転入・転出届、戸籍の届出、住民票の写しなどの各種証明書の発行、税・各種保険料の納付・相談のほか、保育園に関する相談なども行っています。

再生紙を使用しています  
343,800