

2020年(令和2年)  
2月25日 第1825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)  
☎ 3880-5678  
✉ voice@city.adachi.tokyo.jp

2020年 東京2020オリンピックまで あと **150** 日  
2月25日から 東京2020パラリンピックまで あと **182** 日  
数えて



広報

戦後最少 令和元年 刑法犯認知件数/年間 **4,764件** 前年比 **8.9% DOWN** ダウン

# 区民の総力で治安改善

## 平成20年からスタートした

## ビューティフル・ウィンドウズ運動の成果

警視庁は2月7日、令和元年都内の刑法犯認知件数を発表した。それによると、足立区の刑法犯認知件数は、前年に比べてマイナス466件、約8.9%減少し、戦後最少となった(これまでの最少は昭和22年の4798件)。区・危機管理課は、平成20年から始まった「ビューティフル・ウィンドウズ運動(以下、BW運動)」の成果と見ている。【グラフ参照】

### 美しいまちは安全なまち

足立区では、まちの防犯パトロールはもちろみ、道路・公園の清掃や交通安全、花を育てることなど、まちをきれいにするあらゆる活動を「BW運動」と位置づけ、区民や企業、関係団体などを巻き込みつつ、区内警察署とも連携し、治安改善を図ってきた。

BW運動とは、「割れた窓ガラスを放置すると地域全体が荒廃し、犯罪も増えてしまう」という「割れ窓理論」を参考にしたもので、犯罪が起これにくいとされる「美しいまち」の実現で、犯罪抑止を図るといって区独自の運動だ。その合言葉は「美しいまちは安全なまち」という。



平成28年11月2日、竹ノ塚駅周辺の清掃活動(総勢約180人)

### 誰もが認める安全安心なまちへ

足立区の刑法犯認知件数をくわしく見ると、直近の23区ワーストだった平成29年においても、人口比では23区中15位、面積比では10位(どちらも少ない順)。この事実は意外に知られておらず、決して「危ない街」とは言えない状況だ。ではなぜ「刑法犯認知件数」にこだわるのか。

「根強く残る足立区に対するマイナスイメージは、簡単には変わるものではない。だからこそ、件数に徹底的にこだわり、誰もが認める安全安心なまちをめざしたい」(近藤やよい区長)

足立区の治安改善に対する挑戦は、まだまだ続くようだ。

ピーク時は年間**1万6843件**  
平成20年からの減少率は**58.17%**

足立区の刑法犯認知件数は、平成13年をピークに、BW運動がスタートした平成20年から令和元年にかけては約6割減少。23区同期間の平均減少率48.91%と比較すると、落幅は9.26ポイントも上回っている。

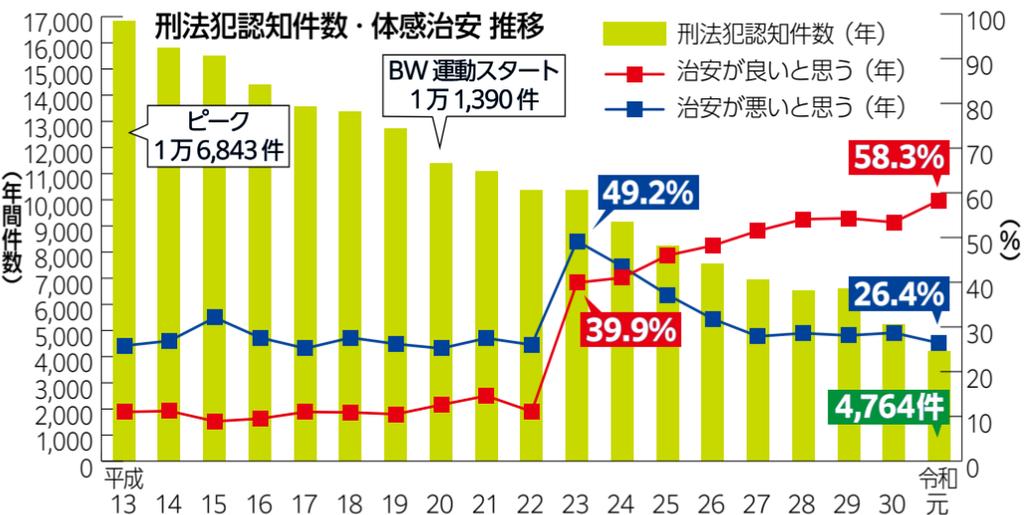
治安が良いと思う足立区民  
過去最高の**58.3%**

区実施の世論調査によると、平成23年には「治安が良いと思う区民」が39.9%、「治安が悪いと思う区民」が49.2%だった。しかし、平成25年を境に数値が逆転。令和元年は、「治安が良いと思う区民」が、過去最高の**58.3%**まで増加した。【グラフ参照】

令和2年度は  
特殊詐欺・万引き対策強化

足立区内の刑法犯で最も多いのが「自転車盗難」で、年間の刑法犯認知件数の約3割を占める。また、近年増加傾向なのが、特殊詐欺(オレオレ詐欺など)と万引き。特に、令和元年の特殊詐欺被害総額は約3億円に上った。新年度は被害額の大幅減少をめざし、新たな対策を講じる方針だ。

無施錠自転車警告札  
具体的な対策は2面へ



問い合わせ先 生活安全推進担当 ☎3880-5838

# さらに安全安心を 実感できるまちへ

2年度も様々な対策を実施予定!

地域や警察などと連携して、犯罪のない住み良いまちをめざす「ビューティフル・ウィンドウズ運動」。今年はいよいよ東京2020大会が開催されます。住んでいる方はもちろん、訪れた方にも安全安心が実感できるまちに向けて、これからも皆様のご協力をお願いします!



▲千住花\*花会による花の植え替え

問先 危機管理課 生活安全推進担当 ☎3880-5838

## NEW 昨9月~

昨年9月~ 昨年の特殊詐欺被害総額は約3億円! アポ電体験で事前に対策

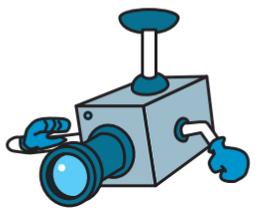
アポ電体験ダイヤルでは、実際の詐欺音声聞くことができ、すでに5,000回以上利用されています。アポ電体験で詐欺の手口を確認し、事前に対策しましょう。  
体験ダイヤル ☎3880-5700



## NEW 都内初

行政として万引き対策に着手! AI・防犯カメラを活用した万引き防止

刑法犯認知件数が減少を続ける中、万引き件数は増加傾向です(全体の1割超)。積極的な啓発とともに、被害多発店舗でAI・防犯カメラを活用した万引き対策に乗り出します。



## NEW

きれいなまちでおもてなし! 不法投棄・落書き防止 夜間パトロール始動!

東京2020大会に合わせて、4月~9月に夜間パトロールを実施。不法投棄・落書きを抑止し、誰もが気持ちよく生活できる、きれいなまちをめざしましょう!  
問先 不法投棄110番(生活環境保全課 ごみ屋敷対策係) ☎3880-5300



2020はごみ0元年!

### 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

### 子ども予防接種週間 (3月1日~7日)の3月1日(日)に予防接種外来を実施

■時間=午前10時~正午/午後1時~4時 ■対象=BCG、HPV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9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 ■場・問先=足立区医師会(当日時間内のみ) 中央本町3-4-4 ☎3840-3223 ■問先=区・保健予防係 ☎3880-5892

## 健康・衛生

世界結核デー パネル展示  
■期間=3月19日~26日 ■場所=

区役所1階区民ロビー ■内容=3月24日の「世界結核デー」に合わせ、結核の現状や症状・治療法などを紹介 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=足立保健所 感染症対策課 防疫係 ☎3880-5747

## 福祉・高齢医療

### ホウカツ もの忘れ相談(3月分)

■日程等=表1 ■対象=おおむね65歳以上の方と家族 ■申込=電話/窓口

表1 もの忘れ相談(3月分)日程等

場・申・問先 (地域包括支援センター)	日程
さの ☎5682-0157	26(木)
千寿の郷 ☎3881-1691	12(木)
中央本町 ☎3852-0006	
西新井 ☎3898-8391	7(土)
一ツ家 ☎3850-0300	12(木)
保木間 ☎3859-3965	5(木)
六月 ☎5242-0302	14(土)

### ホウカツ 若年性認知症 本人・家族交流会

■日時=3月14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 ■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(2月26日から先着順) ■申込=電話/窓口 ■申・問先=地域包括ケア推進課 認知症施策推進担当 ☎3880-5885

73歳以上の区民に 無料マッサージ(3月分)  
■日程等=▷竹の塚障がい福祉館

…10日(火)・24日(火) ▷労働福祉会館(綾瀬ブルミエ内)…15日(日)・22日(日) ※住所・年齢が確認できる証明書の提示が必要 ■時間=午前9時10分~午後3時10分 ※定員になり次第終了 ■定員=各48人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■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

### 2年度・3年度の後期高齢者医療保険料の見直し

■内容=▷均等割額…年間4万4,100円 ▷所得割率…8.72% ▷限度額…64万円 ※保険料の決定方法など、くわしくは3月上旬に被保険者へ送付する「あだち長寿医療だより」参照 ■問先=資格収納係 ☎3880-6041

## 仕事・産業

### 小規模契約希望者登録 (2年度~4年度)募集

■対象=競争入札参加資格を持たない区内事業者 ※現在登録している事業者も再登録が必要 ■内容=区が発注する小規模契約の業者選定の対象となるための登録 ■登録区分=▷工事契約…契約予定金額が130万円未満で内容が軽易な工事・修繕 ▷物品契約…契約予定金額が30万円未満の物品購入 ■登録期間=4月1日~5年3月31日 ■申込=申込書類を区へ郵送・持参 ※申込書類は契約課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■期限=3月13日(金)必着 ※これ以降の受け付け分は5月以降に登録 ■申・問先=▷

工事契約…契約課 工事契約係 ☎3880-5832  
▷物品契約…契約課 物品契約係 ☎3880-5833

## 人材募集

### 区立保育園・こども園 保育補助従事登録

■勤務内容=保育補助・環境整備 ■勤務条件=午前7時30分~午後6時30分の間で1日6時間以内 ※週30時間以内。曜日・時間は応相談。報酬は勤務時間・保育士資格の有無により異なります。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/区のホームページから専用フォームに入力 ※募集がある場合に区から登録者へ連絡し、登録者が募集中の園へ応募 ■申・問先=子ども政策課 保育人事計画担当 ☎3880-5445

## 暮らし・まちづくり

### マイキーID(マイナポイントの設定予約などに必要な機能)設定に必要なカードリーダーを設置

■日時=3月10日以降の平日、午前9時~午後4時 ■場所=区役所 ■対象=マイナンバー(個人番号)カードを持っている方 ■内容=マイキーIDに必要なカードリーダーを設置 ■申込=不要 ※マイナンバーカードとパソコンを持参し、当日直接会場へ ■問先=個人番号カード交付・普及係 ☎3880-5698

放射線量の調査 (雨天時を除く、平日)

日付(2/3~14)	3	4	5	6	7	10	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

**完了検査を受けない  
建築工事は違反です**

建築主は、建築工事の完了時に検査を受ける必要があります。検査は建築確認申請書類を提出した検査機関や区に申請してください。検査に合格すると証明書が発行されます。

また3階以上の建物では、工事期間中の中間検査が必要です。手続き方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。■問先=建築審査課 審査第一係・第二係  
 ☎3880-5276・7

**選挙は様々な方法で  
投票が可能です**

◆障がいなどのある方は  
郵便で投票ができます

■対象=表2のいずれかに当てはまり、自分で投票用紙に記入ができる方 ■内容=[郵便等投票証明書]の交付を受けることで、郵便で

の投票が可能 ■申込=本人または代理人が表2のいずれかの手帳などを持参 ※確認後、申請書を配布。申請書の氏名は必ず本人の直筆が必要。後日、「郵便等投票証明書」を交付。証明書交付までに1カ月以上かかる場合あり ■申・問先=選挙管理委員会事務局 管理係  
 ☎3880-5581

◆海外からの投票

■対象=区の選挙人名簿に登録されていて海外転出予定の方/海外に3カ月以上住所を有する方 ■内容=在外選挙人名簿へ登録することにより、国政選挙(衆議院議員・参議院議員選挙)に限り投票が可能 ※登録方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。■問先=選挙管理委員会事務局 選挙係  
 ☎3880-5531

区民企画講座「おにぎりランチで  
ピクニック気分」

■日時=3月31日(火)、午前10時～

午後1時30分 ■場所=エル・ソフィア ■対象=小学2～5年生 ■内容=参加者で作ったおにぎりやおかずなどを分け合い、コミュニケーションを図ることで、食卓を囲む楽しさや他人への配慮を学ぶ ■定員=24人(2月26日から先着順) ■費用=100円 ■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(町名まで)、氏名(フリガナ)、年齢、電話・ファクス番号、「おにぎりランチ」をファクス ■申・問先=男女参画プラザ  
 ☎3880-5222 FAX3880-0133

「東京における都市計画道路  
の在り方に関する基本方針」  
を策定しました

都と特別区および26市2町は、優先整備路線などを除く未着手の都市計画道路について、協働で調査検討を進め、都市計画道路の見直しに関する検証手法や、個々の路線の計画変更などの対応方針を示した基本方針を取りまとめました。 ※都と特別区および26市2

町の窓口(都は都民情報ルーム/足立区は企画調整課)・ホームページで閲覧可 ■問先=都・街路計画課  
 ☎5388-3379  
 区・企画調整課 企画調整担当  
 ☎3880-5160

人権・同和問題に関する講座  
を企画・運営する団体の募集

■対象=区内在住・在勤・在学の方7人以上で構成された団体 ■内容=同和問題を中心に、差別の防止や解決をめざす啓発講座の企画・運営 ※選考あり ■申込=申込書、企画書、見積経費内訳書を区へ郵送・持参 ※申込書は総務課 人権推進係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。申込書類は返却不可 ■期限=4月10日(金)必着 ■申・問先=総務課 人権推進係  
 ☎3880-5497

暮らし・まちづくりは、  
4面に続きます

子どもと一緒に参加できる親の学び場  
「風の子カルチャー」(4月～6月分)

■日程等=表3 ■対象=2カ月～中学生の保護者 ※子ども同伴で受講可 ■定員=各10人程度(抽選) ■申込=住所、氏名(フリガナ)、子どもの年齢、電話番号、場所、講座名を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1通につき1講座、1人3通まで。同一講座へは1人1通のみ申し込み可 ■期限=3月6日(金)消印有効 ■申・問先=区・子ども支援センターげんき 子育て家庭支援課 事業係 〒121-0816梅島3-28-8 ☎3852-2863  
 ■問先=ボランティアグループ 風の子カルチャー事務局(月～土曜日、午前10時～午後5時) ☎080-1242-3553

表3 風の子カルチャー(4月～6月分)日程等

場所	曜日	時間	講座名	日程	費用	
A	火	午前	美容リンパストレッチ・ヘアメイクレッスン(6日制)	4/14・28、5/12・26、6/9・23	各 3,000円	
			やさしい英語で子育て(6日制)	4/8・22、5/13・27、6/10・24		
	水	午前	ベビーダンス(3日制)	4/15、5/20、6/17	1,500円	
			ヨガ(9日制)	4/9・16・30、5/7・14・21、6/4・11・18	4,500円	
			初めてのミシン(6日制)	4/16・30、5/7・21、6/4・18	各 3,000円	
	親子体操(6日制) ※1歳以上の子ども対象	4/16・30、5/7・28、6/4・25				
	金	午後	バレエストレッチ(9日制)	4/10・17、5/1・8・15・29、6/5・12・19	各 4,500円	
			ピラティス(9日制)	4/10・17、5/1・8・15・29、6/5・12・19 ※午後1時15分～2時45分		
	B	火	午前	フラワーアレンジメント(3日制)	4/21、5/26、6/23	1,500円
	C	火	午前	ヨガエクサ(6日制)	4/14・28、5/12・26、6/9・23	3,000円
ベビーマッサージ(5日制)				4/23、5/7・21、6/4・18		
金		午前	編みましよう 藤クラフト(6日制)	4/10・17、5/15・22、6/5・19	各 3,000円	
D	金	午前	基礎からの編み物(6日制)	4/3・10、5/1・15・29、6/12		
			こそだて英語(6日制)	4/17・24、5/8・22、6/5・19		

※場所の「A」は東和地域学習センター、「B」は子ども支援センター(げんき)、「C」は愛恵まちづくり記念館(関原の森内。駐車場は使用不可)、「D」は勤労福祉会館(綾瀬ブルミ内)。時間の「午前」は午前10時30分～正午、「午後」は午後1時30分～3時。別途材料費が必要な場合あり

表2 郵便等投票の対象

手帳などの種類	障がいなどの種類	障がいなどの程度
身体障害者手帳	両下肢/体幹/移動機能	1・2級
	心臓/じん臓/呼吸器/ぼうこう/直腸/小腸	1・3級
	免疫/肝臓	1～3級
戦傷病者手帳	両下肢/体幹	特別項症～第2項症
	心臓/じん臓/呼吸器/ぼうこう/直腸/小腸/肝臓	特別項症～第3項症
介護保険被保険者証	要介護状態区分	要介護5

※身体障害者手帳に「社会生活活動制限」の記載がある方を除く  
 ※表2に当てはまり、上肢障がい1級または視覚障がい1級の方は、代理人による投票制度があります。投票方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

献血(3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
12(木)	西新井消防署(伊興2-5-11)	午前9時30分～11時15分/ 午後0時45分～3時30分
17(火)	綾瀬警察署(谷中4-1-24)	午前9時30分～11時30分/ 午後1時～4時
21(土)	西新井駅西口	午前10時～正午/ 午後1時30分～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

休日接骨院当番所(3月分)

骨折や脱ぎゅう、ねんざ・打撲などの応急施術を当番制で行っています。

日程	当番所名(所在地)	電話番号
1(日)	加藤接骨院(花畑6-23-8)	3883-8525
	森山接骨院(梅島2-3-16)	3849-4747
8(日)	ひいらぎ接骨院(西新井5-6-6 高橋ハイツ103)	3896-0770
	和田整骨院(日ノ出町12-3)	3879-3206
15(日)	田村接骨院(六木4-5-24)	3628-3914
	柳沼整骨院(古干谷本町1-10-2)	3897-7451
20(祝)	松原接骨院(花畑4-14-12)	3885-5338
	力神堂整骨院(本木1-21-1)	3887-5804
22(日)	多田接骨院(青井3-37-19 セザール五反野102)	3886-4152
	橋本整骨院(西新井栄町2-5-1)	3880-6958
29(日)	千住名倉諸接骨院(竹の塚1-35-9)	3850-1313
	高沢整骨院(谷中4-11-4)	3628-5080

■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

気づいてください  
ヘルプマーク

➕ 援助が必要な方のためのマークです。見かけたら思いやりのある行動をお願いします。■問先=障がい施策推進担当 ☎3880-5407 📠3880-5754

区役所へは電車やバスをご利用ください

暮らし・まちづくりは、3面からの続きです

暮らし・まちづくり

2年度「ごみの収集曜日」に変更はありません

ごみの収集曜日や出し方などを一覧にした「資源の出し方・ごみの出し方(リーフレット版)」は、来年度全戸配布しません。 ※「資源の出し方・ごみの出し方」はごみ減量推進課、足立清掃事務所、区民事務所(中央本町を除く)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

ごみ出しは午前8時までに

資源やごみの収集時間は、収集日の交通状況などにより変わる場

合があります。必ず収集日の午前8時までに、資源回収場所・ごみ集積所に出してください。

—いずれも—

- 問先=足立清掃事務所 ☎3853-2141
- ごみ減量推進課 清掃計画係 ☎3880-5813

NPO活動支援センター登録団体募集

■対象=区内で活動するNPO・社会貢献活動団体 ■内容=NPO活動支援センターの施設(ロッカー・会議室・印刷室など)の利用、「公益活動げんき応援事業助成金」の申請、「あだちNPOフェスティバル」への出展、活動内容の区民へ向けた発信などが可能 ■申込=窓口 ※現登録団体は、2月27日(木)ごろに郵送する書類を確認 ■申込

期間=3月3日~24日 ■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

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)

古代の世界へ飛び込もう 2020春

■日時=3月14日(土)・15日(日)、午前10時~正午/午後1時~3時 ■場所=伊興遺跡公園 ■対象=小学生 ■内容等=▷はにわストラップづくり…各100人 ▷古代の家づくり…各10人 ※いずれも先着順。古代服体験やクイズも実施 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=文化財係 ☎3880-5984

桜花亭 「0歳からの親子コンサート」

■日時=3月28日(土)、午後2時~3時 ■内容=赤ちゃん連れで家族一緒に気軽に楽しめる、クラシックや童謡のコンサート ■定員=50人(2月26日、午前9時から先着順) ※小学生以下の方は保護者の参加が必要 ■費用=1,000円 ※小学生は500円。就学前の子どもは無料 ■申込=電話/窓口/氏名(フリガナ)、電話番号、「親子コンサート」をファクス ■場・申・問先=桜花亭 ☎3885-9795 FAX 3860-0608

足立区 春花品評展示会

◆展示会 ■日時=3月11日(水)、午後1時~12日(木)、正午 ■内容=区内の花の農家が栽培したチューリップ・ビオラなどの展示 ◆展示品の販売 ■日時=3月12日(木)、午後2時30分開場 ※なくなり次第終了。購入は1人1点(複数回購入可) —いずれも— ■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=農業振興係 ☎3880-5866



▲昨年の展示会の様子

郷土博物館の映画会(3月分)

■日時=14日(土)、午前11時~正午 ※無料公開日 ■内容=[国指定重要無形文化財長浜曳山祭の曳山行事(子ども歌舞伎編)]の上映 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=郷土博物館 ☎3620-9393

あなたも特別区(東京23区)職員をめざしませんか?

■対象=2年度特別区(東京23区)職員採用試験・選考受験希望者 ■採用試験・選考日程=表1 ■試験案内配布場所=特別区の区役所/特別区人事委員会事務局 任用課 ※各告示日以降に配布。受験資格など、くわしくは試験案内またはホームページ参照 ■問先=特別区人事委員会事務局 任用課 採用係 ☎5210-9787

表1 2年度 特別区職員採用試験・選考日程

試験職種	告示	申し込み受け付け		1次試験・選考	最終合格発表
		郵送(消印有効)	インターネット		
I類	3/19(木)	3/19~4/2	3/19~4/6	5/3(祝)	▷7/30(木) …技術系* ▷8/6(木) …そのほか
I類【土木・建築新方式】					7/30(木)
Ⅲ類	6/25(木)	6/25~7/14	6/25~7/16	9/13(日)	11/20(金)
経験者				9/6(日)	
障がい者				9/13(日)	

※…土木、造園、建築、機械、電気

地域包括支援センター介護(予防)教室(3月・4月分)

申・問先(地域包括支援センター)	日時	内容等
伊興 ☎5837-1280	3/14(土) 午後2時~4時	膝が痛い方必見 膝にやさしい靴えらび ■場所=地域包括支援センター伊興 ■定員=20人
西新井 ☎3898-8391	4/6(月) 午後1時30分~3時	介護の悩みを話そう会 ■場所=地域包括支援センター西新井 ■定員=6人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ
はなはた ☎3883-0048	3/14(土) 午前10時~11時30分	認知症サポーター養成講座 ■場所=花畑地域学習センター ■定員=50人
日の出 ☎3870-1184	3/18(水) 午後1時30分~3時	脳を鍛えて認知症予防 ■場所=千住あずま住区センター ■定員=40人
本木関原 ☎5845-3330	①3/13(金) ②3/27(金) 午後1時30分~3時	①悪質商法の被害に遭わないために ②認知症サポーター養成講座 劇団うめはると一緒に認知症について考えてみよう ■場所=愛恵まちづくり記念館(関原の森内) ■定員=①30人 ②20人

※西新井を除き、■申込=電話/窓口(2月26日から先着順)(月~土曜日、午前9時~午後5時)

足立区の4点が奨励賞!

TASKものづくり大賞 受賞製品発表

ものづくり産業の活性化を図るため、台東区(T)、荒川区(A)、足立区(A)、墨田区(S)、葛飾区(K)の5区は毎年共同で新製品コンテスト「TASKものづくり大賞」を開催しています。今年度は全部で46点(足立区からは18点)の応募があり、区内企業の4点が奨励賞を受賞しました。 ■問先=ものづくり振興係 ☎3880-5869

ミラーレン (有)プリントアート



特殊なメガネをかけた人しか画面を見ることができない、のぞき見不可のシークレットパソコン

ほめじょーず (株)しまや出版



カードを使って互いにほめ合うことで、遊びながらコミュニケーション能力を養う新感覚ゲーム

パンダ・お面 なおき工房



紙を切って組み立てる、子どもも大人も楽しめる立体的なパンダのアニマルクラフト

うさみみランチクロス そったく



布の形状や面ファスナーを使用するなどの工夫をした、誰でも簡単に包めるユニバーサルデザインのお弁当包み

「あだちはじめてえほん」の引き換えはお済みですか

■対象=1歳6カ月児健診対象の子どもと保護者 ※健診の通知に引換券を同封 ■内容=3冊の絵本の中から1冊をプレゼント ■引き換え期間=受診指定月から1年間 ※引き換え場所など、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 ☎5813-3745

**子どものための科学体験  
連続講座・前期 受講生募集**

■日時等=表2 ■場所=ギャラクシティ ■申込=窓口/区のホームページから専用フォームに入力/氏名、電話・ファクス番号、希望コース名をファクス ■申込期間=2月26日～3月11日 ■申・問先=青少年課 家庭教育係

☎3880-5273 ☎3880-5641

**陶芸体験教室**

■日時=3月21日(出)、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5月中旬以降 ■定員=各16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、「3月21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=3月11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

催し物は、  
6面に続きます

表2 子どものための科学体験連続講座・前期 日時等

コース名	日時	対象	内容	定員(抽選)
科学工作(5日制)	4月～8月の第2日曜日、午前10時～正午	小学3年生～中学生と保護者	電子ブランクとラジオを工作する	各10組
科学ブロック(5日制)	4月～8月の第4日曜日、午後2時～4時		「レゴ® WeDo2.0セット」などを使って、ロボットを組み立ててコントロールする	
ロボット(5日制)	5月～9月の第2日曜日、午後2時～4時		ロボットを使ってプログラミングの基礎を学ぶ	
星空観察(4日制)	4/18、5/16、6/27、7/18、いずれも土曜日、午後7時～9時	小学生と保護者	望遠鏡や双眼鏡で星空観察を体験する	15組

**宿泊施設インフォメーション(5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、区内の社会教育団体 ※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=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=3月1日～10日消印有効 ※3月15日(日)以降に抽選結果を通知。抽選の結果空室がある場合は、4月1日(水)～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(5月分)

利用施設	利用できる日	受付時間
利用再開のキャンペーン実施中！ 宿泊者にお買い物券などをプレゼント 鋸南自然の家(予約専用) ☎0470-55-4770 ☎0470-55-4720	1～6・9・16・23・30	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		

※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。

一般枠と団体枠  
合わせて  
750人

**大募集！  
足立区オリンピック  
聖火リレー サポーター**

7月19日(日)、足立区で東京2020オリンピック聖火リレーが行われます。ただいま、聖火リレールートでの観衆の整理や、足立市場でのセレブレーション運営補助などのボランティアを募集中。参加者には、この日だけのオリジナルビブスをお渡しします。みんなの力で聖火リレーを成功させましょう！



画像提供：Tokyo 2020

**一般枠の募集は3月31日(火)まで**

■日程等=7月19日(日) ※4時間程度(予定)。聖火リレーを観覧できない場所での活動となる場合あり ■対象=2002年4月1日以前生まれの方 ※そのほかにも条件あり。くわしくは区のホームページ参照 ■募集人数(一般枠)=500人程度 ※人数は変更の場合あり。応募者多数の場合は抽選 ■申込=窓口/区のホームページから専用フォームに入力 ■期限=3月31日(火) ■申先=経営戦略推進担当課 オリンピック・パラリンピック担当/区民事務所(中央本町を除く)/地域学習センター ■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

**(一社)700MHz利用推進協会が  
テレビ受信障害対策を実施**

携帯電話での新しい電波利用検討(昨年3月から)に伴い、電波の発射実験を実施しており、「テレビの映像が乱れる・映らない」など、受信障害が起こる可能性があります。3月の発射実験に伴い、区内ほぼ全域で受信障害が発生する恐れがあり、対象地域の方には、2月24日(休)からチラシを配布予定です。くわしくは、お問い合わせください。※ケーブルテレビや光ケーブルテレビ利用者は影響ありません。

◆障害が発生した場合は無料で回復作業などを実施

費用を請求することは絶対にありません。不安などを感じた場合、コールセンターや警察、区・消費者センターにお問い合わせください。

■問先=700MHzテレビ受信障害対策コールセンター(毎日、午前9時～午後10時) ☎0120-700-012  
 IP電話・PHSの方 ☎050-3786-0700  
 区・消費者センター(相談専用(平日、午前9時～午後4時45分)) ☎3880-5380

第10回 **あだちポスター ちゃれんじ** **心をつかむ！**

■問先=プロモーション係 ☎3880-5803

区では事業の内容が正しく、かつインパクトをもって区民の皆さんに届くよう、発信力のあるポスター作りに努めています。今年度に制作した選りすぐりのポスター約20点から、投票でベスト5を決定します。職員渾身の作品ばかり。ぜひ投票をお願いします！

**昨年度の受賞作品はコチラ！**



準グランプリ  
障がい者スポーツ  
推進月間

足立区  
大人の日の集い

第3位  
あだち鉄道  
スタンプラリー

**インターネット投票**  
3月3日～18日  
区のホームページから  
**投票BOX**  
3月11日～18日  
区役所1階区民ロビーに設置  
(対象ポスター・チラシの展示あり)



チラシ部門の投票も同時実施！

投票の結果は、区のホームページで4月7日(火)から公開。入賞作品は同日から1週間、区役所1階区民ロビーで展示します。

プレミアム付商品券の  
有効期間は3月31日(火)まで

有効期間を過ぎた商品券は使用できません。期間内にご使用ください。 ※販売は2月29日(土)まで ■問先=▷3月13日(金)まで…プレミアム付商品券コールセンター(平日、午前9時～午後5時) ☎3880-9901 ▷3月16日(月)以降…プレミアム付商品券担当 ☎3880-5704

催し物は、  
5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)

**日光林間学園「SLといちご狩り・日光体験ツアー」(1泊2日)**

■日時等=4月26日(日)、午後0時30分～27日(月)、午後3時 ※下今市駅集合・東武日光駅解散 ■対象=区内在住・在勤の方、その同伴の方、区内の社会教育団体 ※1人のみや、未成年のみでの参加不可 ■内容=昔懐かしいSL乗車/いちご狩り/豆腐作り ※行程など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

■定員=20人(3月1日から先着順) ■費用=大人7,510円(宿泊費・体験費・食事3回分など。子どもの費用はお問い合わせください。) ■申込=電話/代表者の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・ファクス番号、参加人数、「日光ツアー」をファクス ■期限=4月17日(金) ■申・問先=日光林間学園(予約専用。午前9時～午後5時) ☎0288-53-3681 ☎0288-54-1661

**帝京科学大学の催し**

◆子犬のしつけ教室(パピーパーティー) ■日時=3月27日(金)、午後2時～3時 ■対象=健康状態が良好で混合ワクチンを接種している生後5カ月以下の犬と飼い主 ■内容=子犬の社会化トレーニング(様々なものに馴れる練習)やハンドリングの方法を学ぶ ■定員=5組(2月26日から先着順) ■申込=電話/窓口 ■場・申・問先=帝京科学大学附属動物病院(平日、午前9時～午後5時) 千住桜木2-2-1 ☎6910-3768 大学連携の問い合わせ先=区・大学連携担当 ☎3880-5840



**CIDユネスコ東京 グローバルダンスフェスティバル2020**

■日時=6月13日(土)・14日(日)、午後3時開演 ■内容=あらゆる分野のダンスが世界中から集結するダンスの祭典 ■定員=各902人(先着順) ※小学生以下の方は保護者同伴 ■費用=S席4,500円/A席3,000円/B席1,000円(前売り価格。区内在住・在勤・在学の方はS席・A席のみ500円割引) ※当日は各500円増(割引なし)。3歳以下の子どもは入場不可



▲前回の様子(バレエ) ©エー・アイ

**Women of the World JAPAN Tour 2020**

■日時=6月27日(土)、午後3時開演 ■内容=繊細かつダイナミックなハーモニーで定評のある、多国籍女性ボーカルグループによる、世界中の文化・スタイルを取り入れたユニークなコンサート ■定員=902人(先着順) ■費用=5,000円 ※友の会会員の前売り価格は4,500円。就学前の子どもは入場不可

**福田こうへいコンサートツアー2020**

■日時=6月30日(火)、午後1時30分/6時開演 ■内容=抜群の歌唱力と温かい人柄で人気の、民謡・歌謡界のプリンス・福田こうへいによるコンサート ■定員=各902人(3月12日から先着順) ■費用=6,800円 ※友の会会員の前売り価格は6,300円。就学前の子どもは入場不可

—いずれも—  
※30分前開場。全席指定 ■場所=西新井文化ホール ■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 ■問先=ギャラクシティ ☎5242-8161 ☎https://galaxcity.jp/

**審議会等の公開(3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
第6回足立区緑の基本計画改定審議会	16(月)	午前10時～正午	区役所	みどり推進課 計画係 ☎3880-5423
第4回足立区成年後見制度審査会	23(月)	午後1時30分～3時30分		高齢福祉課 権利擁護推進係 ☎3880-5982
足立区地域包括ケアシステム推進会議 高齢者の住まいの事業推進部会	24(火)	午前10時～正午	地域包括ケア推進課 計画推進担当 ☎3880-5493	
第1回花畑周辺地域公共交通検討会	25(水)	午後7時～8時30分	桜花亭	交通対策課 交通計画係 ☎3880-5718
足立区環境基金審査会	26(木)	午後1時～5時	区役所	環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049
足立区地域保健福祉推進協議会	27(金)	午後2時～4時		福祉管理課 調整担当 ☎3880-6223
足立区情報公開・個人情報保護審議会	30(月)	午前10時～正午		区政情報課 情報公開担当 ☎3880-5225

**パブリックコメント(区民意見募集制度)(2月・3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
都市計画公園・緑地の整備方針/緑確保の総合的な方針	募集中～3/19	みどり推進課 計画係 ☎3880-5423

**猫の不妊去勢手術費助成**

■受け付け開始日=毎月1日(1日が閉庁日の場合は翌開庁日) ■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日より前に年度を超える場合は3月31日(閉庁日の場合は直前の開庁日)まで)。1人あたり1カ月3匹まで。月ごとの予定数に達し次第、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(運転免許証など) ■申込=窓口

**狂犬病予防集合注射**

■日時等=表1 ■対象=生後91日以上の子犬を飼っている方 ※毎年1回(4月～6月)の狂犬病予防注射の法定義務あり ■費用(1匹)=3,750円 ※飼い犬の登録が済んでいない場合は別途登録料3,000円が必要 ■申込=不要 ※当日直接会場へ

表1 狂犬病予防集合注射 日時等

日程	時間	場所
4/20(月)	午前10時～11時	南宮城公園
	午後2時～3時	千住スポーツ公園/西沼公園
4/21(火)	午前10時～11時	押部公園(鹿浜センター東隣)/千住旭公園
	午後2時～3時	興本公園/佐野公園
4/22(水)	午前10時～11時	中川区民事務所
	午後2時～3時	梅島公園/新田区民事務所
4/23(木)	午前10時～11時	千住公園
	午後2時～3時	江北区民事務所/しょうぶ沼公園
4/24(金)	午前10時～11時	島根公園
	午後2時～3時	入谷中郷北公園/総合スポーツセンター
4/25(土)	午前10時～11時30分	都立舎人公園(舎人公園野球場西側)
	午後1時30分～3時	
4/26(日)	午前10時～11時30分	区役所区民広場(南館東側)
	午後1時30分～3時	

※車での来場不可(都立舎人公園を除く)  
—いずれも—  
■申・問先=足立保健所 生活衛生課 庶務係 ☎3880-5375

# あたちの遊び場

※開館(園)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 <https://galaxcity.jp/>

**イチオン** ギャラク de リトミック(8日制)

■日程等=▷はじめてリトミック(5~11カ月の子どもと保護者) / おやこリトミック(1歳7カ月~2歳6カ月の子どもと保護者) …4月3日~7月10日の隔週金曜日 ▷たいけんリトミック(1歳~1歳6カ月の子どもと保護者) / こどもリトミック(2歳7カ月~3歳の子どもと保護者) …4月10日~7月17日の隔週金曜日



▲親子でリトミックを楽しもう

※時間など、くわしくはホームページをご覧ください。■内容=音楽に合わせて楽器を鳴らしたり、体を動かしたりして楽しむ ■定員=各15組(抽選) ■費用=6,000円 ■申込=住所、全員の氏名(フリガナ)、子どもの生年月日・性別、電話番号、希望コースを往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■申込期間=3月1日~18日必着

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

**イチオン** 自然のあそび屋台

■日時=3月20日(祝)、午後2時~2時30分 ■内容=[ロゼット観察]と「春の花さがし」から好きな方を選んで挑戦 ※雨天時は別のプログラムに変更。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



▲タンポポのロゼット(葉が地面に放射状に広がった状態)を観察しよう

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

**イチオン** 解剖 サメの研究会

■日時=3月20日(祝)、午後1時30分~3時30分 ■対象=小学4~6年生 ■内容=解剖で形態や内臓などの秘密に迫る ■定員=20人(抽選) ■費用=1,000円 ※別途入園料が必要 ■申込=全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢(学年)・電話番号・利き手、「サメの解剖」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=3月4日(水)必着



▲魚の体の構造を知ろう

**沖縄の虫たち展**

■期間=3月4日~5月10日 ■内容=クロカタゾウムシなど、沖縄ならではの生きものとその生息環境の展示を通して、日本の自然の豊かさを知る ※入園料が必要 ■申込=不要 ※当日直接会場へ



▲同種でも生息する島によって姿が異なる「イリオモテモリバッタ」

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

**イチオン** ペットボトルらんたんづくり

■日時=3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=4歳以上の方 ※小学3年生以下の方は保護者同伴 ■内容=非常時にも役立つ、ペットボトルを使った照明器具を作る ■定員=各10人(先着順) ■費用=500円(材料費) ■申込=不要 ※当日午前9時から会場で受け付け



▲オリジナルの柄のランタンを作ろう

**宮沢賢治・童話の世界と農業**

■日程=3月20日(祝) ■時間等…▷紙芝居・スライド上映「宮沢賢治と動物たち」(小学生以上の方) …午前10時30分~11時30分 ▷紙芝居・スライド上映「宮沢賢治と野菜や食べ物」(小学生以上の方) …午後1時~2時 ▷スライド上映「宮沢賢治が見た東京と足立の空」(中学生以上の方) …3時~4時 ■定員=各50人(先着順) ※小学1~3年生は保護者の参加が必要 ■申込=不要 ※当日午前9時から会場で受け付け

**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 <https://ces-net.jp/ara-vc/>

**イチオン** 荒川防災ウォーキング

■日時等=3月20日(祝)、午前10時~午後3時30分 ※荒川ビジターセンター集合、岩淵水門(北区志茂5-41)解散。雨天時は3月21日(土)に延期 ■対象=小学生以上の方 ※小学1~3年生は保護者の参加が必要 ■内容=防災関連施設や台風第19号による被害の復旧状況などを見ながら、河川敷をゆっくり歩く ■定員=20人(抽選) ■申込=窓口/全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、「荒川防災ウォーキング」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=3月6日(金)必着



▲リアルタイムで、荒川の水位を計測

**川あるきの日 生きもの調査**

■日時=3月29日(日)、午前10時~正午 ■内容=都市農業公園~鹿浜橋左岸の河川敷をゆっくり歩きながら、生きものや桜の開花状況を観察 ■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50分から都市農業公園で受け付け



▲春はどんな生きものが見つかるかな?

## 学習センター独自の情報誌 魅力情報が満載「ミニコミ紙」

■問先=文化事業支援係 ☎3880-5467

14カ所ある学習センターでは、各センター独自の情報誌「ミニコミ紙」を毎月発行しています。

あだち広報(下記「まなびナビ」)では紹介きれない講座・イベント情報だけでなく、地域のおすすめスポット、サークル・ボランティアなどの情報も掲載! 各学習センターで配布するほか、最新号・バックナンバーをホームページに掲載しています。



ミニコミ紙 足立区  検索



▲中央本町地域学習センター



▲東和地域学習センター



▲保塚地域学習センター

## 学習センターでは 様々な講座を開催中!

### スポーツ・運動講座

体操、ヨガ、ズンバ、各種スポーツなど、内容は多種多彩。大人向けのものをはじめ、小さな子ども連れでも参加できる講座も揃っています。



### クッキング講座

和食、洋食、韓国料理をはじめ、パン作りや味噌作りなど、様々な料理講座を開催中。参加者みんなで楽しみながら、料理のレパートリーを増やしましょう!



### 趣味・教養講座

水墨画、ハーバリウム作り、三味線、きれいな字の書き方指導など、ジャンルを問わない幅広いラインナップ。少しでも興味があれば、ぜひ一度ご参加ください。



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

### 講座の予約はインターネット(講座予約システム)からでもできます

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=2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3月20日(祝)、午前9時から受け付け開始

【持ち物など(申し込み方法欄に記載)】持…運動着・運動靴持参(プールは水着・水泳帽子持参)/用…用具貸し出しあり

【講座の参加上の注意

・中学生以下の方が午後6時以降に参加する場合は、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

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法	
<b>生涯学習センター 〒120-0034 千住5-13-5(学びピア21内) ☎5813-3730</b>					
戦国を生き抜いた武士 伊達政宗歴史学(4日制)	4/4・11、5/2・16 いずれも土曜日 午前10時~正午	50人	2,000円	事前	
初めて学ぶ人のための 韓国語入門(23日制)	4/7~9/29の毎週火曜日 (5/5、7/21、9/22を除く) 午後7時~8時30分	30人	16,230円		
体と心のセルフケア リラックス ヨガセラピーA・B(12日制)	4/8~7/29の毎週水曜日 (4/29~5/27を除く) A:午後6時10分~7時10分 B:午後7時30分~8時30分	各 35人	6,360円		
英語が話せなくても大丈夫! 実践英語入門(19日制)	4/10~8/28の毎週金曜日 (7/17、8/21を除く) 午後7時~8時30分	30人	17,198円		
使える! 役立つ! おもてなし 英会話 実用編(8日制)	4/17~6/5の毎週金曜日 午後1時30分~3時	25人	6,400円		
今知っておきたい、遺伝子組み 換え植物・ゲノム編集植物	4/25(土) 午前10時~正午	50人	無料		
★日本経済入門2020 米中対立などの影響を考える (3日制)	4/4・11・18 いずれも土曜日 午後2時~4時	30人	1,500円		
★大淵澄夫スケッチ講座 足立再発見・街並探訪(3日制)	4/9・16・23 いずれも木曜日 午後2時~4時	30人	1,500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~5時)					
<b>伊興地域学習センター 仮事務所(梅田図書館内) ☎3852-8080</b>					
改修工事で休館中ですが、「伊興写真サロン」「楽しい折り紙ひろば」「伊興おもちゃの病院」は開催しています。場所など、くわしくはお問い合わせください。					
<b>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</b>					
マジック入門(2日制)	3/16(月)・23(月) 午後7時~8時30分	20人	500円	事前	
木片を使って心の森をつくろう	3/22(日) 午後1時~3時	10人	1,500円		
ボディシェイプヨガ(7日制)	4/4・18、5/30、 6/6・20、7/4・18 いずれも土曜日 午前11時~午後0時15分	20人	5,670円		

※新型コロナウイルス感染症に関連し、中止または延期になる場合があります。くわしくは、各施設にお問い合わせください。

広告

おかげさまで 大好評 1450円(税込)の宅配弁当



Lunch & Delivery

ハローランチ



お試し 無料

☎03-5839-8600

東京都足立区鹿浜 8-27-4

受付時間: 11時~16時

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<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				
はじめての中国語(10日制)	4/6~6/29の毎週月曜日 (4/20,5/18,6/15を除く) 午後7時~9時	15人	9,870円	
キッズバレーボール 「初心者クラス」(3日制) ◆小学生	4/8・15・22 いずれも水曜日 午後4時~5時30分	20人	1,350円	
コンサート 弦楽器とピアノ で楽しむ 名曲の庭さんぽ ◆どなたでも	4/11(土) 午後7時~8時30分	80人	1,000円	
 日曜クッキング 春のカラフル押しずし と抹茶葛餅 ◆小学生以上の方(小学生は 保護者の参加が必要)	4/12(日) 午前11時~午後1時30分	20人	1,550円	事前
こどもリトミックA・B・C (8日制) ◆A:4カ月~1歳未満の子どもと保護者 ◆B:1歳の子どもの保護者 ◆C:2・3歳の子どもの保護者	4/13~7/27の第2・4月曜日 A:午前9時40分~10時20分 B:午前10時30分~11時10分 C:午前11時20分~正午	各 15組	6,000円	
 シルバーふれあい食堂 ◆おむね60歳以上の方	4/17(金) 午後5時30分~7時	20人	600円	
スイーツデコ 樹脂粘土で作る スワッシュのメモスタンド ◆小学生と保護者	4/25(土) 午前10時30分~正午	10組	1,800円	
<b>興本地域学習センター</b> 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
子連れOK すっきり爽快 ヨガトレーニング 託児:6カ月~3歳の子ども	3/5・12,4/9・23 いずれも木曜日 午前10時30分~11時45分	各 15人 (託児 2人)	1回 890円 (託児付き 1,390円)	
赤ちゃんの発達を助ける 親子で楽しいふれあい遊び ◆2カ月~1歳3カ月の子どもと保護者	3/8(日) 午後1時~2時30分	10組	500円	
子連れOK はじめての 「ゆるっと筆文字あーと」	3/10~4/28の第2・4火曜日 午前10時30分~正午	各 10人	1回 2,200円	
自分好みのオリジナルアロマ で冷え解消 バスソルト作り	3/15(日) 午後6時~7時30分	10人	1,000円	
ハンディキャップヨガ体験 ◆体に不自由を感じている 小学生以上の方	3/21(土) 午前10時45分~正午	10人	1,000円	
かぎ針で編む ちょっとそこ までポシェット(2日制)	3/22(日)・29(日) 午前10時~正午	10人	2,600円	
デジタル一眼カメラ 初心者セミナー	3/22(日) 午前10時30分~正午	10人	550円	
小学生フットサル 体験レッスン in 興本A・B ◆A:小学1~3年生 ◆B:小学4~6年生	3/28(土) A:午後3時30分~4時30分 B:午後5時~6時	各 20人	560円	事前
夜のピアノ教室「初級編」 (8日制)	4/1~6/17の毎週水曜日 (4/22・29,5/6・27を除く) 午後8時~9時	10人	9,800円	
強い心身を作ろう 「空手教室」(9日制) ◆小学生以上の方	4/3~5/29の毎週金曜日 午後6時15分~7時15分	30人	5,950円	
認知症予防 大人の音楽脳トレ(3日制) ◆おむね65歳以上の方	4/10・17・24 いずれも金曜日 午前10時30分~11時30分	20人	1,650円	
基礎から学ぶ カタカナの整え方(3日制) 託児:6カ月~3歳の子ども	4/10・17・24 いずれも金曜日 午後1時30分~3時	12人 (託児 4人)	2,010円 (託児付き 3,510円)	
英語大好きキッズになろう 「幼児編」A・B(6日制) ◆A:1歳6カ月以下の子どもと保護者 ◆B:1歳7カ月~3歳の子どもの保護者	4/13~6/22の第2・4月曜日 A:午前10時~10時50分 B:午前11時10分~正午	各 12組	4,860円	
日本の美を学ぶ きもの着付け教室(2日制) ◆16歳以上の女性	4/18(土)・25(土) 午後1時30分~3時30分	10人	2,200円	
<b>江北地域学習センター</b> 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
将棋サロン ◆小学生以上の方	3/6(金)・20(祝) 午後0時30分~4時30分	各 16人	1回 200円	当日
楽しく歌おうウクレレサロン 演奏者も大募集中	3/9(月)・23(月) 午後1時20分~3時50分	各 10人	1回 330円	事前
フルーツミニコンサート ◆どなたでも	3/14(土) 午前10時30分~11時	30人	無料	当日
ミュージックベル体験サロン ◆どなたでも	3/14(土) 午後2時~3時	10人	無料	当日
基礎から学ぶ空手教室(3日制) ◆5歳~小学生	4/1・8・15 いずれも水曜日 午後6時30分~7時30分	20人	300円	事前
骨盤の歪みや腰痛を改善 優しいベリーダンス(9日制) ◆16歳以上の女性	4/3~5/29の毎週金曜日 午後1時30分~2時30分	20人	4,050円	

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				
子どもクラシックバレエ (9日制) ◆6歳~小学3年生の女性	4/3~5/29の毎週金曜日 午後5時~6時	15人	6,030円	
身体を癒やして女子力UP ナイトピラティス(4日制) ◆16歳以上の女性	4/3~24の毎週金曜日 午後7時~7時50分	20人	3,120円	
親子ヨガで産後の骨盤を セルフケア ◆3カ月~1歳5カ月の子どもと母親	4/7(火)・21(火) 午後0時30分~1時30分	各 20組	1回 460円	
ママの産後骨盤ケア& ベビーマッサージ ◆2~10カ月の子どもと母親	4/8・15・22 いずれも水曜日 午前10時30分~正午	各 10組	1回 1,320円	事前
ガーデニングサロン in 江北 ◆どなたでも(小学3年生以下 の方は保護者同伴)	4/9(木)・23(木) 午前10時~11時	各 10人	無料	
大人のための字の書き方 「カタカナ」編(3日制)	4/10・17・24 いずれも金曜日 午前9時30分~11時	12人	1,980円	
ママの骨盤ケア& 親子ふれあいタイム ◆あんよができる11カ月~ 2歳の子どもの母親	4/15(水) 午後2時~3時30分	10組	1,010円	
<b>佐野地域学習センター</b> 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
水引で作る 春のブローチ	3/14(土) 午後2時~4時	12人	1,300円	事前
普通救命講習 ◆中学生以上の方	3/15(日) 午前9時~正午	20人	1,400円	
ハンドメイドで交流サロン めがねケース	3/17(火) 午前10時~正午	16人	300円	当日
国指定重要文化財 旧三河島污水処分場 ポンプ場施設見学会	3/18(水) 午前10時30分~正午 ※場所は旧三河島污水処分場 ポンプ場施設(荒川区荒川8)	16人	無料 (交通費 は実費)	事前 【ネット不可】
産後ママのための ママフィット with ベビー ◆2カ月~あんよができる前 の子どもと母親	3/19(木) 午前10時30分~11時30分	10組	570円	事前
麹から作るノンアルコール甘酒	3/19(木) 午後1時30分~3時30分	16人	500円	
ジャズ 生演奏の夕べ	3/22(日) 午後6時30分~8時	40人	1,000円	
佐野写真サロン	3/28(土) 午前10時~正午	10人	100円	当日
春休み 親子でアロマの バスボムづくり ◆4歳~小学生と保護者	3/28(土) 午後2時~3時	8組	1,490円	
暮らしの中で楽しむいけ花	4/6(月) 午後2時~4時	10人	1,550円	事前
女性のためのヨガ(7日制) ◆16歳以上の女性	4/7~7/21の第1・3火曜日 (5/5を除く) 午後5時45分~6時45分 午後7時30分~8時30分	各 8人	3,920円	
<b>鹿浜地域学習センター</b> 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
鹿浜スポーツクラブ ズンバレレッスン 託児:1歳6カ月~3歳の子ども	3/2~30の毎週月曜日 (3/9を除く) 午前10時30分~11時30分 3/2(月) 午後7時30分~8時30分	各 10人 (託児 3人)	1回 810円 (託児付き 1,150円)	
鹿浜スポーツクラブ リラックスヨガ 託児:1歳6カ月~3歳の子ども	3/2(月)・11(水)・18(水)・25(水) 午後2時~3時	各 10人 (託児 3人)	1回 810円 (託児付き 1,150円)	
鹿浜スポーツクラブ 美ボディエクササイズ 託児:1歳6カ月~3歳の子ども	3/5~26の毎週木曜日 午後3時30分~4時30分 3/17(火) 午前11時30分~午後0時30分	各 10人 (託児 3人)	1回 810円 (託児付き 1,150円)	
鹿浜スポーツクラブ バレエストレッチ 託児:1歳6カ月~3歳の子ども	3/8(日) 午後2時~3時 3/22(日) 午前11時~正午 午後1時~2時	各 10人 (託児 3人)	1回 810円 (託児付き 1,150円)	事前
元気いきいき体操(7日制) ◆おむね60歳以上の方	4/1~5/27の毎週水曜日 (4/29,5/6を除く) 午前10時~11時30分	40人	3,570円	
2歳からの親子体操 スキンシップ編(6日制) ◆2・3歳の子どもの保護者	4/10~5/22の毎週金曜日 (5/1を除く) 午前10時~11時	20組	4,020円	
ちびっこ・こども体操 走り方フォーム編A・B(6日制) ◆A:4歳~就学前の子ども ◆B:小学生	4/10~5/22の毎週金曜日 (5/1を除く) A:午後3時30分~4時30分 B:午後4時40分~5時40分	各 40人	2,760円	

※新型コロナウイルス感染症に関連し、中止または延期になる場合があります。くわしくは、各施設にお問い合わせください。

広告

お墓も安いほうが良い

樹木葬・合葬墓10万円~ 海洋散骨7万円~

終活サポート 株式会社 03-5844-6545  
文京区本郷 4-16-1-205

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>新田地域学習センター</b> 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
鉄道サロン ◆どなたでも	3/15(日) 午前10時～正午 午後1時～5時	各 30人	無料	<b>当日</b>
デモスタイル料理 チーズと魚のポアレとパスタ 試食・試飲付き ◆20歳以上の方	3/20(祝) 午後5時30分～8時	16人	2,200円	<b>事前</b> [ネット不可]
新田ファミリーコンサート 「みんなで楽しむクラシック」 ◆どなたでも	3/21(土) 午前11時30分～午後0時15分	50人	1,000円 (小学生以下の方は300円)	<b>事前</b>
日曜日の親子教室 パパやママとのびのび体操 ◆2・3歳の子どもと保護者	3/22(日) 午前10時30分～11時30分	15組	600円	
親子パン教室 お花パンを作ろう ◆小学生と保護者	3/22(日) 午前10時30分～午後1時30分	8組	1,900円	
緑と歴史 浅見光彦ミステリーの舞台探索ツアー	3/27(金) 午後1時～3時30分 ※上中里駅改札前集合	16人	300円 (交通費は実費)	
和を楽しむ季節の苅玉づくり ◆小学生以上の方 (小学生は保護者同伴)	3/28(土) 午前10時30分～正午	16人	2,850円	
ベビーヨガ& 産後ママのためのヨガ ◆首が据わった3カ月～あんよができる前の子どもと保護者	4/3(金) 午前10時30分～11時20分	14組	600円	
<b>竹の塚地域学習センター</b> 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
はじめて遊ぶ おはじきサッカー体験会 ◆どなたでも	3/7(土) 午後2時～4時 3/20(祝) 午後3時30分～5時30分	各 12人	無料	<b>当日</b>
腰痛予防講座 ◆どなたでも	3/23(月) 午後1時～2時	50人	無料	<b>事前</b>
心も体もほかほか「リラックスヨガ」おためし版(2日制)	4/10(金)・24(金) 午後1時～2時	25人	1,320円	
エコサイエンス「ペットボトル空気砲的をねらおう！」 ◆小・中学生	4/12(日) 午前10時30分～11時30分	15人	200円	
ニコニコサロン 「五感リトミック」A・B(2日制) ◆A:1～2歳6カ月の子どもと保護者 ◆B:2カ月～1歳未満の子どもと保護者	4/17(金)・24(金) A:午前9時35分～10時30分 B:午前10時45分～11時40分	各 25組	1,700円	
簿記3級講座ガイダンス(2日制)	4/17(金)・24(金) 午後7時30分～9時	20人	2,000円	
ちびっこ体操体験会 ◆3歳～就学前の子ども	4/20(月) 午後3時30分～4時30分	15人	660円	
子どもと一緒に運動あそび「親子体操」体験会 ◆2・3歳の子どもと保護者	4/21(火) 午前10時30分～11時30分	15組	600円	
<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				
子ども英語でイースターパーティーA・B(2日制) ◆A:3歳～就学前の子ども ◆B:小学生	4/2(木)・3(金) A:午前10時30分～11時20分 B:午前11時30分～午後0時20分	各 10人	1,600円	<b>事前</b>
外国人講師に学ぶ 英会話入門 第1期(10日制)	4/6～6/29の毎週月曜日 (5/4・11、6/8を除く) 午後7時～8時30分	15人	11,800円	
ペーパークラフトでオリジナル機関車を作ろうA・B(5日制) ◆A:60歳以上の方 ◆B:小学生	4/11～8/8の第2土曜日 A:午前10時～正午 B:午後2時～5時	各 10人	500円	
大人の農業体験教室 「はじめての春夏野菜作り」(5日制)	4/12、5/10、6/7、7/12、8/9 いずれも日曜日 午前10時～11時30分	10人	1,550円	
すくすくベビーマッサージ ◆3カ月～1歳未満の子どもと母親	4/14(火) 午前10時30分～正午	8組	1,150円	
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	4/17～5/22の毎週金曜日 (5/1を除く) 午前10時～11時	35組	3,600円	
韓国語入門編 第1期(9日制)	4/18～6/20の毎週土曜日 (5/2を除く) 午前10時～11時	20人	6,750円	
中国語入門編 第1期(7日制)	4/20～6/22の毎週月曜日 (5/4・11、6/8を除く) 午後7時～8時	15人	5,250円	
子ども体操A・B(5日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学1～4年生	4/21～5/26の毎週火曜日 (5/5を除く) A:午後3時30分～4時30分 B:午後4時40分～5時40分	各 40人	2,150円	
<b>東和地域学習センター</b> 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
自分に集中! 暗闇 ZUMBA ◆16歳以上の経験者	3/6(金)・20(祝) 午後7時30分～8時30分	各 20人	1回 1,010円	<b>事前</b>

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>東和地域学習センター</b> 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
教えて先輩ママ 「イヤイヤ期のあれこれ」 ◆1歳2カ月～3歳の子どもと保護者	3/17(火) 午前10時30分～正午	8組	500円	<b>事前</b>
春の体験教室 彫刻アート シャインカービングA ◆11歳以上の方	3/22(日) 午後2時～4時	8人	2,110円	
春を楽しもう 親子でグリセリン石けんづくり ◆小学生と保護者	3/29(日) 午前10時～11時30分	8組	1,220円	
ペットボトルキャップ ベースボール ◆小学生以上の方	3/29(日) 午後1時～2時	20人	10円	
ストレッチ& 体幹トレーニング(5日制)	4/8～5/20の毎週水曜日 (4/29、5/6を除く) 午前10時30分～11時40分	20人	3,000円	
<b>舎人地域学習センター</b> 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
親子で楽しむヨガ ◆7カ月～2歳の子どもと母親	3/6・13・27 いずれも金曜日 午後1時～1時50分	各 15組	1回 600円	<b>当日</b>
わくわくサイエンス教室 「見える? 見えない? 光の屈折」 ◆小学生	3/28(土) 午後2時～3時30分	10人	100円	<b>事前</b>
オリジナルふりかけを作ろう! ◆4歳～小学3年生と保護者	4/5(日) 午前11時～正午	20組	1,020円	
子ども英会話A・B(11日制) ◆A:小学1・2年生 ◆B:小学3～6年生	4/8～7/15の毎週水曜日 (4/29、5/6・27、6/24を除く) A:午後3時30分～4時30分 B:午後4時40分～5時40分	各 20人	7,920円	
きゅっと寄せ植え 多肉植物 ◆4歳以上の方(小学生以下の方は保護者同伴)	4/12(日) 午前10時～正午	12人	2,050円	
バレエストレッチ体験 (2日制) ◆16歳以上の女性	4/15(水)・22(水) 午前9時45分～10時25分	15人	20円	
大人クラシックバレエ体験 (2日制) ◆16歳以上の女性	4/15(水)・22(水) 午前10時30分～11時45分	10人	20円	
こどもクラシックバレエ体験 A～E(2日制) ◆A・D:3歳～小学2年生 ◆B・E:小学3～6年生 ◆C:中学生～高校生	4/16(木)・23(木) A:午後4時30分～5時25分 B:午後5時30分～6時35分 C:午後6時40分～8時 4/19(日)・26(日) D:午後3時30分～4時25分 E:午後4時30分～5時35分	A・D: 各 15人 B・C・E: 各 10人	20円	
<b>花畑地域学習センター</b> 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
はじめてのおはじきサッカー講習会 ◆小学生以上の方(小学1～3年生は保護者同伴)	3/21(土) 午前10時～11時30分 正午～午後1時30分	各 20人	無料	<b>事前</b>
夜のボードゲーム会 @花畑地域学習センター ◆中学生～高校生	3/21(土) 午後5時30分～7時30分	20人	100円	
ライブレッスン Live & Lesson 歌って学ぶ おとなの英語講座 ◆50歳以上の方	3/22(日) 午後1時～3時	30人	無料	
おうちでお手伝い 子ども向け家事講座 ◆小学生	3/28(土) 午前10時30分～11時30分	10人	無料	
ノルディックウォーキング で花畑を一緒に歩こう	4/3～24の毎週金曜日 午後1時30分～3時	各 20人	1回 220円 (用具レンタルの方は別途280円)	
子どもの造形美術教室A・B (3日制) ◆A:3歳～就学前の子ども ◆B:小学生	4/9・16・23 いずれも木曜日 A:午後3時30分～4時30分 B:午後4時30分～5時30分	各 20人	1,490円	
幼児コーディネーション 運動教室(4日制) ◆3歳～就学前の子ども	4/9～30の毎週木曜日 午後4時45分～5時30分	20人	2,240円	
小学生コーディネーション 運動教室A・B(3日制) ◆A:小学1～3年生 ◆B:小学4～6年生	4/10・17・24 いずれも金曜日 A:午後4時～4時45分 B:午後5時～5時45分	A:20人 B:15人	1,680円	
誰でも簡単 バランスボールで エクササイズ&ストレッチ	4/11(土)・25(土) 午後1時30分～2時30分	各 15人	1回 560円	
<b>保塚地域学習センター</b> 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
子どもモダンバレエ サークル体験(3日制) ◆3歳～小学2年生	3/14・21・28 いずれも土曜日 午後1時～2時	20人	30円	<b>事前</b>
生活習慣病講座 自分と家族のために正しく知ろう糖尿病	3/26(木) 午前10時30分～正午	20人	無料	
王妃も愛した若返りの香水 ハンガリーウォーター作り	3/30(月) 午前10時30分～正午	7人	2,190円	

※新型コロナウイルス感染症に関連し、中止または延期になる場合があります。くわしくは、各施設にお問い合わせください。

広告



東京都宅地建物取引業協会  
足立区支部

不動産無料相談(事前要予約)

☎03-3889-2297  
〒120-0011 東京都足立区中央本町1-13-13 遠山ビル2F(区役所となり)

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>保塚地域学習センター</b> 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
赤ちゃん楽しくベビーヨガ ◆首が据わった3カ月～あんよができる前の子どもと保護者	4/1(水) 午後1時30分～2時20分 4/17(金) 午前10時30分～11時20分	各10組	1回 600円	事前
じっくり太極拳A・B(13日制) ◆A:おおむね40歳以上の方 ◆B:おおむね40歳以上の経験者	4/3～6/26の毎週金曜日 A:午前9時10分～10時30分 B:午前10時45分～午後0時15分	A:15人 B:20人	7,280円	
墨の濃淡で奥深く 草花から描く水墨画講座(6日制)	4/11～6/27の第2・4土曜日 午前10時～正午	10人	8,980円 (専用筆を持って いる方は6,280円)	
日曜日はパパやママと楽しく 運動あそび ◆2～4歳の子どもと保護者	4/12(日) 午前10時～11時	15組	580円	
ゆったり健康太極拳(6日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/14～6/23の第2・4火曜日 午前10時～11時30分	20人	2,700円	
暗闇エクササイズ with パーカッション	4/22(水)、5/13(水) 午後7時30分～8時45分	各15人	1回 1,480円	
<b>スイムスポーツセンター(うきうき館)</b> 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133				
朝の美ボディエクササイズ	3/4～25の毎週水曜日 午前9時15分～10時	各20人	1回 310円	当日持
ナイト・ピラティス	3/6・13・27 いずれも金曜日 午後7時30分～8時30分	各30人	1回 510円	
らくらくレクリエーション トレーニング ◆おおむね50歳以上の方	3/9(月)・30(月) 午前11時15分～午後0時15分	各20人	1回 470円	
みんなのポッチャ広場	3/13(金) 午後3時30分～5時	20人	110円	事前
こどもリトミックA・B(4日制) ◆A:1歳3カ月～2歳の子どもと保護者 ◆B:1歳10カ月～3歳の子どもと保護者	4/3～24の毎週金曜日 A:午前10時～10時45分 B:午前11時～11時45分	各10組	4,200円	
初めての気功・太極拳(6日制)	4/7～5/19の毎週火曜日 (5/5を除く) 午後1時15分～2時45分	20人	2,820円	
始めてみよう! スポーツ吹矢(3日制)	4/9・23・5/14 いずれも木曜日 午後1時～3時	16人	1,350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 ※学校などの利用により使用できない日時あり。くわしくはお問い合わせください。				
千住本町平泳ぎ(4日制) ◆クロールで25m以上泳げる小学生	4/2～30の毎週木曜日 (4/23を除く) 午後6時30分～7時20分	15人	5,000円	事前 [ネット不可]
平泳ぎキック練習会(3日制) ◆クロールで25m以上泳げる小学生	4/7・14・28 いずれも火曜日 午後4時30分～5時20分	15人	3,000円	事前
小学生水慣れクラス(3日制) ◆泳げない小学生	4/7・14・28 いずれも火曜日 午後5時30分～6時20分	15人	3,750円	
5・6歳水泳教室(3日制) ◆5・6歳の子ども	4/9・16・30 いずれも木曜日 午後4時30分～5時20分	15人	3,000円	
クロール息継ぎ練習会(3日制) ◆呼吸無しクロールができる小学生	4/9・16・30 いずれも木曜日 午後5時30分～6時20分	15人	3,000円	
小学生水泳教室(7日制) ◆小学1・2年生	4/25～6/27の毎週土曜日 (5/2・16・6/20を除く) 午後4時30分～5時20分	15人	4,270円	3/10必着

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法	
<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					
ひめトレプラス(7日制) ◆16歳以上の女性	4/6・13・27・5/11・25・6/8・22 いずれも月曜日 午後1時45分～2時45分	30人	3,920円	事前	
フィットネス・フラ(10日制)	4/8～6/24の毎週水曜日 (4/29・5/6を除く) 午後3時30分～4時40分	30人	5,600円		
ママビクス(6日制) ◆5カ月～1歳5カ月の子どもと母親	4/17～5/22の毎週金曜日 午後1時45分～2時45分	20組	4,140円		
親子ビクス(6日制) ◆1歳6カ月～3歳の子どもと保護者	4/17～5/22の毎週金曜日 午後3時～4時	20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					
月曜ヨガ(9日制)	4/6～6/29の毎週月曜日 (4/13・5/4・11・6/8を除く) 午後7時～8時15分	30人	5,040円	事前	
トリム体操(11日制) ◆おおむね50歳以上の方	4/8～7/1の毎週水曜日 (4/29・5/6を除く) 午前10時～11時30分	30人	6,160円		
卓球教室 初級・中級(10日制) ◆初級:16歳以上の初心者 ◆中級:フォア・バック・ツッツキのラリーを各50本以上できる16歳以上の方	4/14～6/23の毎週火曜日 (5/5を除く) 午後3時30分～5時30分	各20人	9,300円		
幼児サッカー(11日制) ◆4歳～就学前の子ども	4/17～6/26の毎週金曜日 午後3時～4時15分	40人	4,840円		
お気軽体操(8日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/20～6/29の毎週月曜日 (5/4・11・6/8を除く) 午前10時～11時10分	25人	4,480円		
キッズサッカー(9日制) ◆小学1・2年生	4/20～7/6の毎週月曜日 (5/4・11・6/8を除く) 午後4時～5時30分	40人	3,960円		
ジュニア陸上 走り方基礎・ 選手育成(15日制) ◆小学生	4/20～9/7の毎週月曜日 (5/4・11・6/8・7/6・13・8/10を除く) 基礎:午後4時～5時 育成:午後5時～6時	各25人	7,650円		
チア&バトンA・B(9日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学生	4/30～6/25の毎週木曜日 A:午後4時15分～5時15分 B:午後5時15分～6時15分	各40人	3,150円 (ポンポン購入の 方は別途2,100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					
春の短期水泳教室 水慣れクラスA・B(3日制) ◆A:3・4歳の子ども ◆B:5・6歳の子ども	3/26(木)～28(土) A:午前10時30分～11時20分 B:午前11時30分～午後0時20分	各10人	3,000円		事前
春の短期教室 けのび・バタ足 クラスA・B(3日制) ◆A:潜れる3～5歳の子ども ◆B:潜れる5歳～小学2年生	3/26(木)～28(土) A:午後0時30分～1時20分 B:午後1時30分～2時20分	各10人	3,000円		
<b>平野運動場</b> 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079					
グラウンドゴルフ広場	3/2(月)・16(月) 午前10時～11時30分	各20人	1回 310円	当日用	
ノルディックウォーキング ◆おおむね60歳以上の方	3/11(水)・25(水) 午前11時～正午	各20人	1回 310円	当日持	
いきいきウォーキング ◆おおむね60歳以上の方	3/13(金)・27(金) 午前10時30分～11時30分	各20人	1回 310円		

※新型コロナウイルス感染症に関連し、中止または延期になる場合があります。くわしくは、各施設にお問い合わせください。

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

**「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、早めに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。

メタボ先生

平成30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(人)	未受診者数(人)
40～49歳	5,677	16,803
50～59歳	7,800	15,203
60～69歳	17,684	19,450
70～74歳	17,554	11,661

足立区医師会  
〒121-0011 足立区中央本町 3-4-4  
TEL: 03 (3840) 2111 <平日9:00～17:00>

**難解な雨漏りを即解決  
雨漏り検査!**

特殊検査液で雨漏りをピンポイント解明  
修繕費の無駄はカット

地震による壁の亀裂補修等  
何でもお気軽にお問合せ下さい

**Tel 03-5876-5801**

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

**リサイクル品の買取・遺品の買取  
引越し前後のお片付けもご相談ください**

出張料・査定料・見積料は一切かかりません

- 遺品整理
- 空家整理
- リサイクル買取
- 遺品の買取

安心できる遺品整理士が常駐しております

親切・丁寧なサービスを心がけております

※商品によって傷みが激しい物、古すぎる物、数量によっては出張査定・お買取りが出来ない場合もあります。一度お電話にてご相談をお願い致します

住まいの大和堂  
(だいわどう) **03-6338-1887**  
営業 9時～19時 定休日:毎週水曜・第1第3火曜  
葛飾区立石 8-55-6 東京都公安委員会許可:307761506596

# 新型コロナウイルス感染症に備えて対策を!

日本国内において、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の患者が複数確認されています。高齢者や基礎疾患のある方は重症化する場合があります。

- 感染しないためには**
- こまめに**手洗い**をする
  - 十分な**栄養と休養**をとる
  - 人混みを避ける**
  - 人混みでは**マスク**を着用する
  - 発熱や咳などの症状がある人との**不必要な接触は避ける**

- 咳やくしゃみが出る場合には**
- 【3つの正しい咳エチケット】
- ①マスクを着用する
  - ②ティッシュ・ハンカチなどで、口や鼻を覆う
  - ③上着の内側や袖で覆う

最新の情報については区のホームページをご覧ください。



- 厚生労働省電話相談窓口**  
(毎日、午前9時～午後9時) ☎0120-565653
- 東京都電話相談窓口**  
(毎日、午前9時～午後9時) ☎5320-4509
- 足立保健所 感染症対策課 防疫係** (平日、午前8時30分～午後5時15分) ☎3880-5747

※中国湖北省または浙江省への渡航歴や感染が明らかな方との接触などがあり、発熱や咳などの症状がある方は、足立保健所にお問い合わせください。

## 新型コロナウイルス 感染の拡大防止のため、**3月1日(日) 大谷田公園 梅まつり中止**

※2月28日(金)・29日(土)の梅園ライトアップも中止します。

そのほかの区のイベントなどについても中止の場合があります。くわしくは区のホームページをご覧ください。お問い合わせ先 お問い合わせコールあだち (毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039



第3回 あだちの輝くお店セレクション決定!

# 「町の洋食」

おすすめのお店と一品

総推薦数 **896件!**

**洋食れすとらん はりきりモーリス**  
(南花畑2-2-3-101)  
「白いオムライス」

**花の木**  
(梅田7-34-13)  
「ハンバーグ」

**ツーリングポイント**  
(保木間4-50-13-103)  
「ステーキ」

**レストランさくら**  
(千住5-13-5-7階 <学びピア21内>)  
「ハンバーグ」

**キッチンラッキー**  
(伊興3-20-10)  
「しょうが焼き」

**キッチンフライパン**  
(千住1-23-18)  
「ソースカツ丼」

**コーヒーエリカ**  
(東伊興3-3-15)  
「ハンバーグ」

**キッチンホトリ**  
(竹の塚6-5-3-101)  
「カレーライス」

**つつみ亭**  
(栗原1-6-22)  
「ハンバーグ」

**能登家**  
(保塚町1-16)  
「ポークソテー」

真っ白な見た目とフワフワな食感が特徴!

家庭的でなつかしい味。ボリュームもたっぷり!

大人も子どもも美味しく食べられる味!

熱々の鉄板の上のハンバーグの旨味が口いっぱいに広がる!

やさらかくて食べ応えもあり。ランチがお得!

濃厚なタレがしみたカツとキャベツの相性抜群!

やわらかくソテーされた豚肉が美味しい!

豚の脂の甘みと爽やかなショウガの風味が絶妙!

区内の輝いているお店とその一品を募集・発表し、地域の活性化をめざす魅力発信事業「あだちの輝くお店セレクション」。

皆さんからの推薦で決定した上位10店を発表します。

お気に入りの一品を探しに、ぜひお店へ足を運んでみてください!

**問い合わせ先 商業振興係 ☎3880-5865**

あだちの輝くお店  検索

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

### コンタクトレンズ

1dayタイプ	1箱 30枚入り	¥1,470~(税込)
2weekタイプ	1箱 6枚入り	¥1,160~(税込)
カラータイプ	1箱 10枚入り	¥980~(税込)
遠近両用タイプ	2week 6枚入り 1day 30枚入り	¥3,200~(税込)

受付時間 月 火 水 木 金 土 日  
午前 9:30~11:30 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 午後  
午後 2:00~6:30 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 12:00~3:30迄

営業時間 (月・火・木・金・土)午前9:30~午後7:00 (日)午後12:00~6:00迄

※初めてご購入される方、種類変更の方、度数変更の方は、上記の「受付時間」内に来店下さい。  
※ご来店の際は、「健康保険証」を必ずお持ち下さい。  
●バス停「第五都営住宅」前 **P15台有**

コンタクトレンズ専門店  
**アイ・ビジョン**  
☎03-3885-3177  
足立区花畑1-7-19 横山眼科ビル2F

## B型肝炎ウイルスに感染している

# B型肝炎給付金

ご存じですか?

2つとも当てはまる方は、国から給付金を受けられる可能性があります。対象者から母子感染した方や、ご遺族(相続人)も対象となります。給付金額の一例は、死亡・肝がん3600万円、軽度の肝硬変2500万円、慢性肝炎1250万円など。

自分が対象者かも?と思われる方は**早めの請求**をご検討ください。なぜなら、請求に必要な病院のカルテ等は、時間がたつと廃棄され手に入らなくなることがあるからです。対象者になりそうかどうかは、下記**無料電話相談**で簡単に確認できます。お気軽にお電話ください。

東京弁護士会所属/弁護士法人マイタウン法律事務所/東京事務所/東京都千代田区丸の内2-2-1岸ビルディング6階

**無料電話相談**  
☎0120-918-862  
平日9:00~17:30

**24時間 見積無料**  
お気軽にお声掛け下さい!

## 葬儀のご相談

火葬式 **19万円**(税別)  
家族葬 **49万円**(税別)  
福祉葬 生活保護世帯の方の火葬も真心こめてお手伝い

☎03-3889-0004  
株式会社 **ピープル**  
●足立区梅島1-9-2 (梅島駅徒歩1分)  
●北区王子1-27-4 (王子駅徒歩5分)

ホームページ  
http://www.people-jp.com  
ピープル葬儀 ▼ で検索して下さい

社員・スタッフ随時募集中

野根 梅島会館