

2018年(平成30年)

5月25日 第1783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



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

あだち

広報

今年江戸から東京への改称(明治元年・1868年)、
150年の節目に当たります。文化や歴史などの魅力を再認識し、
次世代につなげるため、区では2つの企画展を開催します!

問い合わせ先

郷土博物館 ☎3620-9393

所在地 大谷田5-20-1 開館時間 午前9時~午後5時(入館は午後4時30分まで)

入館料 200円 ※団体(20人以上)は100円。70歳以上または中学生以下の方は無料

東京

150年

記念



— 未来に向かって
歩み続ける —

うたがわくにてるにだい
歌川国輝二代
とうきょうめいしようちざくらだ
「東京名所 内桜田」

(現在の皇居前広場、中央の橋は正門石橋に当たる)

明治元年10月13日、江戸城に到着した明治天皇の輿を描いた錦絵。入城した直後、江戸城は東京城と改められた

Tokyo 150

1 企画展 「幕末明治の名筆」

区内に遺された歴史的偉人たちの名筆など約20点を
原品で紹介しします。

期間 6月12日-7月29日
(月曜日休館。祝日の場合は開館し翌日休館)

場所 郷土博物館

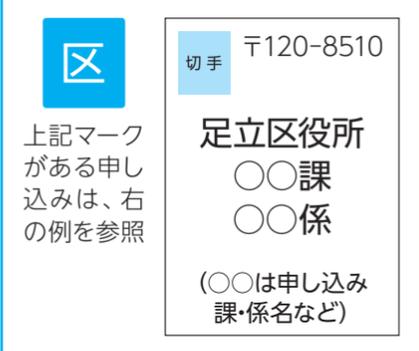
同時期開催! 巡回展 /

2 グラフィック展 「写真と錦絵で見る江戸から東京」

古い写真や浮世絵など選り抜きの約40点。時代の節目を生きた
人々の生活、社会の変化に思いを馳せします。

※6月13日から区内4カ所(中央図書館、区役所1階区民ロビー、
北千住駅、ギャラクシティ)を巡ります。巡回日程など、くわしくは
区のホームページをご覧ください。

郵送申し込み記入例



子育て・教育

ファミリー学級・日曜コース前期募集

■日時等=表1 ■対象=開催日現在、おおむね20週を経過した妊娠中の方とパートナー ■内容=お産の準備/お風呂の入れ方/父親の妊婦体験など ■定員=各30組(抽選) ■申込=区のホームページから専用フォームに入力または住所、氏名、電話番号、出産予定日、希望日、「ファミリー学級前期」を往復ハガキで送付 ※往復ハガキは返信面にも宛名を記入 ■申・問先=(株)メディカルワールド(区委託事業者) 〒105-0021港区東新橋2-9-5パラッツォマレーア6階「足立区ファミリー学級」係(平日、午前9時~午後6時) ☎5404-4830 ■問先=区・保健予防係 ☎3880-5892

就学相談説明会・個別相談会

■日程等=表2 ※個別相談会(要予約)あり ■時間=午前10時~正午 ■対象=表2に当てはまり、子どもの就学に不安や気になることがある保護者 ■内容=特別支援学級・学校などの違いや特色の説明/講演/就学相談説明(テーマごとにブース分け) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・申・問先=こども支援センターげんき支援管理課 特別支援係 ☎3852-2875

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 ■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

小・中学校使用教科書展示会

■日時=6月5日~28日、午前9時~午後7時 ■場所=区役所1階区民ロビー(6月9日(土)・10日(日)を除く)/こども支援センターげんき/東京芸術センター1階・エントランス ■内容=2019年度に使用する中学校用教科書(特別の教科道徳)の採択用見本と現在使用中の小・中学校用教科書の展示 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=教育指導係 ☎3880-5974

区立小・中学校の学校公開と学校説明会

■日時等=▷小学校…6月4日(月)~8日(金)、午前9時30分~11時30分/午後1時30分~3時30分 ▷中学校…6月11日(月)~15日(金)、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場合あり。新入学の児童・生徒向け学校説明会の日時は、区のホームページ、学務課 就学係などで公表 ■対象=2019年度に入学する子どもの保護者、地域の方など ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=就学係 ☎3880-5969

親子講演会「子どものかかりやすい病気と予防接種の大切さ」

■日時=6月25日(月)、午後1時30分~3時 ■対象=区内在住で1歳未満の子どもの保護者または妊娠中の方 ■内容=小児科医による、子どものかかりやすい病気や予防接種の必要性・優先順位についての講演 ■定員=35人(5月28日から先着順) ※保育あり(要予約、おおむね3歳以下の子ども、先着20人) ■申込=電話または窓口 ■場・申・問先=竹の塚保健センター地域保健係 ☎3855-5082

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」

■日時=6月22日(金)、午前10時30

分~11時30分 ■場所=中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内) ■対象=開催日現在、11か月以上の子どもの保護者 ※子ども同伴可 ■内容=1歳を迎えるころの食生活/レシピ紹介など ■定員=20人(5月29日から先着順) ■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

食育講演会「好き嫌いを減らす 簡単幼児食」

■日時=6月29日(金)、午前10時~11時30分 ■対象=1・2歳の子どもの保護者 ■内容=子どもが苦手な食材を好きになるためのヒントを学ぶ ■定員=25人(5月28日から先着順) ※保育あり(要予約、1・2歳の子ども、定員あり) ■申込=電

話 ■場・申・問先=竹の塚保健センター ☎3855-5082

講座「完璧な親なんていない」(6日制)

■日時=6月21日~7月26日の毎週木曜日、午前10時~正午 ■対象=区内在住で1・2歳の子どもを在宅で育てている母親 ※過去に参加した方を除く ■内容=子育て中の仲間と交流しながら自分に合った子育て方法を探す ■定員=12人(抽選) ※保育あり(要予約、6か月~就学前の子ども、10人程度) ■申込=電話または区のホームページから専用フォームに入力 ■期限=6月4日(月) ■場・申・問先=こども支援センターげんきこども家庭支援課 事業係 ☎3852-2863

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」(7月~9月分)

■日時等=表3 ■対象=2か月~小学生の保護者 ※子ども同伴で受講可 ■定員=各10人程度(抽選) ■費用=1回500円 ※別途材料費が必要な場合あり ■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 ※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=6月8日(金)消印有効 ■申先=東綾瀬区民事務所 〒120-0004東綾瀬1-5-17 ■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 区・こども支援センターげんきこども家庭支援課 事業係 ☎3852-2863

表3 風の子カルチャー(7月~9月分)日時等

場所	曜日	時間	講座名	日程
A	水	午前	やさしい英語で子育て	7/11・25、8/8・22、9/12・26
			ヨガ	7/5・12・19・26、8/2・9・16・23、9/6・13・20・27
			初めてのミシン	7/5・19、8/2・16、9/6・20
	木	午後	親子体操① ※1歳以上の子どもが対象	7/12・26、8/9・30、9/6・20
			バレエストレッチ	7/6・13・20・27、8/3・10・24・31、9/7・14・21・28
			ピラティス	7/6・13・20・27、8/3・24・31、9/7・14・21・28 ※午後1時15分~2時45分
B	火	すぐに役立つペン習字	7/10・24、9/4・18	
		フラワーアレンジメント	7/17、8/7、9/11	
		セルフでリンパマッサージ	7/12・19、8/9・30、9/6・20	
C	水	ヨガエクサ	7/4・11・18、8/22・29、9/5・12・19・26	
		こそだて英語②	7/4・11、8/1・29、9/12・26	
		親子体操② ※1歳以上の子どもが対象	7/5・19、8/2・23、9/13	
	木	午前	ベビーマッサージ	7/12・26、8/9・30、9/6・20
			フラダンス②	7/6・13・20・27、8/3・24・31、9/7・14・21・28
			編みまじょう 藤クラフト	7/6・13、8/3・10、9/7・21
D	金	午前	フラダンス①	7/6・20、8/3・17、9/7・21 ※午前9時30分~11時
			こそだて英語①	7/6・20、8/3・31、9/14・28
			基礎からの編み物	7/13・27、8/10・24、9/7・21
			パッチワーク	7/13・27、8/10・24、9/14・28

※場所の「A」は東和地域学習センター、「B」はこ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(綾瀬プルミエ内)。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

表1 ファミリー学級・日曜コース前期募集日時等

日程	時間	場所	申込期間(消印有効)
6/17(日)	午前10時~正午	こども支援センターげんき	5/26~6/8
7/8(日)		生涯学習センター(学びピア21内)	6/11~25
9/23(祝)		こども支援センターげんき	7/30~9/3

表2 就学相談説明会・個別相談会日程等

日程	対象	講演内容	個別相談会
6/14(木)	31年4月に小学校に入学する子どもの保護者	帝京大学教授・低柄敬三氏「インクルーシブ教育時代に向けて一人ひとりが輝くために」	■時間等=午後1時30分~4時の間で6回実施 ※各20分程度 ■定員=各30人(抽選) ■申込=電話または区のホームページから専用フォームに入力 ■期限=6/1(金)
6/15(金)	31年4月に中学校に入学する子どもの保護者	「卒業後の進路について」	

健康・衛生

40歳前の健康づくり健診

■日時等=▷中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内)…6月30日(土)▷千住保健センター…7月4日(水)▷竹の塚保健センター…7月7日(土) ※いずれも午前9時~9時30分受け付け ■対象=区内に住居登録があり、健診の機会がない18~39歳の方 ※年齢は31年3月31日現在 ■内容=健康チェック(血圧測定、血液検査、尿検査、歯肉の健康チェック、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。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。異常がなければ検査結果を自宅に郵送 ■定員=各40人(5月29日から先着順) ■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

糖尿病眼科健診

■場所=区内指定医療機関 ■対象=区内在住で次のいずれかに当てはまる方…国民健康保険に加入している45・50・55歳で29年度特定健康診査を受診していない/60歳で29年度特定健康診査眼底検査を受診していない など ■内容=問診、矯正視力検査、屈折検査、細隙灯顕微鏡検査、眼圧検査、眼底検査 ※年度につき1回のみ受診可。対象者には区から受診券を送付。送付時期など、くわしくは

お問い合わせください。 ■問先=健診事業係 ☎3880-5121

熱中症にご注意ください

熱中症は、体温の調節機能が働かなくなり、筋肉痛や強いめまい、吐き気、倦怠感を引き起こします。重症になると意識障害が起こり、死に至る場合もあります。

気温と湿度が高くなると、熱中症になる危険性が増します。早めの熱中症対策で夏を健康に過ごしましょう。

屋内でも熱中症は起こります。室温は28℃以下、湿度は50~60%を目標にしましょう。高齢者や乳児は体温調節機能が低いため、特に注意が必要です。

◆予防のポイント

のどが渇かなくてもこまめに水分補給を心がけ、冷房器具で室温を調整しましょう。

◆体に頭痛やめまいなどの異常を感じたら

涼しい場所に避難します。衣服をゆるめて首筋や脇の下、太ももに保冷剤などを当てて体を冷やし、スポーツドリンクなどで水分と塩分を補給します。自力で水分補給ができないときや症状の改善が見られないときには救急車を呼びましょう。

◆熱中症情報をA-メールなどでお知らせ

熱中症情報などをA-メール(足立区メール配信サービス。要事前登録)の「夏の重要なお



▲A-メールの登録はコチラから

知らせ(熱中症・電力情報)や夕焼け放送(防災行政無線)でお知らせしています。

—いずれも—

■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

福祉・高齢医療

視覚障がいセミナー

■日時=6月30日(土)、午後1時~4時 ■対象=目の不自由な方や家族、関係者など ■内容=視覚障がい者のためのヨガ体験/プレクストーク(視覚障がい者用ポータブルレコーダー)使用体験会/ミニ朗読会/白杖などの視覚用具相談 ■定員=35人(5月26日から先着順) ■申込=電話または区のホームページから専用フォームに入力または氏名、電話番号、「視覚障がいセミナー」をファクス ■場・申・問先=障がい福祉センターあしすと自立生活支援室 ☎5681-0132 ☎5681-0137

悠々会館の「にこにこお喜楽体創(健康体操)」(8日制)

■日時=7月5日~8月30日の毎週木曜日、午前10時30分~正午 ※8月2日を除く ■対象=区内在住で60歳以上の方 ■内容=椅子に座って手・足・腰を動かし、自分で体のコンディショニングを整える運動など ■定員=30人(抽選) ■申込=住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、「お喜楽体創」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限=6月16日(土)必着 ■場・申・問先=悠々会館 〒121-0812西保木間4-9-1 ☎3859-9732

73歳以上の区民に無料マッサージ(6月分)

■日時等=▷3日(日)・24日(日)…勤労福祉会館(綾瀬プルミ工内)▷12日(火)・26日(火)…竹の塚障がい福祉会館 ※いずれも午前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

「あだち1万人の介護者家族会」総会

■日時=6月21日(木)、午後1時30分~3時 ■場所=区役所 ■内容=「あだち1万人の介護者家族会」活動報告/講演会「身近な人の認知症に気づいたら」 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=高齢調整係 ☎3880-5886

若年性認知症本人・家族交流会

■日時=6月23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 ■定員=20人(5月28日から先着順) ■申込=電話 ■申・問先=認知症施策推進担当 ☎3880-5885

もの忘れ相談(6月分)

■日程等=表4 ■対象=65歳以上の方と家族 ■申込=電話または窓口

表4 もの忘れ相談(6月分)日程等

場・申・問先(地域包括支援センター)	日程
伊興 ☎5837-1280	28(木)
さの ☎5682-0157	21(木)
中川 ☎3605-4985	26(火)
西新井 ☎3898-8391	13(水)
西新井本町 ☎3856-6511	21(木)
はなはた ☎3883-0048	
日の出 ☎3870-1184	13(水)

デング熱にご注意ください!

■問先=▷デング熱…保健予防課 感染症対策係 ☎3880-5747
 ▷蚊の発生予防方法…足立保健所生活衛生課 生活衛生係 ☎3880-5374
 ▷区立公園などの対応…公園管理課 施設維持係 ☎3880-5021

近年、ヒトスジシマカなどの蚊が媒介する、デング熱などの感染症が発生しています。蚊の発生を抑え、感染症による被害を減らすために予防・対策を行いましょう。

◆感染・症状

デング熱はウイルスを持つ蚊に刺されることで感染します。通常、人から人への感染はありません。

おおむね3日~7日の潜伏期間後、発熱や発疹、頭痛、関節痛などの症状が起こります。蚊に刺された後、このような症状が見られたらすぐに医療機関を受診してください。

◆予防・対策

蚊の活動時期(おもに5月中旬~10月下旬)に、蚊に刺されないような対策をとることが有効です。

- ・水のたまりやすい場所をなくす
- ・庭などは定期的に草刈りを行い、風通しを良くする
- ・網戸を点検し、蚊が家の中へ侵入するのを防ぐ
- ・蚊の多い所に外出するときは、虫除け剤の使用や、長袖・長ズボンを着用するなど、肌の露出を少なくする



休日接骨院当番所(6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
3(日)	白川接骨院(大谷田5-8-4)	5697-0325
	ふくだ接骨院(西新井1-19-7)	3855-6848
10(日)	木村接骨院(本木北町3-7)	3854-1084
	玉沢接骨院(中央本町3-13-15渡辺ハイツ102)	3852-2403
17(日)	岡村接骨院(青井1-5-8)	3849-3851
	大師接骨院(西新井6-1-2)	3890-2270
24(日)	栗原名倉磯田整骨院(栗原1-20-8)	5242-2153
	東綾瀬整骨院(東綾瀬1-29-14)	3605-9796

※いずれも時間は午前9時~午後5時

■問先=▷施術…各当番所▷制度…区・衛生管理係 ☎3880-5891

献血(6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
3(日)	宮城小学校	午前9時~午後0時30分
6(水)	花畑小学校	午前9時30分~午後0時30分/ 午後1時45分~3時30分
9(土)	辰沼小学校	午前9時30分~11時30分/ 午後0時45分~3時30分
	舎人小学校	午前10時~午後4時
13(水)	足立税務署(千住旭町4-21)	午前10時~11時30分/午後0時45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…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

乳がん・子宮頸がん検診無料クーポン券を6月中旬に送付 ■対象=▷乳がん…40歳の女性▷子宮頸がん…20歳の女性 ※年齢は30年4月1日現在。4月20日以降に区へ転入した方はお問い合わせください。 ■問先=健診事業係 ☎3880-5121

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



仕事・産業

独立・起業セミナー「事業計画策定編」(4日制)

■日時=7月14日~8月4日の毎週土曜日、午前10時~午後5時
 ■場所=あだち産業センター ■対象=独立・起業を具体的に検討し、ビジネスプランのある方
 ■内容=先輩起業家の体験談/ビジネスプランの作成法/プレゼンテーションの方法/個別相談など
 ■定員=25人(5月28日から先着順) ■費用=4,000円 ■申込=ホームページから専用フォームに入力または住所、氏名、電話番号、「事業計画策定編」をファクス・Eメール
 ■申・問先=エキスパート・リンク(株)(区委託事業者)
 ☎6450-2891 ☎6450-2892
 ✉adachi@ex-link.co.jp
 http://www.ex-link.co.jp/
 ■問先=区・創業支援係 ☎3880-5495

マンスリー就職面接会

◆警備・建設・軽作業など 就職応援面接会
 ■日時=6月13日(水)、午後1時30分~4時 ■場所=東京芸術センター21階・天空劇場 ※保育あり(6月8日(金)までに区・就労・雇用支援係へ要電話予約、6カ月~就学前の子ども、先着5人)
 ◆第44回マイタウン就職面接会
 ■日時=7月19日(木)、午後1時~4時 ■場所=日暮里サニーホール(荒

川区東日暮里5-50-5) ※保育あり(7月13日(金)までに荒川区・就労支援係へ要電話予約、6カ月~就学前の子ども、定員あり)
 —いずれも—
 ■持ち物=履歴書(写真貼付)/職務経歴書 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=▷面接会…ハローワーク足立事業所第二部門 ☎3870-8617
 ▷保育…区・就労・雇用支援係 ☎3880-5469
 荒川区・就労支援係 ☎3800-8710

■勤労福祉会館の指定管理者募集
 ■募集施設=勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)(綾瀬1-34-7) ■指定管理期間=2019年4月1日~2024年3月31日 ■対象=同様の施設で管理運営の実績があるまたは区競争入札参加資格登録をしている法人・団体 ■公募要領配布期間=5月25日~6月14日 ※公募要領は区のホームページからダウンロード ■申込=応募書類を持参 ※申し込みには下記現地説明会への参加が必要
 ◆現地説明会
 ■日時=6月19日(火)、午前10時開始 ■申込=参加申込書をファクスまたはEメール ※くわしくは公募要領参照 ■期限=6月14日(木)
 —いずれも—
 ■申・問先=就労・雇用支援係 ☎3880-5469 ☎3880-5605
 ✉kigyo-shien@city.adachi.tokyo.jp

人材募集

区立保育園・認定こども園 保育補助(夏期アルバイト)

■勤務場所=区立保育園または認定こども園 ■勤務内容=保育補助/雑務 ■勤務条件=午前8時30分~午後5時 ※曜日・時間は応相談 ■雇用期間=7月1日~9月30日のうち2カ月間 ※更新なし ■報酬=時給1,060円(保育士資格なし)/時給1,260円(保育士資格あり) ※交通費なし ■募集人数=70人(選考) ■申込=電話または窓口 ■申・問先=保育人事計画担当 ☎3880-5445

暮らし・まちづくり

分かちあいの会「とまり木」

■日時=6月1日(金)、午後6時30分~8時30分 ※原則毎月第1金曜日 ■場所=エル・ソフィア ■内容=大切な方を自死(自殺)で亡くした方がつどい、その悲しみを分かちあう ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=こころといのち支援係 ☎3880-5432

木造住宅耐震事業説明会・相談会

■日時等=表1 ■内容=昭和56年5月以前に建築された木造住宅の耐震診断・改修工事の助成制度の

説明、個別相談 ■申込=▷説明会…不要 ※当日直接会場へ ▷個別相談…電話 ■申・問先=建築防災係 ☎3880-5317

労働法セミナー「ここに注目 就業規則の確認ポイント」

■日時=6月12日(火)、午後2時~4時 ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内企業経営者または人事労務担当者 ■内容=労務管理で問題になりやすい点を実際の事例を通して学ぶ ■定員=40人(5月28日から先着順) ■申込=電話または区のホームページから専用フォームに入力または住所、氏名(フリガナ)、企業名、電話・ファクス番号、「労働法セミナー」をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 ☎3880-0133

総合スポーツセンター屋外プール 団体貸し出し受け付け開始

■貸出期間・利用時間=7月14日~8月31日、午後6時~8時 ※7月21日(土)、8月18日(土)を除く ■対象=次のすべてに当てはまる団体…営利を目的としない/利用の際「日赤水上安全法救助員」有資格者を配置できる/団体内で責任をもって指導・監視体制がとれる ※申請時に申し出があった場合、監視員を配置可 ■申込=電話または窓口 ■受け付け開始日=6月1日(金) ※利用日の8日前まで受け付け ■場・申・問先=総合スポーツセンター ☎3859-8211

表1 木造住宅耐震事業説明会・相談会日時等

場所	日程	時間
梅田地域学習センター(エル・ソフィア内)	6/13(水)、7/18(水)	午後6時30分~8時30分
区役所	6/7(木)	午前10時~正午/午後2時~4時
	7/2(月)	午後2時~4時
	7/26(木)	午前10時~正午
鹿浜いきいき館	6/20(水)	午後2時~4時
千住庁舎	6/25(月)、7/10(火)	午後6時30分~8時30分

地域包括支援センター介護(予防)教室(6月分)

申・問先(地域包括支援センター)	日時	内容等
伊興 ☎5837-1280	9(土)、午後1時30分~3時	講習会「脱水は万病のもと」 場所=ウエルガーデン伊興園(伊興3-7-4) 定員=20人
千住本町 ☎3888-1510	27(水)、午後2時~3時30分	介護者教室「現役ヘルパーが語るヘルパーの活用術」 場所=生涯学習センター(学びピア21内) 定員=40人
中川 ☎3605-4985	20(水)、午後2時~3時	講習会「熱中症を予防して夏を乗り切ろう」 場所=中川地域センター(長門住区センター分館) 定員=60人
西綾瀬 ☎5681-7650	18(月)、午前10時~11時30分	講習会「成年後見制度について」 場所=西綾瀬在宅サービスセンター(西綾瀬3-2-1) 定員=20人
西新井本町 ☎3856-6511	28(木)、午後2時~3時	介護者教室「精神疾患について」 場所=ハピネスあだち(江北3-14-1) 定員=25人
はなはた ☎3883-0048	14(木)、午前10時~11時30分	講習会「食事から認知症を予防」 場所=花畑地域学習センター 定員=30人
日の出 ☎3870-1184	①5(火) ②20(水)、いずれも 午後1時30分~3時	①脳を鍛えて認知症予防「せいかつ」 ②脳を鍛えて認知症予防「さんすう」 場所=①総合ボランティアセンター ②千住あずま住区センター いずれも、定員=40人

※いずれも、■申込=電話。5月28日から先着順(月~土曜日、午前9時~午後5時)

6月4日~10日は 歯と口の健康週間

■問先=多世代健康データ連携担当 ☎3880-5601

30年度 歯と口の健康週間標語

のぼそうよ 健康寿命 歯みがきで

糖尿病や心疾患、早期低体重児出産など、歯周病は全身に影響を及ぼします。定期的に受診して、歯周病チェックを受けましょう。

◆成人歯科健診(無料)
 ■対象=区内に住居登録があり、20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の方 ※年齢は31年3月31日現在。対象者には6月下旬に受診券を送付。5月以降に区へ転入した方は申し込みが必要
 ◆妊婦歯科健診(無料)
 ■対象=区内に住居登録があり、母子保健バッグの交付を受けた方 ※受診券は母子保健バッグに同封。妊娠中に1回のみ受診可
 —いずれも—
 ■場所=区内指定医療機関 ■内容=むし歯や歯周病のチェックなど ※受診方法など、くわしくは受診券に同封の案内をご覧ください。

◆野菜から かむカムランチキャンペーン
 ■日時=6月8日(金)、午前11時30分~午後2時 ■場所=東京電機大学東京千住キャンパス(千住旭町5) ■メニュー等=かた焼きそば海鮮あんかけ、人参ナムル、きんぴら混ぜご飯、あんだんご ※先着118食・500円。かむカムランチを食べてアンケートに答えた方にプレゼントあり ■申込=不要 ※当日直接会場へ

児童手当の6月期(2月~5月分)は 6月4日(月)以降に振り込み

※金融機関により数日遅れる場合あり。受給者へ支払通知書を5月29日(火)発送、6月上旬に児童手当現況届を送付。提出がない場合、6月分からの支給を停止 ■問先=児童給付係 ☎3880-6492

**NPO活動体験講座
「子ども食堂スタッフ体験」
(2日制)**

■日時=6月29日(金)、午前10時～午後1時 ※7月中に活動団体ごとの実習体験あり ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=子ども食堂を運営している団体の紹介と調理実習/活動現場でのスタッフの手伝い ■定員=20人(5月26日から先着順) ■費用=100円 ■申込=電話または区のホームページから専用フォームに入力または住所、氏名、電話番号、Eメールアドレス、「子ども食堂」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

**学びを創るボランティア
養成講座(3日制)**

■日時=7月7日(土)・21日(土)・22日(日)、午後2時～4時 ■場所=生涯学習センター ■対象=18歳以上の方 ■内容=区の地域課題や高齢化による多様な区民ニーズを解決するため、自ら継続して学び、地域での学びを創る活動を広げていくための知識を身につける ■定員=30人(抽選) ■申込=住所、氏名、年齢、電話番号、「学びを創るボランティア養成講座」を往復ハガキで

送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限=6月25日(月)必着 ■申・問先=あだち区民大学塾事務局(生涯学習センター内) 〒120-0034千住5-13-5(学びピア21内)(平日、午後1時～5時) ☎5813-3759

エリアデザイン計画説明会

◆綾瀬・北綾瀬エリア・北綾瀬ゾーン
エリアデザイン計画 オープン
ハウス型説明会

■日時=6月2日(土)・3日(日)、午前10時～午後4時 ■場所=しょうぶ沼公園、都立東綾瀬公園(ハト広場) ※いずれもしょうぶまつり会場内

◆江北エリアデザイン計画

■日時等=▷オープンハウス型説明会(江北駅)…6月8日(金)、午後3時～8時/9日(土)、午前11時～午後4時 ▷住民説明会(高野小学校)…6月12日(火)、午後7時～8時 —いずれも—

■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=エリアデザイン計画担当 ☎3880-5812

**明海大学連携「初級英会話講座
『英語でツアーガイドをしよう』
(5日制)**

■日時=6月17日、7月1日・15日・29日、8月5日 ※いずれも日曜日、午前10時～正午 ■場所=梅島小学校 ■対象=区内在住で16歳

以上の英会話初心者 ■内容=区と英語力向上のために連携協定を結んでいる、明海大学のネイティブ講師と日本人講師から、区内を案内する事例を通して英会話を学ぶ ■定員=40人(抽選) ■申込=住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、「初級英会話講座」を区へ往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限=6月4日(月)消印有効 ■申・問先=学力定着推進課 学力定着推進係 ☎3880-6717

**「おひさまのまちづくり」
孤立ゼロプロジェクト展開中**

30年3月末現在、町会・自治会や民生・児童委員の皆さんにご協力いただき、約4万2,600世帯の調査が終了しました。この結果、世間話をする頻度や相談相手が少なかった約1万1,300世帯のうち、約3,700世帯が地域社会や支援につながりました。引き続き、ご協力をお願いします。 ■問先=絆づくり事業調整担当 ☎3880-5184

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)

映画上映会「潮風の村からある女性医師の軌跡」

■日時=6月23日(土)、午後2時～4時 ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=小さな村で、女性の心とからだに向き合い続ける女性医師の

ドキュメンタリー ■定員=200人(5月28日から先着順) ※保育あり(6月15日(金)までに要予約、6カ月～就学前の子ども、先着10人) ■申込=電話または区のホームページから専用フォームに入力または住所、氏名(フリガナ)、年齢、保育希望の場合は子どもの名前(フリガナ)・年齢、電話・ファクス番号、「映画」をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 📠3880-0133

郷土博物館の映画会(6月分)

■日時=9日(土)、午前11時～正午 ※無料公開日 ■内容=[芋沢川前の剣舞] / [金華山 黄金山神社]の上映 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=郷土博物館 ☎3620-9393

**足立シティオーケストラ
室内楽演奏会2018**

■日時=6月24日(日)、午後2時開演 ※午後1時30分開場 ■場所=竹の塚地域学習センター ■内容=弦楽・管楽による小編成のアンサンブル(モーツァルト「喜遊曲」、ベートーヴェン「管楽八重奏曲」、アブレウ「ティコティコ」ほか) ■定員=306人(先着順) ※全席自由 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=文化団体支援係 ☎3880-5986

催し物は、
6面に続きます

求む！ 通報協力員

5月30日～6月30日は、不法投棄防止強化月間です

■問先=不法投棄110番(生活環境保全課内) ☎3880-5300



不法投棄のないきれいなまちをめざして、区は皆さんと一緒に不法投棄対策を行っています。29年度の区の不法投棄処理個数は前年度比7.3%減となり、ピーク時(24年度)と比べ48.6%減となりました。ごみごみを呼ぶ負の連鎖を断ち切るために、不法投棄を見つけたら不法投棄110番へ通報をお願いします。

◆通報協力員になって、「不法投棄防止シール」をもらおう！

民有地の不法投棄対策の一環として「不法投棄通報協力員」を募集しています。通報協力員は日常生活の中で不法投棄を見つけたとき、不法投棄110番に通報することでまちの美化に取り組んでいます。「不法投棄防止強化月間中」に登録した方には、自宅に貼ることで不法投棄の抑止が期待できる「不法投棄防止シール」をお渡しします。この機会にぜひご登録ください！ ※登録方法など、くわしくはお問い合わせください。

足立区 通報協力員 検索

不法投棄防止シール



▲コンパクトな10cm四方や8cm×27cmのサイズを用意。お好きなデザインから2枚まで ※なくなり次第終了

審議会等の公開(6月分)

傍聴方法など、くわしくはお問い合わせください。

審議会等	日程	時間	場所	問先
足立区総合交通計画改定協議会 第3回事業者部会	5(火)	午前10時～11時30分	区役所	交通対策課 交通計画係 ☎3880-5718
足立区総合交通計画改定協議会 第3回利用者部会	7(木)			環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049
足立区環境審議会	14(水)	高齢福祉課 権利擁護推進係 ☎3880-5982		
30年度第1回足立区成年後見制度審査会	21(水)	午後2時～4時		契約課 工事契約係 ☎3880-5832
足立区公契約等審議会				環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049
足立区環境基金審査会	22(金)	午後1時～5時		政策経営課 政策経営担当 ☎3880-5811
足立区区民評価委員会(まちと行財政分科会)		午後1時30分～4時		こころとからだの健康づくり課 糖尿病対策担当 ☎3880-5433
足立区地域保健福祉推進協議会健康あだち21専門部会	26(火)	午後1時～3時		政策経営課 政策経営担当 ☎3880-5811
足立区区民評価委員会(ひと分科会)		午後1時30分～4時		産業政策課 産業経済協創担当 ☎3880-5464
足立区経済活性化会議				文化・読書・スポーツ計画担当課 文化・読書・スポーツ計画担当 ☎3880-5647
第3回足立区文化・読書・スポーツ総合推進会議	27(水)	午後2時～4時	ギャラクシティ	
足立区総合教育会議		午後1時15分～2時30分	区役所	政策経営課 政策経営担当 ☎3880-5811
足立区区民評価委員会(くらしと行財政分科会)	28(木)	午後1時～4時		
足立区区民評価委員会(まちと行財政分科会)				

児童育成手当の現況届の提出期限は
6月29日(金)

■内容=6月上旬に30年度分の現況届を送付 ※期限までに提出がない場合、6月分からの手当の支給が停止となる場合あり。6月期(2月～5月分)の振り込みは6月4日(月)以降 ■問先=親子支援係 ☎3880-5883

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)

野菜教室「おいしい野菜や果物の選び方・保存方法」

■日時=6月21日(木)、午後2時～4時 ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=野菜や果物の魅力を再認識し、毎日の買い物や食事作りにかける技を専門家から学ぶ ■定員=60人(5月28日から先着順) ■申込=電話・窓口または区のホームページから専用フォームに入力または氏名(フリガナ)、電話番号、「野菜教室」をファクス ■申・問先=消費者センター ☎3880-5385 ☎3880-0133

環境学習講座「デジカメで環境写真の撮り方を学ぶ」(2日制)

■日時=6月9日(土)、7月7日(土)、午前10時30分～午後2時30分 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=環境保全の視点から、まちなみ・花・風景などを撮影する基本を学ぶ ※デジカメ持参。取扱説明書が必要 ■定員=15人(抽

選) ■費用=400円 ■申込=電話・窓口または住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「デジカメ」をファクス・ハガキで送付 ■期限=6月2日(土)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

講演会「pipioといっしょにおはなしとあそびのじかん」

■日時=6月30日(土)、午後2時～4時 ■場所=生涯学習センター・講堂(学びピア21内) ■対象=3歳～小学生と保護者 ■内容=おはなしとあそびのユニット「pipio」による読み語りとワークショップ ■定員=150人(5月26日から先着順) ■申込=電話または窓口 ■申・問先=中央図書館 子ども読書推進係(5月31日(木)、6月11日(月)・29日(金)を除く、午前9時～午後5時) ☎5813-3745

夏花品評展示会

◆展示会 ■日時=6月13日(水)、午後1時～14日(木)、正午 ■内容=区内の花農家が栽培したナツギクやアジサイ、花苗のニチニチソウなどを展示 ◆展示品の販売 ■日時=6月14日(木)、午後2時30

分開始 ※なくなり次第終了。購入は1人1点のみ(複数回購入可) —いづれも—

■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

あそびのフリマ in アリオ西新井

■日時=6月16日(土)、午後1時～4時 ■場所=アリオ西新井(西新井栄町1-20-1) ■対象=小学生以下の方 ■内容=工作やあそびの体験コーナーなど ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=家庭教育係 ☎3880-5273

区民のひろば

=サークル会員募集=
☆ピアフ短歌会 毎月第1金曜日、午後1時～4時/エル・ソフィアなど/短歌の作り方、実作指導 ※見学自由。要事前連絡/月額2,000円/電話/西澤 ☎090-9013-2251
☆木陽会油絵・水彩画教室 毎月2回土曜日、午後1時～4時/エル・ソフィアなど/静物・人物・風景画など/月額3,000円/電話/浦部 ☎3886-1230

第1回 区議会臨時会・第2回 区議会定例会

■日時等=表1・2 ※本会議・委員会の傍聴は、区議会事務局(区役所内)で受け付け。開会予定の1時間前から整理券を発行し、定員を超えた場合は30分前に抽選。手話通訳・難聴用磁気ループ(ヒアリングループ)の利用を希望する場合は、期限の午後5時までに申し込み(手話通訳は代表・一般質問のある本会議のみ) ■期限=▷手話通訳…傍聴する会議の7日前 ▷難聴用磁気ループ…傍聴する会議の前日 ※いづれも期限当日が閉庁日の場合は、直前の開庁日
日時など、予告なく変更する場合がありますので、お問い合わせください。
■申・問先=議事係 ☎3880-5797

表1 第1回 区議会臨時会日時等

日時	会議名
5/30(水) 午前10時	議会運営委員会
31(木) 午後1時	臨時会

表2 第2回 区議会定例会日時等

日時	会議名
6/11(月) 午前10時	議会運営委員会
12(火)	本会議
13(水) 午後1時	
14(木)	
15(金) 午前10時	総務委員会
18(月) 午前10時	区民委員会
19(火) 午前10時	議会運営委員会
	午後1時
20(水) 午前10時	産業環境委員会
	午後1時30分
21(木) 午前10時	建設委員会
22(金) 午前10時	文教委員会
25(月) 午前10時	交通網・都市基盤整備調査特別委員会
	午後1時30分
26(火) 午前10時	災害・オウム対策調査特別委員会
27(水) 午前10時	エリアデザイン調査特別委員会
28(木) 午前10時	議会運営委員会
29(金) 午後1時	本会議

※臨時会および本会議はJ:COM足立で生中継を予定(6月19日を除く)

宿泊施設インフォメーション(8月分)

◆鋸南自然の家、日光林間学園(区・宿泊施設)
■利用日等=表3 ■対象=区内在住・在勤の方、その同伴の方、区内の社会教育団体 ※1人のみや、未成年者のみでの利用不可 ■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=6月1日～10日消印有効 ※6月15日(金)以降に抽選結果を通知。抽選の結果空室がある場合は、7月2日(月)から利用希望日の3日前までに電話予約

表3 宿泊施設利用日等(8月分)

利用施設	利用できる日	受付時間
鋸南自然の家(予約専用) ☎0470-55-4770	1～4・8～18	平日、午前9時～午後5時
日光林間学園(予約専用) ☎0288-53-3681	3～10・13～28	

※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。

Go! 東京2020大会 「あだち スポーツ チャレンジ」 Vol.3

東京2020大会に向け、区内施設でオリンピックやトップアスリートを招いたイベントを開催。第3弾はバスケットボール。オリンピックなどから「上達するコツ」が学べる絶好のチャンス! テクニックを学んでみんなと差をつけよう!

バスケットボールクリニック

◆in 伊興 ■日程=7月1日(日) ■時間等=▷午前11時45分～午後1時15分…小学4～6年生の経験者 ▷午後1時30分～3時…中学生以上の経験者 ■場・申・問先=伊興地域学習センター ☎3857-6537

◆in 佐野 ■日程=7月15日(日) ■時間等=▷午後1時～2時15分…小学4～6年生の経験者 ▷午後2時45分～4時…中学生以上の経験者 ■場・申・問先=佐野地域学習センター ☎3628-3273

—いづれも—

■内容=3×3日本代表選手による指導と試合体験 ■定員=各24人(抽選) ■申込=電話または窓口 ■申込期間=6月1日～14日

埼玉ライオンズによる車椅子バスケットボール 試合観戦会&体験会

◆試合観戦会 ■日時=7月7日(土)、午後1時30分～3時 ■定員=100人(抽選) ■申込=電話または窓口 ■申込期間=5月26日～6月10日

◆体験会 ■日時=8月5日(日)、午前10時30分～午後1時30分/9月22日(土)、午後1時～3時 ■対象=小学生～高校生 ■定員=各30人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ —いづれも—

■場・申・問先=花畑地域学習センター ☎3850-2618

公園遊具の点検結果

29年度、区内435カ所の公園内の全遊具2,101基の定期点検を行った結果、早めに対処を要する遊具が25基あり、補修・撤去しました。 ※30年度の定期点検は5月7日から実施中。点検の結果、使用が危険と考えられる場合は使用中止にすることがあります。 ■問先=施設維持係 ☎3880-5021

探しています！ 聖火トーチ

■問先=オリンピック・パラリンピック担当 ☎3880-5492

これを探しています

区では東京2020オリンピック・パラリンピック開催の2年前(7月24日)に合わせ、前回の東京オリンピック(1964年)で実際に区で使われた聖火トーチを、当時の写真や聖火ランナーの思い出と共に「パネル展示」で紹介します(予定)。トーチをお持ちで区の展示にご協力いただける方はご連絡ください。



▲1964年足立区を快走する聖火ランナー

★あだち★ 工国X★イッポ

おもちゃの楽隊「ヒネモス」

■日時=6月17日(日)、午後3時開演 ※午後2時30分開場 ■場所=西新井文化ホール ■内容=おもちゃの楽隊と思わず一緒に歌いたくなるステージを楽しむ ■定員=902人(先着順) ■費用=2,000円 ※高校生は1,500円。小・中学生は500円。就学前の子どもは100円(保護者と同じ席に座る場合は無料)。全席自由 ■申込=窓口または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 🌐http://galaxcity.jp/

あだちの遊び場

6月・7月の催し

※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 🌐http://galaxcity.jp/

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 🌐http://ces-net.jp/ara-vc/

イチオン ちびっこプログラマー

■日時=6月8日(金)、午後2時30分～4時30分 ※時間内随時受け付け ■対象=5歳～小学生 ※就学前の子どもは保護者同伴 ■内容=タブレット端末を使ったプログラミング講座 ■申込=不要 ※当日直接会場へ



▲プログラミングをしてキャラクターを動かしてみよう

イチオン 川のようちえん 水辺の生きものをさがそう

■日時=6月24日(日)、午前10時～11時30分 ■場所=荒川ビジターセンター、荒川河川敷 ■対象=就学前の子どもと保護者 ※小学生以上のきょうだい同伴可 ■内容=干潟でカニやゴカイなどを探す ■定員=20人(抽選) ■申込=窓口または全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、「川のようちえん」を往復ハガキで送付 ※往復ハガキは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=6月12日(火)必着



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

イチオン はちみつしぼり

■日時=6月17日(日)、午前10時～正午/午後1時30分～3時30分 ■場所=人と自然の共生館 ■内容=ミツバチの巣箱を観察し、はちみつしぼりを体験する ※都市農業公園産はちみつのお土産あり ■定員=各20人(抽選) ■費用=1,500円(材料費) ■期限=6月7日(木)必着



▲ミツバチが集めたはちみつがたっぷり!

桑袋ビオトープ公園 〒121-0061 花畑8-2-2 ☎3884-1021 FAX3884-1041 🌐http://ces-net.jp/biotop/

イチオン 家族で探そうバッタ ちびっこ自然体験

■日時=7月8日(日)、午前10時30分～11時30分 ■対象=就学前の子どもと保護者 ■内容=スタッフと一緒にバッタを探して触れ合う ※保護者向けに「生き物ものしりシート」あり ■定員=20人(抽選) ■申込=窓口または全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・ファクス番号、「家族で探そうバッタ」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=6月26日(火)必着



▲バッタとりに挑戦!

田んぼの学校 6月

■日時=6月17日(日)、午後1時30分～2時30分 ※午前9時から都市農ビジターセンターで受け付け ■場所=人と自然の共生館 ■内容=田んぼの変化や生きものに関わりを調べる ■定員=20人(先着順)

季節の染め物(ビワ)

■日時=6月23日(土)、午前10時30分～正午 ■場所=工房棟 ■内容=公園で採れたビワで手ぬぐいを染める ■定員=15人(抽選) ■費用=800円(材料費) ■期限=6月13日(水)必着

—いづれも—

※小学3年生以下の方は保護者同伴 ■申込=▷田んぼの学校 6月…不要 ※当日直接会場へ ▷そのほか…全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢(学年)・電話番号、希望時間(はちみつしぼりのみ)、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2人まで。1人1回のみ申し込み可

自然のあそび屋台

■日時=6月17日(日)、午後2時～2時30分 ■内容=「お魚タッチプール」か「ダンゴムシレース」の好きな方を選んで挑戦する ※就学前の子どもは保護者の参加が必要 ■申込=不要 ※当日直接会場へ

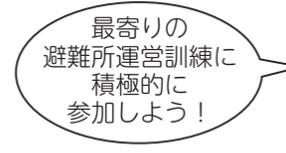
「いざ」というときに備える！ 避難所運営訓練

■問先=災害対策係 ☎3880-5836

近隣の方向士で力を合わせて災害を乗り越えるために、町会・自治会が中心となって避難所運営訓練を実施しています。応急給食・仮設トイレの設置などの避難所(※)開設・運営訓練や、初期消火、応急手当などの防災訓練を行います。

※…自宅が倒壊・焼失した場合などに、一時的に生活する場所(区立小・中学校など)

一般参加型の訓練は町会・自治会に「未加入の方」も参加できますので、ぜひ積極的にご参加ください。 ※参加者には防災備蓄品のサンプル(水、アルファ米、レトルトカレー)の配布あり。実施日など、くわしくは区のホームページまたは町会・自治会の掲示板などをご覧ください。



くわしくは / 足立区 避難所運営訓練 検索



◆避難所などの場所が確認できる! 「足立区防災ナビ」
「あだち防災マップ&ガイド」や「足立区洪水ハザードマップ」の表示、避難所などへのナビ、区ホームページの最新情報や足立区公式Twitterの表示など、様々な機能をひとまとめにしたアプリ

▲足立区防災ナビのダウンロードはこちら

来て見て話してITサロン(6月・7月分)

■日程等=表1 ■時間=午後2時~4時(保塚地域学習センターのみ午前10時~正午) ■対象=中学生以上の方 ■内容=パソコンを囲んだ地域交流の場 ※1人1台のパソコンを使った講習会ではありません。 ■費用=1回200円(70歳以上の方・障がいのある方は140円。証明書提示) ■申込=不要 ※当日直接会場へ

表1 ITサロン(6月・7月分)日程等

場・問先	日程
生涯学習センター(学びピア21内) ☎5813-3730	6/6・13・20・27、7/4・11・18・25 いずれも水曜日
伊興 ☎3857-6537	6/9・16、7/14・21 いずれも土曜日
梅田 ☎3880-5322	6/3(日)・16(土)、7/21(土)
興本 ☎3889-0370	6/10・24、7/8・22 いずれも日曜日
江北 ☎3890-4522	6/9・23、7/14・28 いずれも土曜日
佐野 ☎3628-3273	6/16、7/7・21 いずれも土曜日
鹿浜 ☎3857-6551	6/5(火)・17(日)、7/3(火)・15(日)
新田 ☎3912-3931	6/2(土)・10(日)、7/7(土)
竹の塚 ☎3850-3107	6/8(金)・21(木)、7/13(金)・19(木)
中央本町 ☎3852-1431	6/9・23、7/14・28 いずれも土曜日
東和 ☎3628-6201	6/14・28、7/12・26 いずれも木曜日
舎人 ☎3857-0008	6/12・19、7/10 いずれも火曜日
花畑 ☎3850-2618	6/2(土)・15(金)、7/7(土)・20(金)
保塚 ☎3858-1502	6/14・28、7/12・26 いずれも木曜日

学びで絆(きずな)を強めてみませんか 近所deまなびナビ 生涯学習施設・スポーツ施設の催し(6月・7月分)

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。

！ 講座の申し込み共通事項

- 受け付け開始日=5月26日(土) 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時は催し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(講座名<希望コース名>・住所・氏名<フリガナ>・電話番号・生年月日<年齢>・返信面に住所・氏名を明記)
- ※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・生年月日を明記。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6月20日(水)、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催しへの参加不可
 - ・高血圧・心疾患の方はプールで開催する催しへの参加不可

講座名(◆対象) 日時 定員 費用 申し込み方法

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				
家族ふれあいスポーツ広場 ◆小学生以上の方	6/16(土) 午前10時~午後3時	30人	100円~400円	当日
リバーサイドコンサート ◆どなたでも	6/16(土) 午後1時30分~2時30分	60人	無料	
伝統唄 相撲甚句体験教室(2日制)	6/22(金)・29(金) 午後1時30分~3時	10人	1,000円	事前
すくすくベビーオイル マッサージ【ママの日】 ◆首が据わった1歳未満の子どもと母親	7/3(火) 午後1時~3時	12組	1,020円	
女性のためのかんたん ストレッチヨガ入門A・B(8日制) ◆16歳以上の女性 託児:3カ月~3歳の子どもの	7/6~8/31の毎週金曜日(7/27を除く) A:午前9時20分~10時20分 B:午前10時45分~11時45分	各40人(託児A:7人 B:8人)	4,240円(託児付き8,400円)	
妖怪ランドをめぐる(3日制) ◆小学5年生以上の方	7/21、8/11・18 いずれも土曜日 午後2時~3時30分	50人	2,400円	
すくすくベビーオイル マッサージ【ファミリーの日】 ◆首が据わった1歳未満の子どもと保護者	7/22(日) 午前10時~正午	8組	1,020円	事前
はじめてのけいざい「会社って何をするとこ？」 ◆小学3~6年生	7/25(水) 午前10時~11時30分	30人	500円	
NHK朝の情報番組でも放映 シナリオでモヤモヤ解消	7/28(土) 午後2時~3時30分 ※場所は東京未来大学(千住曙町34-12)	30人	1,000円	
大人の仕事体験 きみも新聞記者になってみよう ◆小学4~6年生と保護者	7/30(月) 午前10時30分~午後0時10分 ※現地集合・解散。場所は読売新聞東京本社(千代田区大手町1)	15組	1人10円(交通費は実費)	事前
★歴史ドラマが教えてくれない新「戦国時代」講座(3日制)	7/1・8・15 いずれも日曜日 午後2時~4時	30人	1,500円	

※★マークのついている講座のハガキ申し込みの宛名は「あだち区民大学塾事務局(生涯学習センター内)」(所在地は、生涯学習センターと同じ)。問い合わせ先は ☎5813-3759(平日、午後1時~5時)

伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537

チャレンジ! スタークワッシュ 編みのコースター(4日制)	6/22~7/13の毎週金曜日 午前10時~11時30分	15人	2,800円	事前
健康! 太極拳A・B(11日制) A:基礎 B:経験者	6/26~9/11の毎週火曜日(7/17を除く) A:午前9時15分~10時30分 B:午前10時45分~正午	各25人	3,960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				
おはよう親子ふれあい居場所サロン ◆3歳以下の子どもと保護者	6/2~30の毎週土曜日 午前10時~正午	各10組	無料	当日
小・中学生のびのび広場 ◆小・中学生	6/3~24の毎週日曜日 午後1時~5時	各15人	無料	
歌声サロン 昭和歌謡を歌おう	6/9(土) 午後2時~4時	140人	500円	当日用
車いすダンスを楽しみましょう	6/16(土) 午前10時~正午	10人	210円	

男女共同参画に関する苦情の申し出について 男女参画プラザでは、区の男女共同参画社会の推進に関する施策の苦情を受け付けています。くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=男女参画プラザ ☎3880-5222

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法	
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537					
伊興おはじきサッカー体験会 ◆どなたでも	7/1(日) 午後2時～4時	10人	無料	当日	
筆一字で季節の挨拶状 暑中見舞い編	7/2(月) 午前10時～11時30分	12人	600円	事前	
はじめての音遊び ベビーリトミック ◆首が据わった3カ月～1歳未満の子どもと保護者	7/4(水) 午前10時～10時40分	10組	440円		
ヒップホップダンスサークル体験 A・B(4日制) ◆A:5歳～小学3年生 ◆B:小学4～6年生	7/4～25の毎週水曜日 A:午後4時15分～5時 B:午後5時～5時45分	各15人	40円		
赤ちゃん大喜びの ベビーマッサージひろば ◆2カ月～1歳未満の子どもと保護者	7/12(木) 午前10時～11時30分	10組	1,080円		
梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1(エル・ソフィア内) ☎3880-5322					
パパと体操(2日制) ◆2～4歳の子どもと父親	6/16(土)、7/14(土) 午前11時～正午	15組	1,200円	事前	
基礎から学ぶトラベルディナー ヨーロッパ大陸編	7/4(水)・18(水) 午後7時～9時	各20人	1回 1,500円		
スイーツデコ オレンジパフェのピルケース	7/7(土) 午後1時30分～3時	10人	2,800円		
盆踊りを覚えよう ◆どなたでも	7/7(土) 午後2時40分～4時	50人	無料		
ゆったり健康太極拳(10日制)	7/13～9/21の毎週金曜日(8/31を除く) 午前10時～11時30分	30人	4,500円		
Lコンサート 夏の弦楽四重奏 ◆どなたでも	7/14(土) 午後7時～8時30分	80人	1,000円		
ゆかたを着て花火に行こう ◆小学生～18歳の方	7/21(土) 午後2時～5時	40人	無料		
アロマの虫除けスプレー作り ◆16歳以上の女性	7/24(火) 午後7時～8時30分	10人	1,460円		
わくわくサイエンス「カラフルスライムを作ろう」 ◆小学生	7/27(金) 午前10時～11時30分	20人	200円		
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370					
サンデーアフタヌーンコンサート ◆どなたでも	6/3(日) 午後2時～2時30分	50人	無料	当日	
気軽に踊ろう誰でもズンバ	6/10・17・24 いずれも日曜日 午後4時～5時	各20人	1回 810円	事前	
お子さま同伴OK からだ整えヨガ	6/12(火)・26(火) 午前11時～11時40分	各10人	1回 880円		
はじめての水彩画体験教室(2日制)	6/16(土)・30(土) 午後2時～4時	10人	1,000円		
フルーツミニコンサート in(イン) 興本 ◆どなたでも	6/17(日) 午前10時30分～11時	50人	無料	当日	
英語大好キッズになろう 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歳の子どもと保護者	7/2・9・23・8/27・9/3・10 いずれも月曜日 A:午前10時～10時50分 B:午前11時10分～正午	各12組	4,800円	事前	
子どもクラシックバレエ教室 A・B(12日制) ◆A:3歳～小学1年生 ◆B:小学2～6年生	7/5～9/27の毎週木曜日(9/13を除く) A:午後3時45分～4時45分 B:午後5時～6時	各15人	11,268円		
大人のためのきれいな字の書き方 筆ペン編(3日制) 託児:6カ月～3歳の子ども	7/6・13・20 いずれも金曜日 午後1時30分～3時	12人(託児4人)	1,950円(託児付き 3,450円)		
大人のための「はじめてピアノ教室」(10日制)	7/6～9/28の毎週金曜日(8/10・17・9/14を除く) 午後5時～6時	10人	11,000円		
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522					
ミュージックベル体験サロン ◆どなたでも	6/9(土)・16(土) 午後2時～3時	各10人	無料	当日	
ゆかたをきれいに着て 夏祭りに行こう(5日制) ◆16歳以上の女性	6/13～7/11の毎週水曜日 午後1時30分～3時30分	15人	2,700円	事前	
大人のための字の書き方「漢字」編(5日制)	6/15～7/13の毎週金曜日 午前9時30分～11時	12人	3,250円		
夏の工作 サマーリースを作ろう ◆4歳以上の方(小学2年生以下の方は保護者同伴)	6/30(土) 午後2時～3時30分	10人	500円		
ネイティブ講師と楽しもう 親子で英語教室A・B(3日制) ◆A:1・2歳の子どもと保護者 ◆B:2・3歳の子どもと保護者	7/2・9・23 いずれも月曜日 A:午前10時～10時50分 B:午前11時～11時50分	各10組	3,300円		
親子ヨガ ◆3カ月～1歳5カ月の子どもと母親	7/3(火) 午後0時30分～1時30分	20組	460円		
ママの産後ボディケア&ベビーマッサージ ◆2～10カ月の子どもと母親	7/4～25の毎週水曜日 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,300円		
基礎から学ぶ空手教室(3日制) ◆5歳～小学生	7/4・11・18 いずれも水曜日 午後6時30分～7時30分	20人	300円		
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522					
英語大好キッズになろう 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歳の子どもと保護者	7/5・12・19・8/30・9/13・27 いずれも木曜日 A:午前10時～10時50分 B:午前11時10分～正午	各10組	4,800円		事前
スポーツきほん塾「跳び箱」編 A・B(3日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学生	7/5・12・19 いずれも木曜日 A:午後3時30分～4時30分 B:午後4時40分～5時40分	各35人	1,020円		
身体を癒やして女子力UP(アップ) ナイトピラティス(4日制) ◆16歳以上の女性	7/6～27の毎週金曜日 午後7時30分～8時20分	20人	3,080円		
心も身体もスッキリ爽快 簡単ナイトストレッチ(4日制) ママになったら知っておきたいお金の賢い貯め方・使い方 ◆16歳～おおむね40歳の方	7/6～27の毎週金曜日 午後8時30分～9時20分	20人	3,080円		
姿勢シャキッと教室	7/10(火)・24(火) 午後0時30分～1時30分	各20人	1回 550円		
ママも癒やされる ベビーマッサージサロン ◆2カ月～1歳未満の子どもと母親	7/13(金)・27(金) 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,100円		
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273					
気めぐりがよくなる 太極拳サークル体験(3日制)	6/2・9・23 いずれも土曜日 午前10時～11時30分	10人	30円	事前	
福祉まつりハート&ハート2018 ◆どなたでも	6/3(日) 午前10時～午後3時	なし	無料	当日	
作家に習う「クッキーロールを持つメイド人形」(3日制)	6/12・26・7/10 いずれも火曜日 午前10時～正午	16人	2,500円	事前	
地域を見る知る 足立歴史散策ツアー 梅田・関原編	6/12(火) 午後1時～3時30分 ※北千住駅西口交番前集合	16人	250円		
ワンコインでワンフレーズ! 簡単おもてなし英語	6/15(金) 午後1時～2時	15人	500円		
指先でプレーするテーブルゲーム おはじきサッカー体験 ◆小学生以上の方(小学1・2年生は保護者同伴)	6/17(日) 午前10時～11時30分	8人	無料	当日	
ハンドメイドで交流サロン ビーズのペンダントトップ	6/19(火) 午前10時～正午	16人	500円	事前	
親子で作るサンドイッチ教室A・B ◆4歳～小学3年生と保護者	6/24(日) A:午前11時～正午 B:午後2時～3時	各12組	300円		
暮らしの中で楽しむいけ花	7/2(月) 午後2時～4時	10人	1,550円		
プリザーブドフラワー 夏色リースをアレンジしましょう	7/6(金) 午前10時～正午	16人	3,200円	事前	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551					
寄り道サロン 気軽に一度は学びたい書道(3日制)	6/30・7/7・14 いずれも土曜日 午後2時～3時	15人	2,000円	事前	
しかはま将棋道場 ◆小学生以上の方	7/1(日) 午後2時～4時	15人	200円(小・中学生は50円)	当日	
一緒に良い汗を流そう バウンドテニス体験(3日制)	7/3・10・17 いずれも火曜日 午後1時～3時	20人	30円	事前	
身体にやさしい太極拳(13日制)	7/5～9/27の毎週木曜日 午後1時30分～3時	25人	5,850円	当日	
鹿浜寄席 ◆小学生以上の方	7/8(日) 午後2時～3時30分	20人	1,000円		
組みひもでキラキラストラップ作り ◆小学生以上の方	7/29(日) 午後2時～3時	15人	300円		
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931					
おはじきサッカー チャレンジ トーナメント&全日本選手権 ◆全日本:競技歴1カ月以上の方 ◆チャレンジ:協会主催の入門講習などを受講済みの方 ※場所はギャラクシティ	6/10(日) 全日本:午前10時～正午、午後3時～6時 チャレンジ:午後1時～3時	各16人	全日本 1,000円 チャレンジ 無料	事前	
親子でピザロールサンドとバナナのハートサンドを作ろう ◆4歳～小学3年生と保護者	6/23(土) 午前11時～午後0時30分	12組	300円		
簡単 楽しい 魅惑のハーバリウム体験	6/25(月) 午後2時～3時30分	15人	2,500円		
プリザーブドフラワー 夏色リースをアレンジしましょう	6/26(火) 午前10時～正午	20人	3,200円		
健康みつけサロン ◆おおむね65歳以上の方	6/26(火) 午後1時30分～2時30分	25人	無料		
気楽にのびのびヨガ(3日制) ◆16歳以上の女性	7/4・11・18 いずれも水曜日 午後7時30分～8時30分	20人	1,680円		
パン教室 基本のピザパン	7/7(土) 午前10時30分～午後1時30分	16人	1,150円		

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法	
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537					
伊興おはじきサッカー体験会 ◆どなたでも	7/1(日) 午後2時～4時	10人	無料	当日	
筆一字で季節の挨拶状 暑中見舞い編	7/2(月) 午前10時～11時30分	12人	600円	事前	
はじめての音遊び ベビーリトミック ◆首が据わった3カ月～1歳未満の子どもと保護者	7/4(水) 午前10時～10時40分	10組	440円		
ヒップホップダンスサークル体験 A・B(4日制) ◆A:5歳～小学3年生 ◆B:小学4～6年生	7/4～25の毎週水曜日 A:午後4時15分～5時 B:午後5時～5時45分	各15人	40円		
赤ちゃん大喜びの ベビーマッサージひろば ◆2カ月～1歳未満の子どもと保護者	7/12(木) 午前10時～11時30分	10組	1,080円		
梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1(エル・ソフィア内) ☎3880-5322					
パパと体操(2日制) ◆2～4歳の子どもと父親	6/16(土)、7/14(土) 午前11時～正午	15組	1,200円	事前	
基礎から学ぶトラベルディナー ヨーロッパ大陸編	7/4(水)・18(水) 午後7時～9時	各20人	1回 1,500円		
スイーツデコ オレンジパフェのピルケース	7/7(土) 午後1時30分～3時	10人	2,800円		
盆踊りを覚えよう ◆どなたでも	7/7(土) 午後2時40分～4時	50人	無料		
ゆったり健康太極拳(10日制)	7/13～9/21の毎週金曜日(8/31を除く) 午前10時～11時30分	30人	4,500円		
Lコンサート 夏の弦楽四重奏 ◆どなたでも	7/14(土) 午後7時～8時30分	80人	1,000円		
ゆかたを着て花火に行こう ◆小学生～18歳の方	7/21(土) 午後2時～5時	40人	無料		
アロマの虫除けスプレー作り ◆16歳以上の女性	7/24(火) 午後7時～8時30分	10人	1,460円		
わくわくサイエンス「カラフルスライムを作ろう」 ◆小学生	7/27(金) 午前10時～11時30分	20人	200円		
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370					
サンデーアフタヌーンコンサート ◆どなたでも	6/3(日) 午後2時～2時30分	50人	無料	当日	
気軽に踊ろう誰でもズンバ	6/10・17・24 いずれも日曜日 午後4時～5時	各20人	1回 810円	事前	
お子さま同伴OK からだ整えヨガ	6/12(火)・26(火) 午前11時～11時40分	各10人	1回 880円		
はじめての水彩画体験教室(2日制)	6/16(土)・30(土) 午後2時～4時	10人	1,000円		
フルーツミニコンサート in(イン) 興本 ◆どなたでも	6/17(日) 午前10時30分～11時	50人	無料	当日	
英語大好キッズになろう 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歳の子どもと保護者	7/2・9・23・8/27・9/3・10 いずれも月曜日 A:午前10時～10時50分 B:午前11時10分～正午	各12組	4,800円	事前	
子どもクラシックバレエ教室 A・B(12日制) ◆A:3歳～小学1年生 ◆B:小学2～6年生	7/5～9/27の毎週木曜日(9/13を除く) A:午後3時45分～4時45分 B:午後5時～6時	各15人	11,268円		
大人のためのきれいな字の書き方 筆ペン編(3日制) 託児:6カ月～3歳の子ども	7/6・13・20 いずれも金曜日 午後1時30分～3時	12人(託児4人)	1,950円(託児付き 3,450円)		
大人のための「はじめてピアノ教室」(10日制)	7/6～9/28の毎週金曜日(8/10・17・9/14を除く) 午後5時～6時	10人	11,000円		
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522					
ミュージックベル体験サロン ◆どなたでも	6/9(土)・16(土) 午後2時～3時	各10人	無料	当日	
ゆかたをきれいに着て 夏祭りに行こう(5日制) ◆16歳以上の女性	6/13～7/11の毎週水曜日 午後1時30分～3時30分	15人	2,700円	事前	
大人のための字の書き方「漢字」編(5日制)	6/15～7/13の毎週金曜日 午前9時30分～11時	12人	3,250円		
夏の工作 サマーリースを作ろう ◆4歳以上の方(小学2年生以下の方は保護者同伴)	6/30(土) 午後2時～3時30分	10人	500円		
ネイティブ講師と楽しもう 親子で英語教室A・B(3日制) ◆A:1・2歳の子どもと保護者 ◆B:2・3歳の子どもと保護者	7/2・9・23 いずれも月曜日 A:午前10時～10時50分 B:午前11時～11時50分	各10組	3,300円		
親子ヨガ ◆3カ月～1歳5カ月の子どもと母親	7/3(火) 午後0時30分～1時30分	20組	460円		
ママの産後ボディケア&ベビーマッサージ ◆2～10カ月の子どもと母親	7/4～25の毎週水曜日 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,300円		
基礎から学ぶ空手教室(3日制) ◆5歳～小学生	7/4・11・18 いずれも水曜日 午後6時30分～7時30分	20人	300円		
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522					
英語大好キッズになろう 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歳の子どもと保護者	7/5・12・19・8/30・9/13・27 いずれも木曜日 A:午前10時～10時50分 B:午前11時10分～正午	各10組	4,800円		事前
スポーツきほん塾「跳び箱」編 A・B(3日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学生	7/5・12・19 いずれも木曜日 A:午後3時30分～4時30分 B:午後4時40分～5時40分	各35人	1,020円		
身体を癒やして女子力UP(アップ) ナイトピラティス(4日制) ◆16歳以上の女性	7/6～27の毎週金曜日 午後7時30分～8時20分	20人	3,080円		
心も身体もスッキリ爽快 簡単ナイトストレッチ(4日制) ママになったら知っておきたいお金の賢い貯め方・使い方 ◆16歳～おおむね40歳の方	7/6～27の毎週金曜日 午後8時30分～9時20分	20人	3,080円		
姿勢シャキッと教室	7/10(火)・24(火) 午後0時30分～1時30分	各20人	1回 550円		
ママも癒やされる ベビーマッサージサロン ◆2カ月～1歳未満の子どもと母親	7/13(金)・27(金) 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,100円		
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273					
気めぐりがよくなる 太極拳サークル体験(3日制)	6/2・9・23 いずれも土曜日 午前10時～11時30分	10人	30円	事前	
福祉まつりハート&ハート2018 ◆どなたでも	6/3(日) 午前10時～午後3時	なし	無料	当日	
作家に習う「クッキーロールを持つメイド人形」(3日制)	6/12・26・7/10 いずれも火曜日 午前10時～正午	16人	2,500円	事前	
地域を見る知る 足立歴史散策ツアー 梅田・関原編	6/12(火) 午後1時～3時30分 ※北千住駅西口交番前集合	16人	250円		
ワンコインでワンフレーズ! 簡単おもてなし英語	6/15(金) 午後1時～2時	15人	500円		
指先でプレーするテーブルゲーム おはじきサッカー体験 ◆小学生以上の方(小学1・2年生は保護者同伴)	6/17(日) 午前10時～11時30分	8人	無料	当日	
ハンドメイドで交流サロン ビーズのペンダントトップ	6/19(火) 午前10時～正午	16人	500円	事前	
親子で作るサンドイッチ教室A・B ◆4歳～小学3年生と保護者	6/24(日) A:午前11時～正午 B:午後2時～3時	各12組	300円		
暮らしの中で楽しむいけ花	7/2(月) 午後2時～4時	10人	1,550円		
プリザーブドフラワー 夏色リースをアレンジしましょう	7/6(金) 午前10時～正午	16人	3,200円	事前	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551					
寄り道サロン 気軽に一度は学びたい書道(3日制)	6/30・7/7・14 いずれも土曜日 午後2時～3時	15人	2,000円	事前	
しかはま将棋道場 ◆小学生以上の方	7/1(日) 午後2時～4時	15人	200円(小・中学生は50円)	当日	
一緒に良い汗を流そう バウンドテニス体験(3日制)	7/3・10・17 いずれも火曜日 午後1時～3時	20人	30円	事前	
身体にやさしい太極拳(13日制)	7/5～9/27の毎週木曜日 午後1時30分～3時	25人	5,850円	当日	
鹿浜寄席 ◆小学生以上の方	7/8(日) 午後2時～3時30分	20人	1,000円		
組みひもでキラキラストラップ作り ◆小学生以上の方	7/29(日) 午後2時～3時	15人	300円		
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931					
おはじきサッカー チャレンジ トーナメント&全日本選手権 ◆全日本:競技歴1カ月以上の方 ◆チャレンジ:協会主催の入門講習などを受講済みの方 ※場所はギャラクシティ	6/10(日) 全日本:午前10時～正午、午後3時～6時 チャレンジ:午後1時～3時	各16人	全日本 1,000円 チャレンジ 無料	事前	
親子でピザロールサンドとバナナのハートサンドを作ろう ◆4歳～小学3年生と保護者	6/23(土) 午前11時～午後0時30分	12組	300円		
簡単 楽しい 魅惑のハーバリウム体験	6/25(月) 午後2時～3時30分	15人	2,500円		
プリザーブドフラワー 夏色リースをアレンジしましょう	6/26(火) 午前10時～正午	20人	3,200円		
健康みつけサロン ◆おおむね65歳以上の方	6/26(火) 午後1時30分～2時30分	25人	無料		
気楽にのびのびヨガ(3日制) ◆16歳以上の女性	7/4・11・18 いずれも水曜日 午後7時30分～8時30分	20人	1,680円		
パン教室 基本のピザパン	7/7(土) 午前10時30分～午後1時30分	16人	1,150円		

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
はじめて学ぶ韓国語 入門編・初級編(10日制) ◆入門編:初心者 ◆初級編:ハングル文字が読める方	7/3~9/18の毎週火曜日 (7/24、8/14を除く) 入門編:午後1時30分~ 2時30分 初級編:午後2時45分~ 3時45分	各 20人	7,500円	事前
アクティブ・ラーニング 「漫才表現力ワークショップ」 (6日制) ◆小学生以上の方	7/4・18、8/8・22、 9/12・26 いずれも水曜日 午後7時~9時	20人	6,000円	
キッズ・ダンスレッスン (13日制) ◆小・中学生	7/5~9/27の毎週木曜日 午後6時~7時	20人	8,580円	
ダンス公演 「七色 Nanairo(ナナイロ)」 ◆どなたでも	7/16(祝) 午後4時~6時	300人	1,000円	事前 [ネット不可]
コンサート「夏に贈るピアノ ソプラノコンサート」 ◆小学生以上の方	7/21(土) 午後2時~3時30分	300人	1,000円	
みんなで創ろう 鉄道ミュージアム ◆どなたでも	7/22(日) 午前10時~午後4時	50人	100円 (中学生以下 の方は無料)	当日
わくわくサイエンス 「ひんやりシャーベットを つくろう」 ◆小・中学生	7/28(土) 午前10時30分~ 11時30分	15人	200円	事前
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
インドカレー店で「お父さんが 喜ぶナンづくり」 ◆4歳~小学生と保護者	6/9(土) 午後3時~4時30分 ※場所は青井3	10組	1,300円	事前 [ネット不可]
カフェテラスでビリヲバトル ◆どなたでも	6/16(土) 午後3時~4時 ※場所は弘道1	10人	450円	
中国語入門編(7日制) ◆中国文字が読める方	7/2~9/3の毎週月曜日 (7/9・16、8/13を除く) 午後7時~8時	20人	5,250円	事前
韓国語中級編(13日制) ◆韓国語で簡単な会話ができる方	7/3~9/25の毎週火曜日 午後7時~8時30分	20人	9,750円	
韓国語入門編・初級編 (10日制) ◆入門編:初心者 ◆初級編:ハングル文字が 読める方	7/7~9/22の毎週土曜日 (7/14、8/11を除く) 入門編:午前10時~11時 初級編:午前11時20分~ 午後0時20分	各 20人	7,500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 保護者	7/10(火) 午前10時30分~正午	10組	1,020円	
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
ZUMBA(ズンバ) 音楽に合わせて フィットネスダンス	6/5~26の毎週火曜日 午前10時30分~ 11時30分	各 30人	1回 810円	当日持
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	6/6~7/18の毎週水曜日 午後1時30分~3時	25人	3,570円	事前
キラキラなポンポンで楽しく チアダンスA・B(5日制) ◆A:4歳~就学前の子ども ◆B:小学1~3年生	6/12~7/10の毎週火曜日 A:午後3時30分~ 4時15分 B:午後4時30分~ 5時15分	各 15人	3,300円	
ヘルシーエクササイズ (6日制)	6/18~7/30の毎週月曜日 (7/16を除く) 午前10時30分~11時50分	25人	3,060円	
キッズエクササイズ(4日制) ◆1~3歳の子どもと保護者	6/22~7/13の毎週金曜日 午前11時30分~ 午後0時30分	12組	2,560円	
親子でベジタベクッキング だしから作る和食に挑戦 ◆小学1~3年生と保護者	6/24(日) 午前10時~午後1時	8組	2,000円	
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
夜デトックスヨガ	6/15(金) 午後7時30分~8時45分	15人	500円	事前
楽しく誰でも簡単に踊れる フラダンス体験(2日制) ◆16歳以上の女性	6/19(火)、7/3(火) 午後1時~2時	10人	220円	
みんなで楽しく フラガール体験(2日制) ◆3歳~小学生	6/19(火)、7/3(火) 午後3時30分~4時45分	10人	220円	
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	6/19(火)・26(火) 午後3時30分~5時	15人	20円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
ベビーマッサージ× ベビーエクササイズ(4日制) ◆首が据わった3カ月~あんよが できる前の子どもと母親	6/20~7/11の毎週水曜日 午前10時~11時	12組	3,180円	事前
ハワイアンリトミック pona(ポナ)サークル体験 ◆3~5歳の子ども	6/29(金)、7/6(金) 午後3時40分~4時40分	各 15人	1回 60円	
パパと一緒に親子体操 ◆2・3歳の子どもと父親	7/8(日) 午前10時~11時	12組	560円	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
さんさんストレッチ ◆65歳以上の方	6/5(火)・19(火) 午後1時~2時30分	各 20人	1回 300円	当日
知って親しむ文学歴史塾 「島崎藤村 若菜集への誘い」	6/16(土) 午後1時30分~3時30分	25人	無料	事前
花畑おもちゃ病院 ◆どなたでも	6/22(金) 午後1時~4時	なし	無料 (場合により 一部負担あり)	当日
アミーコマンメが唄う 昼のミニコンサート ◆どなたでも	6/24(日) 正午~午後0時30分	30人	無料	当日
大人のぬり絵広場	6/26(火) 午前10時~正午	16人	650円	
編み物好き向け あみぐるみ教室(3日制) ◆かぎ針が使用できる方	6/30、7/7・14 いずれも土曜日 午後1時30分~3時30分	15人	1,820円	事前
美文字講座(2日制)	7/5(木)・19(木) 午後7時30分~8時30分	20人	1,180円	
親子キッチン「焼きそばと 小松菜蒸しパン」 ◆小学1~3年生と保護者	7/7(土) 午前10時~正午	12組	1,000円	
PJオイル ベビーマッサージ ◆2カ月~1歳未満の子どもと 母親	7/11(火)・25(火) 午前10時~11時30分	各 10組	1回 1,130円	
花畑の料理「キムチチャーハンと いかんサラダ」	7/12(水) 午前10時~午後1時	20人	1,040円	
女子トレレ「フィットラティス」 ◆16歳以上の女性	7/22(日) 午前10時~11時30分	10人	700円	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
子ども同伴可 心とカラダの ほぐし&引き締めヨガ	6/16(土) 午前10時30分~ 11時30分	15人	550円	事前
おいしいコーヒーの淹(い)れ方 夜をゆっくり楽しむ	6/24(日) 午後7時~8時	12人	960円	
アロマで梅雨を爽やかに 体に優しい消臭殺菌スプレー	6/29(金) 午後1時30分~3時	10人	1,590円	
新米パパ&ママのための 離乳食の基礎知識 ◆10カ月以下の子どもの 保護者	6/30(土) 午後1時30分~ 2時30分	15人	無料	
日曜日の心とカラダの パワーアップヨガ	7/1(日) 午前10時30分~ 11時30分	15人	550円	事前
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	7/4(水) 午後1時30分~2時20分	10組	560円	
じっくり太極拳 A・B(9日制) ◆A:おおむね40歳以上の 初心者 ◆B:おおむね40歳以上の 経験者	7/6~8/31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	3,870円	
日曜日はパパやママと楽しく 運動あそび ◆2・3歳の子どもと保護者	7/8(日) 午前10時~11時	15組	20円	
ゆったり健康太極拳(4日制) ◆おおむね60歳以上の方	7/10~8/28の第2・4火曜日 午前10時~11時30分	20人	1,720円	
ママと赤ちゃんの音あそび ◆首が据わった3カ月~ 1歳未満の子どもと母親	7/11(火) 午前10時~10時40分	12組	550円	
親子でドレミファリトミック ◆1・2歳の子どもと保護者	7/11(火) 午前11時~11時40分	10組	600円	
スイムスポーツセンター(うきうき館) 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133				
みんなのポッチャ広場 ◆どなたでも(小学3年生以下の 方は保護者同伴)	6/15(金) 午後3時30分~5時	20人	310円 (中学生以下 の方は110円)	当日持
からだらくらくストレッチ (3日制) ◆おおむね50歳以上の方	7/6・13・20 いずれも金曜日 午後1時30分~2時30分	20人	1,740円	事前
始めてみよう! スポーツ吹矢(4日制)	7/12~8/23の第2・4木曜日 午後1時~3時	16人	1,760円	

広告

公認不動産 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
スイムスポーツセンター(うきうき館) 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133				
カーディオ・キックボクシング(5日制)	7/12～8/16の毎週木曜日(8/2を除く) 午後7時30分～8時30分	20人	3,050円	事前
体すっきり 盆踊り(3日制)	7/13・20・27 いずれも金曜日 午前10時30分～11時30分	10人	1,560円	
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	7/18～8/8の毎週水曜日 A:午前10時～10時45分 B:午前11時～11時45分	各10組	4,200円	
ピラティスA・B(4日制) ◆18歳以上の方	7/24～8/14の毎週火曜日 A:午前10時～11時 B:午前11時30分～午後0時30分	各10人	2,000円	
千住温水プール(スイミー) 〒120-0034 千住3-30(千寿本町小学校地下) ☎3882-2601 ※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。				
アクア・エクササイズ	6/5(水)・12(水) 午前11時30分～午後0時20分	各30人	1回 600円	当日持
サタデーナイト・アクア	6/9(土)・23(土) 午後6時30分～7時20分	各20人	1回 600円	
短期クロール息継ぎクラスA・B(4日制)	A:7/2(月)～6(金) (7/4(水)を除く) B:7/9(月)～13(金) (7/11(水)を除く) 午後4時30分～5時20分	各10人	5,000円	事前
小学生水慣れクラスA・B(4日制) ◆泳げない小学生	A:7/2(月)～6(金) (7/4(水)を除く) B:7/9(月)～13(金) (7/11(水)を除く) 午後5時30分～6時20分	各5人	5,000円	
千住スポーツ公園 〒120-0044 千住緑町2-1-1 ☎3879-7643 ※千住スポーツ公園の催しの問い合わせは総合スポーツセンター(下記参照)へ				
美姿勢体創(そう)ひめトレ(9日制) ◆16歳以上の女性	6/25～9/10の毎週月曜日(7/16、8/13・20を除く) 午後3時30分～4時30分	30人	4,950円	事前
フィットネス・フラ(11日制)	7/4～9/26の毎週水曜日(8/15、9/19を除く) 午後3時30分～4時40分	30人	6,050円	
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
すこやかウォーキング教室(5日制)	6/5～7/3の毎週火曜日 午後1時30分～3時	20人	3,500円	事前
姿勢改善ストレッチポールA(12日制)	7/3～9/25の毎週火曜日(8/14を除く) 午後1時15分～2時15分	30人	6,600円	
卓球教室 初級・中級(10日制) ◆初級:初心者 ◆中級:フォア・バック・ツッツキのラリーを各50本以上できる方	7/3～9/11の毎週火曜日(8/14を除く) 午後3時30分～5時30分	各16人	9,100円	6/10必着
トリム体操(10日制) ◆おおむね50歳以上の方	7/4～9/19の毎週水曜日(8/8・15を除く) 午前10時～11時30分	30人	5,500円	事前

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
楽しくストレッチ体操(11日制)	7/4～9/26の毎週水曜日(8/8・15を除く) 午前10時30分～11時40分	26人	6,050円	事前
わいわいエアロビクス(11日制)	7/5～9/20の毎週木曜日(8/16を除く) 午後7時15分～8時25分	30人	6,050円	
やさしいヨガ(11日制)	7/6～9/21の毎週金曜日(8/10を除く) 午前10時～11時15分	30人	6,050円	
美姿勢体創ひめトレ(11日制) ◆16歳以上の女性	7/6～9/21の毎週金曜日(8/10を除く) 午後1時15分～2時15分	20人	6,050円	
ヘルシーエクササイズ(11日制)	7/6～9/21の毎週金曜日(8/10を除く) 午後1時30分～3時	40人	6,050円	
元気いきいき体操(11日制) ◆おおむね60歳以上の方	7/6～9/21の毎週金曜日(8/24を除く) 午後1時30分～3時	50人	6,050円	
姿勢改善ストレッチポールB(11日制)	7/6～9/21の毎週金曜日(8/10を除く) 午後7時15分～8時15分	30人	6,050円	
フィットネス・フラ(6日制)	7/23～9/3の毎週月曜日(8/13を除く) 午前10時～11時	30人	3,300円	
お気軽体操(6日制) ◆おおむね60歳以上の方	7/23～9/3の毎週月曜日(8/13を除く) 午前10時～11時10分	25人	3,300円	
月曜ヨガ(6日制)	7/23～9/3の毎週月曜日(8/13を除く) 午後7時～8時15分	30人	3,300円	
東綾瀬公園温水プール(すいすいらんど綾瀬) 〒120-0004 東綾瀬3-4-1 ☎5616-2500				
50歳からの貯筋(ちょきん)体操(火曜)A・B・C(5日制) ◆おおむね50歳以上の方	7/3～31の毎週火曜日 A:午前10時20分～11時10分 B:午前11時20分～午後0時10分 C:午後1時30分～2時20分	各13人	2,250円	事前
アクアエクササイズ	7/5～26の毎週木曜日 午前11時30分～午後0時20分	各30人	1回 660円	当日持
50歳からの貯筋体操(金曜)A・B(5日制) ◆おおむね50歳以上の方	7/6～8/3の毎週金曜日 A:午前10時20分～11時10分 B:午前11時20分～午後0時10分	各13人	2,250円	事前
3・4歳児短期水泳教室(3日制) ◆3・4歳の子ども	7/23(月)～25(水) 午後1時30分～2時20分	20人	2,790円	
平野運動場 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
いきいきウォーキング ◆おおむね60歳以上の方	6/8(金)・22(金) 午前10時30分～11時30分	各20人	1回 310円	当日持
グラウンドゴルフ広場	6/11(月)・25(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	6/13(水)・27(水) 午前11時～正午	各20人	1回 310円	当日持

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

弁護士が運営する安心と信頼の相談

北千住法律相談センター

電話予約 **03-5284-5055**

受付時間 月～金 9:30～16:30
土 9:30～12:00 (祝祭日は除く)

インターネット予約 24時間受付中! 法律相談 北千住

相続、離婚、借地・借家、金銭トラブル、刑事事件、消費者相談、女性のための法律相談、など 30分 5,000円 (税別)

債務整理相談 30分 無料

生活保護相談 30分 無料 (上掲3回、買付要件あり)

足立区千住3-9-8 千住ミルディスII番館6階
J・R・東武・東京メトロ「北千住」駅西口徒歩2分(マルイ隣り)

東京弁護士会

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 1,360万円、軽度の肝硬変 250万円、慢性肝炎 125万円など。

自分か対象者か?と思われた方は、**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可能性があります。対象者になりそうかどうかは、下記が**無料電話相談**で簡単に確認できます。お気軽にどうぞ。

東京弁護士会所属弁護士法人マイタウン法律事務所(千代田区丸の内2-2-1岸本ビルディング6階) / ビジネスエアポート内

無料電話相談 **0120-918-862**
平日9:00～17:30
相談件数5,100件以上 ※'02.2末日現在

使わない日用品をお売り下さい

貴方のお家まで取りに伺います

着物類・服・家電・楽器・切手・食器
小型家具・アクセサリ・贈答品など

この機会にお部屋を整理しませんか?
押入の奥や重たい物はお手伝いします

出張料・査定料はかかりません 日用品全般
※商品によって痛みが激しい物・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

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

