

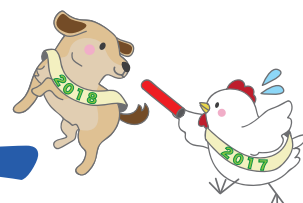
2017年(平成29年)

12月25日 第1772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

f 足立区公式フェイスブックページ
www.facebook.com/adachi.city

あだち



広報



おとし 花畑大鷲神社式年大祭

西年最後の表紙は、10月に行われた大祭の1枚。西の市発祥の地とされる花畑大鷲神社で12年に1度、西年に行われます。

2017年は皆さんにとってどのような1年でしたか? 今年もあだち広報をご愛読いただきありがとうございます。良いお年をお迎えください。

■問い合わせ先=広報係 ☎3880-5815

2017あだちの1年



2月 基本計画策定

区30年後を見据え、「協創」をキーワードに28年10月に策定された基本構想。そこで示された将来像実現のために、具体的な施策を「基本計画」として、体系的に定めました。



4月・6月 進む! エリアデザイン

4月に「東京女子医科大学東医療センターの建設及び運営等に関する覚書」を締結。6月には文教大学と包括基本協定書を締結し、「東京あだちキャンパス(仮称)」の設置学部が発表されました。

10月 オランダと連携開始

2020年に向けて、NOC*NSF(オランダオリンピック委員会・スポーツ連合)と連携・協力覚書を調印。今後、学校などで連携事業を実施します。

11月にはオランダアスリートが来日



11月 「あだちベジタベライフ」が優良賞を受賞

区の「あだちベジタベライフ」の取り組みが「健康寿命をのばそう! アワード」で厚生労働省健康局長優良賞を受賞。「野菜を食べる環境づくり」に重点を置いた、区の糖尿病対策が高く評価されました。



郵送申し込み記入例

区

上記マークがある申し込みは、右の例を参照

切手

〒120-8510

足立区役所

〇〇課

〇〇係

(〇〇は申し込み課・係名など)

子育て・教育

怒鳴らない子育て講座(実践編)(7日制)

■日時=30年2月8日～3月22日の毎週木曜日、午前10時～正午■対象=3歳～小学生の保護者■内容=より良い親子関係を築くために、しつけの具体的なポイントを学ぶ■定員=20人(抽選) ※子ども同伴での受講不可。保育あり(要予約、1歳～就学前の子ども、10人程度)■申込=住所、氏名、子どもの名前・年齢、電話番号、保育希望の有無、「怒鳴らない子育て講座(実践編)」をハガキで送付■期限=30年1月22日(月)必着■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〒121-0816梅島3-28-8 ☎3852-2863

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」

■日時等=▷江北保健センター…30年1月16日(火)▷東部保健センター…30年1月19日(金) ※いずれも午前10時30分～11時30分

休日接骨院当番所(30年1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
7(日)	足立名倉堂接骨院(大谷田3-12-28)	3606-0880
	すずき整骨院(谷在家3-22-5-102)	3857-1556
8(祝)	清水整骨院(江北7-23-1)	3896-9778
	関橋接骨院(南花畑2-9-4)	3859-4501
14(日)	小平鍼灸接骨院(千住中居町28-9)	3882-9191
	土居接骨院(綾瀬3-11-19)	3628-6639
21(日)	北綾瀬名倉岡村接骨院(加平3-16-7)	5697-7266
	小池接骨院(興野1-10-6)	3889-2171
28(日)	加藤接骨院(花畑6-23-8)	3883-8525
	みやかわ整骨院(伊興5-21-9)	5647-9739

※いずれも時間は午前9時～午後5時。年末年始(12月29日(金)～30年1月3日(火))の案内はあだち広報12月10日号に掲載済み
■問先=▷施術…各当番所▷制度…区・衛生管理係 ☎3880-5891

献血(30年1月分)

体調などの条件により、献血できない場合があります。

日程	場所	時間
9(火)～12(金)	区役所1階区民ロビー	午前9時30分～11時30分／午後0時45分～4時
20(土)	六木小学校	午前9時30分～午後0時30分／午後1時45分～3時30分

※運転免許証や保険証など、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

分■対象=開催日現在、11カ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=各20人(12月26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(30年1月1日(祝)～3日(水)を除く毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

健康・衛生

40歳前の健康づくり健診

■日時=30年1月31日(水)、午前9時～9時30分受け付け■場所=千住保健センター■対象=区内に住民登録があり、健診の機会がない18～39歳の方 ※年齢は30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=40人(12月26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(30年1月1日(祝)～3日(水)を除く毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

講座「赤ちゃんが教えてくれた糖尿病予備群の方へ」(2日制)

■日時=30年1月15日(月)・30日(火)、午前9時30分～11時30分■対象=次のいずれかに当てはまる女性…妊婦健診で尿糖が(2+)以上または(+)が2回以上あった／妊娠糖尿病だった／赤ちゃんの出生体重

が3,800g以上だった／糖尿病の家族がいる／自身が2,500g以下で生まれた／肥満■内容=簡易血糖検査／糖尿病専門医・栄養士・歯科衛生士による講演／体操など■定員=20人(12月26日から先着順) ※保育あり。定員など、くわしくはお問い合わせください。■申込=電話■場・申・問先=中央本町地域・保健総合支援課 地域保健係(足立保健所内) ☎3880-5352

精神保健講演会「うつ・双極性障害 病気に縛られない日常生活の注意点」

■日時=30年1月26日(金)、午後2時～4時■対象=うつ病や双極性障害を治療中の方と家族など■定員=30人(12月26日から先着順)■申込=電話または窓口■場・申・問先=中央本町地域・保健総合支援課 地域保健係(足立保健所内) ☎3880-5352

梅毒が流行しています

感染して約3週間で、陰部、肛門、口などにできものやただれ、しこりができ、悪化すると身体に赤い発疹が出ることがあります。主に性的な接触によって感染するので、適切なコンドームの使用が感染予防に効果的です。早期治療が重要なので、感染が疑われる場合は、早めに医療機関を受診しましょう。■問先=感染症対策係 ☎3880-5747

福祉・高齢医療

長寿健康増進事業「趣味・生きがい・仲間づくりでイキイキ健康に」(30年2月・3月分)

■日時等=表1■対象=区内在住で75歳以上の後期高齢者医療被保険者■申込=電話または窓口 ※窓口の場合は後期高齢者医療被保険者証を持参

表1 長寿健康増進事業(30年2月・3月分)日時等

場・申・問先(地域学習センター)	日時	内容	定員
江北 ☎3890-4522	2/20(火)、午後2時～4時	75歳からの園芸教室	20人
佐野 ☎3628-3273	2/8(木)、午後2時30分～4時	和菓子屋さんから教わる季節の和菓子作り体験	16人
鹿浜 ☎3857-6551	2/16(金)、午後1時～4時	シニアのためのやさしい陶芸	10人
生涯学習センター(学びピア21内) ☎5813-3730	2/16(金)、午後2時～3時30分	悪質商法から身を守るその手口と対策	40人
新田 ☎3912-3931	2/19(月)・26(月)、午前10時30分～11時30分	認知症予防・介護予防「元気ダンス(体操)」を楽しもう(2日制)	各20人
竹の塚 ☎3850-3107	3/19(月)、午前10時～正午	多肉植物の寄せ植え	
東和 ☎3628-6201	2/14(火)、午前10時～11時	いきいきフットセラピー&コンディショニング	

※いずれも12月26日、午前9時受け付け開始(先着順)

ふれあい遊湯う(30年1月～3月分)

■場所等=表2■対象=おおむね65歳以上の1人で入浴できる方■内容=入浴／レクリエーションなど■費用=▷入浴料…200円▷昼食代…500円程度 ※弁当持参可■申込=不要 ※当日直接会場へ■問先=生活協同組合・東京高齢協のぞみ ☎3886-3200 区・地域包括ケアシステム推進担当 ☎3880-5885

表2 ふれあい遊湯う(30年1月～3月分)場所等

曜日	場所
月	一の湯(神明1-1-3)／竹の湯(関原1-9-13)
火	玉の湯(綾瀬2-37-4)／堀田湯(関原3-20-14)
木	タカラ湯(千住元町27-1)／湯処じんのび(西新井6-43-4)
金	永泉湯(西新井3-10-2)／美登利湯(千住旭町25-11)
土	星谷浴泉(扇1-34-3)／四ツ谷浴場(青井3-37-12)

※1月1日～8日を除く。いずれも時間は午前10時～午後1時30分(受け付けは午前11時終了)

73歳以上の区民に無料マッサージ(30年1月分)

■日時=14日(日)・28日(日)、午前9時10分～午後3時10分 ※定員になり次第終了■場所=勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)■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(30年1月1日(祝)～3日(水)を除く毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

もの忘れ相談(30年1月分)

■日程等=表3■対象=65歳以上の方と家族■申込=電話または窓口

表3 もの忘れ相談(30年1月分)日程等

場・申・問先(地域包括支援センター)	日程
西綾瀬 ☎5681-7650	24(水)
日の出 ☎3870-1184	30(火)

介護予防「はつらつ教室」
(30年1月～3月分)

■日時等＝表4■対象＝区内在住の65歳以上で、介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方■内容＝筋力向上トレーニング／軽体操■持ち物＝緊急連絡先がわかるもの／運動しやすい服装／室内用運動靴／タオル／飲み物■定員＝各20人(先着順)

講演会「認知症の基礎知識と相談の仕方のポイント」

■日時＝30年1月22日(月)、午前10時～11時30分■対象＝認知症の方を介護している家族■内容＝

認知症の基礎知識／相談の仕方など■定員＝30人(12月26日から先着順)■申込＝電話または窓口■場・申・問先＝中央本町地域・保健総合支援課 地域保健係(足立保健所内) ☎3880-5352

仕事・産業

30年度新製品開発講座
プレセミナー「アイデアを
商品にするステップを学ぶ」

■日時＝30年2月23日(金)、午後6時～8時■場所＝あだち産業センター■対象＝自社独自の新製品・

サービス開発をめざす区内の中小企業■内容＝新製品開発に必要な段取りや具体的な方法などの考え方を講師の成功事例を交えて学ぶ■定員＝30人(12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■申・問先＝創業支援係(あだち産業センター内) ☎3870-8400

保育のお仕事
就職面接・相談会

■日時＝30年1月26日(金)、午後1時30分～4時■場所＝東京芸術センター・21階天空劇場■対象＝保育職場での就職をめざす方(無資格・未経験者可)■内容＝区内の30年度4月新規開設園を含む24社が参加する面接・相談会 ※履歴書(複数枚)持参。託児あり(30年1月19日(金)までに要電話予約、6カ月～就学前の子ども、12月26日から先着20人)■申込＝不要 ※当日直接会場へ■問先＝▷面接・相談会…ハローワーク足立ハートフルワークコーナー ☎3870-8614
▷託児…区・子ども施設整備課施設調整係 ☎3880-5712

若者向け就労支援セミナー
「就労をめざす若者への
メッセージ」

■日時＝30年2月3日(土)、午後1時～3時30分■場所＝シアター1010・10階アトリエ■対象＝就労を考えている39歳以下の方または家族■内容＝企業で活躍する様々な立場の方をゲストに迎え、座談会形式で就活時と働いてからの仕事に対するイメージの違いや、現在の仕事への思い、各業界・業種で求

められる人材像などをそれぞれの視点で語ってもらう■定員＝50人(12月26日から先着順)■申込＝電話■申・問先＝あだち若者サポートステーション(12月29日(金)～30年1月3日(水)を除く、月～土曜日、午前10時～午後6時) ☎3882-4307■問先＝区・就労支援係 ☎3880-5469

足立区文化・読書・スポーツ
分野計画策定業務委託事業者募集(プロポーザル)

■委託期間＝契約締結の翌日～32年3月31日■説明書配布期間＝12月25日～30年1月19日 ※説明書は地域調整課 管理係で配布。申し込み方法など、くわしくは説明書または区のホームページをご覧ください。■期限＝30年1月22日(月)、正午■問先＝地域調整課 管理係 ☎3880-5855

経営革新セミナー
「IoT活用 of アイデア発想法」

■日時＝30年1月25日(木)、午後6時30分～8時30分■場所＝あだち産業センター■対象＝区内中小企業経営者または従業員■内容＝経営効率化、生産性向上におけるIoT活用の着眼点・思考法を学ぶ■定員＝30人(12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申込書をファクス ※申込書は中小企業支援課 創業支援係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可■申・問先＝創業支援係(あだち産業センター内) ☎3870-8400 FAX3870-8851

表4 はつらつ教室(30年1月～3月分)日時等

場・申・問先		日時	申込
地域学習センター	伊興 ☎3857-6537	1/18、2/1・15、3/1・15 いずれも木曜日、午前10時～11時30分	電話 または 窓口
	梅田 ☎3880-5322	1/22(月)・24(水)、2/26(月)、3/12(月)・26(月)、 午前10時～11時30分	
	江北 ☎3890-4522	1/11・25、2/8・22、3/8・22 いずれも木曜日、午後1時45分～3時15分	
	佐野 ☎3628-3273	1/10・24、2/14・28、3/14・28 いずれも水曜日、午前10時～11時30分	
	鹿浜 ☎3857-6551	1/11・25、2/8・22、3/8・22 いずれも木曜日、午前10時～11時30分	
	竹の塚 ☎3850-3107	1/19、2/16、3/16 いずれも金曜日、午後1時30分～3時	
	中央本町 ☎3852-1431	1/10・17、2/7・21、3/7 いずれも水曜日、午後1時30分～3時	
	東和 ☎3628-6201	1/25、2/22、3/22 いずれも木曜日、午前10時～11時30分	
	舎人 ☎3857-0008	1/17、2/7・14、3/7・14 いずれも水曜日、午前10時～11時30分	
	花畑 ☎3850-2618	1/9・23、2/6・20、3/6・20 いずれも火曜日、午後1時～2時30分	
生涯学習センター (学びピア21内) ☎5813-3730		1/11・18、2/1・15、3/1・15 いずれも木曜日、午後1時30分～3時	電話 (平日のみ)
総合スポーツセンター ☎3859-8211		1/10・17、2/7・21、3/7・28 いずれも水曜日、午後1時30分～3時	
日介ケアセンター花畑 (花畑6-16-1) ☎5851-3373		1/7・21、2/4・18、3/4・18 いずれも日曜日、午前10時～11時30分	
場所＝勤労福祉会館 (綾瀬ブルミエ内) 申・問先＝和田整骨院 ☎3879-3206		1/9、2/13、3/13 いずれも火曜日、午後1時15分～2時45分	
ティップネス綾瀬 (綾瀬3-14-16) ☎0120-937-381		1/11・25、2/8・22、3/8・22 いずれも木曜日、午後2時～3時30分	

■受け付け開始日＝▷1月分…12月26日(火) ▷2月分…1月26日(金) ▷3月分…2月26日(月) ※月2回開催の会場では、各月1回のみ申し込み可■問先＝区・地域包括ケアシステム推進担当 ☎3880-5885

地域包括支援センター介護(予防)教室(30年1月分)

申・問先 (地域包括支援センター)	日時	内容等
中川 ☎3605-4985	24(水)、 午後2時～3時	今から始める終活「遺言・任意後見」 場所＝中川地域センター(長門住区センター分館) 定員＝50人(先着順) 申込＝電話
西新井 ☎3898-8391	16(火)、 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＝電話
西新井本町 ☎3856-6511	16(火)、 午後2時～3時	認知症サポーター養成講座 場所＝介護老人保健施設レーベンハウス(西新井本町2-23-1) 定員＝20人(先着順) 申込＝電話
日の出 ☎3870-1184	24(水)、 午後1時30分～3時	脳を鍛えて認知症予防「さんすう」 場所＝千住あずま住区センター 定員＝40人(先着順) 申込＝電話
本木関原 ☎5845-3330	30(火)、 午後1時30分～3時	レクダンス 場所＝本木関原住区センター(関原の森内) 申込＝不要 ※当日直接会場へ

※先着順は12月26日受け付け開始(月～土曜日、午前9時～午後5時(12月29日(金)～30年1月3日(水)を除く))

宿泊施設インフォメーション(30年3月分)

◆鋸南自然の家、日光林間学園(区・宿泊施設)

■利用日等＝表5■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＝30年1月1日～10日消印有効 ※30年1月15日(月)以降に抽選結果を通知。抽選の結果空室がある場合は、30年2月1日(木)から利用希望日の3日前までに電話予約

表5 宿泊施設利用日等(30年3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	2・3・5～10・17・ 19～24・26～31	平日、午前9時～ 午後5時
日光林間学園 (予約専用) ☎0288-53-3681	17・21～31	

※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。

◆ゆがわら水の香里(区・提携旅館)

■対象＝区内在住・在勤・在学の方 ※チェックイン時に住所、勤務(通学)先のわかる物の提示が必要■利用料金＝平日、大人1泊2食9,180円など■申込＝電話またはホームページ■受け付け開始日＝利用希望日の6カ月前の同日■申・問先＝ゆがわら水の香里(毎日、午前9時～午後8時) ☎0465-62-1830

🏠http://www.mizunokaori.com/

人材募集

マッチングクリエイター (区内中小企業訪問相談員) (非常勤)

■対象＝中小企業診断士の資格または経営コンサルティングの経験を有する方など■勤務場所＝原則区内全域■勤務内容＝区内中小企業訪問／製造事業者などの受発注案件の紹介／中小企業向け公的制度の紹介／販路開拓・経営全般に関する相談、指導など■勤務条件＝週3日(平日、午前9時30分～午後4時30分)■雇用期間＝30年4月1日～31年3月31日 ※勤務実績などにより更新あり■報酬＝日額1万7,000円■募集人数＝2人■選考＝

▷1次…書類 ▷2次…面接■申込＝申込書、履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付、専門分野を記載)、職務経歴書(様式自由)、資格のわかるもの(資格証など)の写しを簡易書留で郵送または持参 ※申込書は中小企業支援課 創業支援係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。応募書類は返却不可■期限＝30年1月17日(水)必着■申・問先＝中小企業支援課 創業支援係(あだち産業センター内) 〒120-0034千住1-5-7 ☎3870-8400

中小企業相談員(非常勤)

■対象＝中小企業診断士の資格を有する方■勤務内容＝中小企業の経営全般や新規創業に関する指導・相談(訪問相談を含む)など■勤務条件＝週3日(平日、午前10

時～午後4時)■雇用期間＝30年4月1日～31年3月31日 ※勤務実績などにより更新あり■報酬＝日額1万7,000円■募集人数＝2人■選考＝▷1次…書類 ▷2次…面接■申込＝申込書、履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付)、資格のわかるもの(資格証など)の写しを簡易書留で郵送または持参 ※申込書は中小企業支援課 経営支援係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。応募書類は返却不可■期限＝30年1月17日(水)必着■申・問先＝中小企業支援課 経営支援係(あだち産業センター内) 〒120-0034千住1-5-7 ☎3870-8404

医療・介護連携支援員、 介護予防支援員、 認知症保健指導員(非常勤)

■対象等＝表2■勤務条件＝週4日・30時間、1日7時間30分(午前8時30分～午後5時) ※社会保険・有給休暇あり■雇用期間＝30年4月1日～31年3月31日 ※勤務実績などにより更新あり■報酬＝月額21万円(予定) ※交通費あり(上限

あり)■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)、作文(課題は表2参照、600～800字、自筆、様式自由)を区へ簡易書留で郵送または持参 ※応募書類は返却不可■期限＝30年1月24日(水)必着■勤務場所・申・問先＝地域包括ケアシステム推進担当課 ☎3880-5885

学校事務(臨時職員・登録制)

■対象＝パソコン操作(ワード、エクセルなど)を含む事務ができる方■勤務内容＝区立小・中学校での事務補助■勤務条件＝週5日・1日5時間30分以内■登録期間＝30年4月1日～31年3月31日■報酬＝時給1,030円(予定)■募集人数＝若干名■申込＝履歴書(JIS様式推奨、写真貼付)、作文「わたしの考える学校事務とは」(400字程度、様式自由)を区へ簡易書留で郵送または持参 ※登録後、必要に応じて学校長が面接のうえ採用。応募書類は返却不可■期限＝30年1月19日(金)必着■申・問先＝学校経理課 教職員管理係 ☎3880-5972

審議会等の公開(30年1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
足立区建築審査会	17(水)	午後2時30分～4時30分	区役所	建築調整課 用途照会係 ☎3880-5943
足立区総合交通計画改定協議会 事業者部会・利用者部会	22(月)	午後3時～5時		交通対策課 交通計画係 ☎3880-5718
足立区公契約等審議会	26(金)	午前10時～正午		契約課 工事契約係 ☎3880-5832
足立区地域保健福祉推進協議会 介護保険・障がい福祉専門部会	31(水)	午後2時～4時		介護保険課 介護保険係 ☎3880-5887

パブリックコメント(区民意見募集制度)(30年1月分)

区民の方から意見を募集します。くわしくはお問い合わせください。

件名	期間	問先
(仮称)足立区の「生きる支援」自殺対策計画(骨子案)	1/4～2/2	こころとからだの健康づくり課 こころといのち支援係 ☎3880-5432
足立区障がい者計画・第5期障がい福祉計画・第1期障がい児福祉計画中間報告(案)	1/15～2/13	障がい福祉課 障がい施策推進担当 ☎3880-5407
足立区データヘルス計画 改定版(骨子案)	1/23～2/22	データヘルス推進課 データヘルス推進係 ☎3880-5601

ストップ 食品ロス！

■問先＝資源化推進係
☎3880-5027

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまった食品のことです。足立区でも、燃やすごみの中に3.6%、約5,000tの未利用食品が混ざっています(28年度足立区ごみの組成分析調査より)。

☑フードドライブ(未利用食品の回収)

フードドライブとは、家庭で余っている食品を学校や職場などに持ち寄り、まとめて地域の福祉団体や施設などに寄付するボランティア活動です。30年1月9日(火)からフードドライブ常時受付窓口を設置します(表1)。対象食品など、くわしくは区のホームページをご覧ください。なるか、お問い合わせください。

表1 フードドライブ実施場所等

場所	受付日時
区役所(ごみ減量推進課 窓口)	平日、午前9時～午後5時
足立清掃事務所(東伊興3-23-9)	
あだち再生館(中央本町2-9-1)	土・日曜日、午前9時～午後5時

※祝日、年末年始を除く

あだち再生館では30年1月5日(金)～7日(日)にもフードドライブを実施します。

■時間＝午前9時～午後5時■申込＝不要 ※当日直接会場へ■問先＝あだち再生館(月曜日、祝日休館) ☎3880-9800

ニューイヤー駅伝 2018 に サンベルクス陸上部が出場！

■問先＝振興係 ☎3880-5826

11月に埼玉県で開催された「第58回東日本実業団対抗駅伝」で、区内に本社を構える㈱サンベルクスが13位に入り、2年ぶり2回目のニューイヤー駅伝出場を決めました。

昨年、わずか2秒差で出場を逃した悔しさをバネに1年間練習に取り組み、再びつかんだ全国への切符。足立区が誇るアスリートたちの奮闘に温かいご声援をよろしくお願いします。



▲区長を表敬訪問した選手たち

ニューイヤー駅伝(全日本実業団対抗駅伝競走大会)とは？

出場は全国37チーム。全長100kmを7人のタスキでつなぐ、箱根駅伝と並ぶ正月の二大駅伝競走大会

■日程＝30年1月1日(祝) ※午前8時30分からTBS系列で生放送(予定)■コース＝群馬県庁を出発点に、7区間に分かれて群馬県内を走る

「28年度足立区福祉110番
(年次報告書)」を公表

■内容＝足立区福祉サービス苦情等解決委員会に寄せられた苦情・相談の内容や、サービス改善のために区や事業者が努力すべき点などの公表 ※区政資料室や図書館、区のホームページで閲覧可■問先＝成年後見制度推進係 ☎3880-5982

公募・ボランティア

子育て中の親を支援する
家庭教育応援ボランティア
講座(3日制)

■日時=▷Aコース…30年1月28日(日)、2月4日(日)・17日(土)、午後2時～4時▷Bコース…30年1月31日、2月7日・14日 ※いずれも水曜日、午前10時～正午 ■場所=ギャラクシティ ■対象=20歳以上の方 ■内容=最近の子育て事情や親の悩み、地域での応援の仕方を学ぶ ■定員=各30人(12月26日から先着順) ■申込=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・ファクス番号、希望コースをファクス ※インターネット環境とファクスがない方は、窓口可 ■申・問先=青少年・家庭教育係
☎3880-5273 FAX3880-5641

きかせてサポーター
養成研修(2日制)

■日時=30年1月22日(月)・23日(火)、

午前10時～午後4時30分 ■場所=エル・ソフィア ■対象=受講後、きかせてサポーターとして活動できる方 ■内容=子育て中の保護者を訪問支援するため、傾聴などの知識や技術を身につける ■定員=15人(12月26日から先着順) ■申込=申込書をファクスまたは郵送 ※申込書は電話・ファクスで請求。区のホームページからもダウンロード可 ■期限=30年1月15日(月)必着 ■申・問先=NPO法人子育てパレット(区委託法人)(平日、午前9時～午後5時) 〒123-0851梅田4-39-4
☎5888-6943 FAX5888-6948 ■問先=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

暮らし・まちづくり

かいえんたい
あだち皆援隊講座
「学びが生み出す、
わたしのオリジナルライフ」

■日時=30年1月27日(土)、午前9

時30分～正午 ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=ワーク・ライフ・バランスを実現するために知っておきたい知識などを、取り組み事例を通して学ぶ ■定員=40人(12月26日から先着順) ※保育あり(要予約、6カ月～就学前の子ども、先着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、保育希望の場合は子どもの名前(フリガナ)・年齢、電話番号、Eメールアドレス、「学び」をファクス ■申・問先=区民参画支援係(エル・ソフィア内)
☎3880-5020 FAX3880-0133

ユニバーサルデザインの
まちづくり講演会

■日時=30年1月23日(火)、午後3時～4時30分 ■場所=区役所庁舎ホール ■内容=(株)イトーキによる「ユニバーサルデザイン(※)」の理念に基づいた働き方や健康増進についての講演/ユニバーサルデザインに配慮した製品の展示(※)…障がいの有無、年齢、性別、国籍にかかわらず、すべての人が

自由に移動、活動、参画可能であるようにデザインすること ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=総務係
☎3880-5821

空き家無料相談会

■日時=30年1月29日(月)～31日(水)、午前10時～正午/午後1時～3時 ■場所=区役所1階区民ロビー ■内容=所有する空き家の管理や活用などを専門家と相談 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=住宅計画係
☎3880-5963

行政評価報告会

■日時=30年1月23日(火)、午前9時30分～正午 ■場所=区役所庁舎ホール ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=区が実施した施策や事業を、区民や学識経験者の視点から評価する区民評価委員会の評価結果(28年度事業実施分)の概要説明など ■定員=60人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=経営管理担当
☎3880-5811

暮らし・まちづくりは、
6面に続きます

職員の給与などのお知らせ

職員の給与は、民間企業の給与実態を調査のうえ特別区人事委員会が出す勧告に基づき、区議会の審議を経て条例により決定されます(表3・4)。くわしくは、区のホームページまたは全国自治体の給与情報が見られる「地方公共団体給与情報等公表システム」をご覧ください。

足立区職員 給与 検索

■問先=人事課 給与係 ☎3880-5253

表3 職員給与費(28年度普通会計決算)

職員数(A) ※特別職を除く		3,260人(274人)
給与費	給料	125億1,813万7,000円(4億9,321万8,000円)
	職員手当 (退職手当を除く★)	49億2,979万9,000円(1億4,543万6,000円)
	期末・勤勉手当	59億2,136万9,000円(1億1,918万5,000円)
	計(B)	233億6,930万5,000円(7億5,783万9,000円)
1人あたり 給与費(B/A)		716万8,000円(276万6,000円)

※()内は再任用短時間勤務職員で、外数
★…28年度退職手当の1人あたり平均支給額は、自己都合退職509万7,000円、定年・勧奨退職2,257万6,000円。特別職の退職手当(1期の退職手当見込額)は、区長1,941万8,400円、副区長1,089万7,740円

表4 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額(29年4月1日現在)

区分		経験年数 10年	経験年数 20年	経験年数 25年	経験年数 30年
一般行政職	大学卒	27万 1,738円	36万 1,690円	37万 4,504円	42万 1,571円
	高校卒	22万 3,763円	32万 725円	34万 6,643円	37万 1,196円
技能労務職	高校卒	該当者なし	該当者なし	30万 8,029円	32万 75円

※特別職の給料・報酬月額は、区長107万8,800円、副区長86万4,900円、議長94万9,000円、副議長81万3,000円、議員61万9,000円

職員の定員適正化計画の達成状況

区では、21年3月に策定した「定員適正化指針(第二次)」(以下「第二次指針」という)に基づき、職員数を削減してきました。29年度は「第二次指針」の最終年となります。これまでの達成状況などは下記のとおりです。

■問先=政策経営課 経営管理担当 ☎3880-5811

◆第二次指針の目標

20年度(3,653人)と比較して、21～28年度の8年間で293人を削減
※「第二次指針」は、計画期間を28年度から29年度に延長しています(目標値の設定なし)。

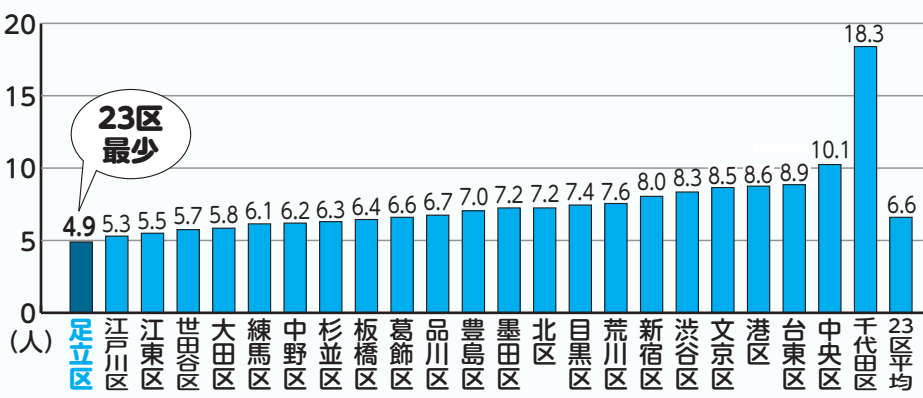
◆達成状況

21～28年度の8年間で341人の職員定数を削減(表5)し、目標達成
※目標達成率は116.4%。29年度は26人の職員定数を削減。区民1,000人あたりの職員数は、東京23区で最少(図1)

表5 職員定数の削減状況(各年4月1日現在)

区分	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	27年度	28年度	29年度	主な増減理由など
一般行政部門(下記以外)	3,189	3,159	3,136	3,112	3,052	3,001	2,990	2,972	2,942	▷増…危機管理体制の強化、子ども・子育て支援施策の体制強化など ▷減…窓口業務の外部委託、保育園の民営化、技能系職員退職不補充および執行体制の見直しなど
特別行政部門(教育)	285	269	260	250	260	257	252	257	258	
公営企業等会計部門 (国民健康保険、後期高齢者医療、介護保険)	126	125	126	126	126	125	110	83	86	
計	3,600	3,553	3,522	3,488	3,438	3,383	3,352	3,312	3,286	
対前年比	-53	-47	-31	-34	-50	-55	-31	-40	-26	

図1 各区分 区民1,000人あたりの職員数



※区民1,000人あたりの職員数={各区部門別職員数の合計÷(住民基本台帳人口)}×1,000
※「各区部門別職員数の合計」は、28年地方公共団体定員管理調査より引用

暮らし・まちづくりは、
5面からの続きです

暮らし・まちづくり

都市計画の告示

■内容等=▷東京都市計画地区計画江北三・四丁目地区地区計画の変更…江北三・四丁目各地内▷東京都市計画公園の変更…江北四・六丁目各地内▷東京都市計画生産緑地地区の変更…入谷一〜三丁目、江北五・六丁目、西新井六丁目、花畑二丁目、一ツ家二丁目、

平野三丁目、本木二丁目、六町一・二・四丁目各地内■告示日=12月20日■縦覧場所・問先=都市計画課 都市計画係 ※区のホームページでも閲覧可 ☎3880-5280

催し物

新春はしご乗り

■日時=30年1月5日(金)、午後0時30分開始 ※荒天中止■場所=区役所前正面広場■内容=江戸消防記念会によるはしご乗りの披露■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(30年1月1日(祝)〜3日(休)を除く毎日、午前8時〜午後8時) ☎3880-0039

みどりのカフェ(30年2月分)

ぷらっと寄せ植え

■時間=午前10時〜11時30分■内容=早春の寄せ植え■定員=30人(先着順)■費用=1,000円程度(鉢、苗代) ※鉢(直径24cm×深さ15cm)を持参の方は鉢代100円程度を割引

■申込=不要 ※当日直接会場へ

みどりのレッスン(講習会)

■時間=午後1時30分〜3時30分■内容=[ポプリのつくり方]の講義・実習 ※ポプリ作りに使える花の

植え付けあり■定員=40人程度(抽選)■費用=1,500円程度(材料費)■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(フリガナ)、年齢、電話番号、「2月みどりのレッスン」を区へ往復ハガキで送付 ※往復ハガキは返信面にも宛名を記入■期限=30年2月1日(木)必着

—いずれも—

■日程=27日(火)■場所=区役所庁舎ホール■対象=緑のサポーター ※緑のサポーター未登録の方は当日登録が必要(登録・会費無料)■申・問先=みどり推進課 みどり事業係 ☎3880-5919

★あだち★
イベント★

森 麻季 ソプラノリサイタル

■日時=30年1月28日(日)、午後2時開演 ※午後1時30分開場■場所=西新井文化ホール■内容=クラシックやオペラの名曲、日本の唱歌など幅広いレパートリーで人々の心を掴む、オペラ歌手・森麻季のコンサート■定員=902人(先着順)■費用=3,500円 ※友の会会員は3,000円。区内在住・在勤・在学の方は3,200円。高校生以下の方は1,000円。就学前の子どもは入場不可。全席指定■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/>

千住落語会
三遊亭白鳥・桃月庵白酒 二人会

■日時=30年3月1日(木)、午後6時30分開演 ※午後6時開場■場所=シアター1010・11階劇場■内容=少しのブラックユーモアと、優しさや人間味あふれる巧みなストーリー展開が合わさった白鳥・白酒の落語会■定員=701人(先着順)■費用=3,500円 ※フレンズ会員は3,150円。就学前の子どもは

入場不可。全席指定。生きがい奨励金割引あり。くわしくはお問い合わせください。■申込=電話・窓口またはホームページから専用フォームに入力■申・問先=シアター1010 ☎5244-1011
<http://www.t1010.jp/>

アリアナ・セイユ
フラ ワークショップ

■日程=30年3月9日(金)■時間等=▷午後4時〜4時45分…親子クラス(小学生〜高校生と保護者)▷午後5時30分〜7時…一般クラス(小学生以上の方)■場所=西新井文化ホール■内容=美しさと豊

かな表現力で人々を魅了するアリアナ・セイユによるフラのワークショップ■定員=▷親子クラス…25組▷一般クラス…100人 ※いずれも抽選。費用など、くわしくはホームページをご覧になるか、お問い合わせください。■申込=住所、全員の氏名(フリガナ)・年齢(学年)・電話番号、クラス名、「フラ ワークショップ」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。重複申し込み不可■期限=30年1月15日(月)必着■申・問先=ギャラクシティ 〒123-0842 栗原1-3-1 ☎5242-8161
<http://galaxcity.jp/>



イクメン・イクジイ フォトコンテスト優秀作品発表

皆さんから募集した、イクメン・イクジイ(積極的に育児を行い、楽しむ男性)フォトの受賞作品を紹介します。ご応募ありがとうございました。■問先=男女参画プラザ ☎3880-5222

区長賞

イクメン賞

「パパの新しい生活」

家族と過ごせる時間が少ないからと、30歳を過ぎて勇気ある決断を下し転職してくれたパパ。今は早く帰ってきて毎日子どものお世話をしてくれます!

イクジイ賞

イクジイ賞

イクメン賞

「じいじと孫のお盆でのひととき」

スイカ割り後にじいじにスイカを食べさせてもらいました。じいじ大好き!

区民賞

「おもわずニッコリ」

普段は一切、笑顔をみせないひいおじいちゃん。苦手な子守りをお願いされ、夢中になってひ孫の相手をしているうちに、二人ともニッコリ。

「えほんだいすき じいじのことはもっとすき!」

ママコートを羽織って保育園のお迎えを行っていた元祖イクメンの父。ときを越え、今や私が通っていた保育園に通う息子のお世話もこなしてくれる頼もしいイクジイです。

「いっしょに歩こう」

ファーストシューズを履いて初めての外歩き。パパと一緒に手を繋いで歩けば怖くないよ。

イクメン・イクジイフォトパネル展示

■期間=30年1月26日(金)、午前11時〜31日(火)、午後3時■場所=区役所1階区民ロビー ※区のホームページなどでも紹介

「はじめての離乳食」

次女にはじめての離乳食を食べさせている写真です。お互いに真剣な表情をしています。

図書館の臨時休館日(30年1月分)

■期間=▷新田…26日(金)〜31日(火)▷舎人…15日(月)〜20日(土)■問先=中央図書館 ☎5813-3740

区政資料室の休室

■期間=30年1月15日(月)〜19日(金)■内容=所蔵資料の点検・整理のため休室 ※資料の閲覧・貸し出し・予約不可。有償刊行物は通常通り販売■問先=区政情報係 ☎3880-5830

勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)

お父さんと一緒に お料理講座

■日時=30年1月21日(日)、午前10時～午後0時30分 ■場所=エル・ソフィア ■対象=小・中学生と父親 ■内容=簡単に栄養バランスの良い料理を作り、親子で一緒に時間を過ごす ■定員=8組(2人1組。12月26日から先着順) ※保育あり(要予約、6カ月～就学前の子ども、先着5人)。ひとり親家庭の優先枠あり。くわしくはお問い合わせください。 ■費用=500円(材料費) ■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、[父子料理講座]をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 FAX3880-0133

ママ友集合 座談会&お料理講座

■日時等=▷30年1月20日(土)…座談会 ▷30年1月28日(日)…季節の料理作り ※いずれも午前10時～正午 ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内在住・在勤のひとり親家庭の母親 ■定員=各16人(12月26日から先着順。両日参加可) ※保育あり(要予約、6カ月～就学前の子ども、先着各5人) ■費用=500円(28日のみ) ■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(町名まで)、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、希望日、[ママ友集合講座]をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 FAX3880-0133

リサイクル体験講座 「羽織・着物で作る ロングベスト」(2日制)

■日時=30年1月18日(木)・25日(木)、午前10時～正午 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=不用になった羽織・着物でロングベストを作る ■定員=10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、「ロングベスト」をファクス・ハガキで送付 ■期限=30年1月11日(木)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 FAX3880-9801

姉妹都市・ベルモント市 写真展

■期間=1月10日～17日 ■場所=区役所1階区民ロビー ■内容=オーストラリア・ベルモント市の使節団来日に合わせ、区学生使節団の活動や西オーストラリア州パース近郊の風景を写真で紹介 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=(-財)足立区観光交流協会 ☎3880-5853

あたちの遊び場 12月・30年1月の催し

※開館(園)時間などは各施設によって異なります



年始は
1月2日
から
ギャラクシティ 〒123-0842 栗原1-3-1
☎5242-8161 (30年1月1日(祝)は休館) 🌐http://galaxcity.jp/



まるちたいけんドーム「年末年始大型映像まつり」

■日程等=12月31日(日)、1月2日(火)・3日(水) ※チケット販売・上映時間は番組によって異なる。くわしくはホームページをご覧ください。 ■内容=[MISSION TO BLACKHOLE～謎の天体に挑む～]や「アッテンボロー博士と秘密の博物館～よみがえる恐竜たち～」など、これまで上映した人気の大型映像番組を一挙上映 ※「星空解説」の投影(午後3時)・「大人のためのくつろぎタイムwith aroma」(3日のみ。対象は18歳以上の方。定員80人)の上映あり ■定員=各170人(先着順) ■費用=500円 ※高校生以下の方は100円。就学前の子どもは保護者と同じ席に座る場合は無料

日本の文化 伝統楽器のお琴を知ろう

■日時=1月3日(水)、午後1時～1時30分 ■内容=日本の代表的な楽器・琴についての話を聞いたり、音色を聴いたりしてお正月の雰囲気を楽しむ ■定員=50人程度(先着順) —いづれも— ■申込=不要 ※当日直接会場へ



年始は
1月5日
から
桑袋ビオトープ公園 〒121-0061 花畑8-2-2
☎3884-1021 (12月28日～30年1月4日は休園) FAX3884-1041 🌐http://ces-net.jp/biotop/



野鳥のストラップづくり

■日時=1月28日(日)、午前9時30分～午後0時30分 ■対象=小学生以上の方 ※小学2年生以下の方は保護者の申し込みも必要 ■内容=公園周辺の野鳥を観察し、鳥の形の樹脂に色づけをしてストラップを作る ■定員=20人(抽選) ■費用=200円(材料費) ■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、「野鳥のストラップづくり」をファクスまたは往復ハガキで送付 ※往復ハガキは返信面にも宛名を記入 ■期限=1月16日(火)必着



▲好きな野鳥をストラップにしよう

木の実で作ろう干支の置物

■日時=1月7日(日)、午後2時～3時 ※午前9時からあやせ川清流館で参加証を配布 ■内容=ドングリなどの自然素材を使って、来年の干支「戌」の置物を作る ■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 ※当日直接会場へ



年始は
1月2日
から
都市農業公園 〒123-0864 鹿浜2-44-1
☎3853-4114 (12月29日(金)～30年1月1日(祝)は休園) 🌐http://www.ces-net.jp/toshino/



公園の樹木でバードコールを作ろう

■日時=1月21日(日)、午後1時30分～3時 ■場所=人と自然の共生館 ■内容=剪定枝を使って、鳥の鳴き声のするバードコールを作る ■定員=20人(抽選) ※小学3年生以下の方は保護者同伴 ■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、「バードコール作り」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。重複申し込み不可 ■期限=1月11日(木)必着



年始は
1月5日
から
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 (12月28日～30年1月4日は休館) 🌐http://ces-net.jp/ara-vc/



学びピアの縁側「荒川で凧あげ」

■日時=1月20日(土)、午前10時10分～11時／午前11時10分～正午 ※午前9時45分から生涯学習センター・講堂ロビー(学びピア21内)で参加証を配布 ■場所=荒川河川敷 ■内容=広い河川敷で凧揚げをする ※凧の貸し出しあり ■定員=各25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 ※当日直接会場へ



▲初めてでも揚げられる



年始は
1月2日
から
生物園 〒121-0064 保木間2-17-1
☎3884-5577 (12月29日(金)～30年1月1日(祝)は休園) 🌐http://www.seibutuen.jp/



屋のホタル観賞会

■日時=1月2日(火)～5日(金)、午後1時～4時 ※30分間隔で1日7回。各10分程度 ■内容=ホタルが彩る自然のイルミネーションを楽しむ ※入園料が必要 ■定員=各40人 ※就学前の子どもは保護者同伴 ■申込=不要 ※当日直接会場へ



▲幻想的なホタルの光を楽しもう

来春

区民事務所・住区センター・図書館の複合施設
「江南センター」がオープン!

江南区民事務所・江南住区センター・宮城コミュニティ図書館が同じ敷地内に移転します。

◆開館日(予定)

江南区民事務所 ➡ 30年3月26日(月)

江南住区センター ➡ 30年4月2日(月)

宮城コミュニティ図書館 ➡ 30年4月13日(金)

※江南コミュニティ図書館に名称変更予定



特徴1

広大な敷地(約7,600㎡)を生かした平屋建てで、太陽光発電も設置!

特徴2

図書館の本を貸し出し手続きなしで、施設内のどこでも読める! 図書館内はWi-Fi完備でインターネット利用可!

特徴3

友好都市(魚沼市、鹿沼市、山ノ内町)の木材を使用し、落ち着いた雰囲気! 共用スペースにはその木材で作られたベンチなどが置かれ、飲食もできる!

問先

▷区民事務所について…地域調整課 管理係
▷住区センターについて…住区推進課 住区管理係
▷図書館について…中央図書館 地域図書館調整係☎3880-5855
☎3880-5858
☎3881-9061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
(30年1月～3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=12月26日(火) 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(ただし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

《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(【ネット不可】を除く)で事前申し込み
当日…当日直接会場申し込み

《住所》…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1月20日(出)、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
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	1/6～27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	1/7(日)・8(祝)・21(日)・28(日) 午後1時～5時	各15人	無料	
学びピア お正月イベント 日本のお正月を楽しもう ◆どなたでも	1/14(日) 午後1時～4時	なし	無料	

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				
外国人のための書道サロン ◆外国籍の方	1/20、2/17、3/17 いずれも土曜日 午前10時～午後1時	各10人	無料	当日用
リバーサイドコンサート ◆どなたでも	1/20(土) 午後2時～3時	70人	無料	当日
歌声サロン 童謡唱歌を歌おう	1/21(日) 午後2時～4時	140人	500円	
すすくすベビーオイル 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	2/1(休) 午前10時～正午	12組	1,020円	事前
高齢者のための暮らしに役立つネット通販体験 ◆おおむね60歳以上で文字入力ができるパソコン初心者	2/1(休) 午前10時～午後3時	20人	2,400円	
女性のためのゆったりヨガ教室A・B (7日制) ◆16歳以上の女性 託児:3カ月～3歳の子ども	2/2～3/16の毎週金曜日 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:5人 B:10人)	3,710円 (託児付き 7,350円)	
もっと知りたい「日本百名城の魅力」	2/2(金) 午後6時30分～8時30分	50人	500円	
芭蕉(ばしょう)・蕪村(ぶそん)の俳諧から子規(しき)の俳句へ (3日制)	2/4・11・18 いずれも日曜日 午後2時～3時30分	20人	3,000円	
高齢者のためのパソコン知りたい便利テク ◆おおむね60歳以上で文字入力ができるパソコン初心者	2/6(火) 午前10時～午後3時	20人	2,700円	
東京未来大学連携「子どものほめ方・叱り方」 ◆就学前の子どもの保護者	2/11(祝) 午前10時～11時30分	40人	600円	
東京未来大学連携「着ぐるみと一緒に 親子ミニ運動会」 ◆2・3歳の子どもと保護者	2/11(祝) 午前10時30分～正午	30組	220円	
スポーツ吹矢大会 ◆スポーツ吹矢経験者	2/12(休) 午後0時30分～4時	40人	500円	
異文化へのアプローチ「台湾の社会と文化」	2/16(金) 午後7時～8時30分	30人	1,000円	
すすくすベビーオイル 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	2/25(日) 午前10時～正午	8組	1,020円	

困ったことがあったら地域包括支援センターへ
～孤立ゼロプロジェクト展開中～

地域包括支援センター(ホウカツ)は介護、医療の相談などの支援を行う、「高齢者の総合相談窓口」です。地域で気がかりな高齢者にお気づきの方はお近くの「ホウカツ」にご連絡ください。問先=絆づくり事業調整担当 ☎3880-5184

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				
シニア元気大学 笑って動いて 楽しく健康づくり(4日制) ◆おおむね65歳以上の方	2/26～3/26の毎週月曜日 (3/12を除く) 午後1時15分～2時45分	30人	1,640円	事前
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	1/7(日) 午後2時～4時	10人	無料	当日
ヨガ&ウェイトトレーニング (5日制)	1/16(火)、2/1(木)・20(火)、 3/1(木)・20(火) 午後7時30分～8時30分	20人	2,750円	事前
心と体を育てる親子体操(8日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	1/17～3/7の毎週水曜日 午前10時～11時	15組	4,480円	
ストレッチポールで リラックス(5日制)	1/18～3/15の隔週木曜日 午後1時15分～2時15分	20人	2,750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	1/25(木) 午前10時～11時30分	10組	1,080円	
子連れでもOK みんなのピラティス&ヨガ	1/26(金) 午後1時～2時	15人	550円	
伊興写真サロン	2/4(日) 午前10時～正午	10人	無料	
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	2/6(火) 午前10時～10時40分	10組	440円	当日
伊興のコーヒー店直伝 おいしいホットコーヒーの入れ方	2/10(土) 午前10時30分～11時30分	15人	760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				
梅田こどもフリースペース ◆小・中学生	1/7～28の毎週日曜日 午後2時～5時	各 15人	無料	当日
ウォーキング&ストレッチ	1/11・18・25 いずれも木曜日 午後1時15分～3時15分	各 20人	1回 300円	
梅田寄席 ◆小学生以上の方	1/11(木) 午後7時～8時30分	34人	1,000円	
歌声サロン「昭和歌謡」 ◆おおむね40歳以上の方	1/27(土) 午後2時～4時	120人	500円	事前
バレンタインスイーツ 「クグロフ・オ・ショコラ」ほか	2/4(日) 午後1時30分～4時30分	16人	2,410円	
ラテン音楽に乗って 「ズンバ」でダンスエクササイズ	2/6・13・20 いずれも火曜日 午後7時30分～8時30分	各 15人	1回 810円	
ぴよぴよ教室「体操&読み語り」 A・B(4日制) ◆A：1歳の子どもと保護者 ◆B：6カ月～1歳未満の子どもと保護者	2/7～3/7の毎週水曜日 (2/28を除く) A：午前10時～11時5分 B：午前10時55分～正午	各 17組	3,410円	
セルフリンパケア 「ストレス解消ヘッドスパ」 ◆16歳以上の女性	2/8(木) 午後7時～8時30分	20人	600円	事前 【ネット不可】
おもてなし料理 ミックスグラタンとホットアップルパイ ◆小学生以上の方(小・中学生 は保護者の参加が必要)	2/11(祝) 午前11時～午後1時30分	20人	1,700円	
0歳からの リトミックコンサート ◆どなたでも(小学2年生以 下の方は保護者同伴)	2/12(木) 午前10時30分～11時20分	70人	1,000円 (15歳以下の 方は500円)	
皆で知ろう認知症予防 「お喜楽(きらく)ディナー会」 ◆おおむね60歳以上の方	2/14(火) 午後4時～6時	15人	600円	事前
Lコンサート 歌謡曲&ポップスライブ ◆どなたでも	2/24(土) 午後7時～8時30分	80人	1,000円	
介護のためのアロマハンド マッサージとオイル作り ◆16歳以上の女性	2/27(火) 午後7時～8時30分	10人	1,460円	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
キッズチアダンス(9日制) ◆4歳～小学1年生	1/8～3/26の毎週月曜日 (1/15、2/19、3/19を除く) 午後4時～4時50分	15人	4,950円	事前
バスケットボールで体を動かそう ◆小学生	1/21(日) 午後0時20分～1時20分	20人	10円	
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	1/22～3/12の毎週月曜日 (2/12・19を除く) A：午前10時～10時50分 B：午前11時10分～正午	各 10組	4,800円	
女性のための合唱教室 「名曲をハーモニーで楽しく歌おう」 ◆16歳以上の女性	1/22(月) 午前10時～11時	20人	540円	
大人のための朗読会	1/27(土) 午後2時～3時30分	30人	無料	

講座名（◆対象）	日時	定員	費用	申し込み方法
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
親子ヨガ ◆3カ月～1歳5カ月の子どもと母親	2/6(火)・20(火) 午後0時30分～1時30分	各 20組	1回 460円	事前
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	2/7・14・21 いずれも水曜日 午前10時30分～正午	各 10組	1回 1,300円	
大人のための字の書き方「カタカナ」編(3日制)	2/9・16・23 いずれも金曜日 午前9時30分～11時	12人	1,950円	
姿勢シャキッと教室	2/13(火)・27(火) 午後0時30分～1時30分	各 20人	1回 550円	
基礎から学ぶ空手教室(4日制) ◆5歳～小学生	2/14～3/14の毎週水曜日(2/28を除く) 午後6時～7時	20人	2,360円	
空手から学ぶ護身術教室 ◆5歳以上の方	2/18(日) 午前10時～11時30分	20人	380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：2カ月～1歳6カ月の子どもと保護者 ◆B：1歳7カ月～3歳の子どもと保護者	2/20、3/6・20 いずれも火曜日 A：午前10時～10時45分 B：午前11時～11時45分	各 10組	3,300円	
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
さの囲碁ひろば ◆小学生以上の方	1/7(日) 午前9時～正午	10人	200円 (小学生は初回・更新時のみ100円)	当日
さの将棋ひろば ◆小学生以上の方	1/14(日) 午前9時～正午	10人	200円 (小学生は初回・更新時のみ100円)	
簡単! 便利! 自分で作る 折りたたみ雨傘入れ(2日制)	1/16(火)・30(火) 午前10時～正午	16人	1,800円	事前
佐野おもちゃの病院 ◆どなたでも	1/19(金) 午後1時～4時	10人	無料 (場合により一部費あり)	当日
さのけん玉ひろば ◆どなたでも	1/20(土) 午後1時30分～4時	10人	無料	
親子で作る 美味(おい)しい手作り味噌(みそ) ◆小学生と保護者	1/21(日) 午前9時30分～正午	10組	1,400円	事前
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)	1/21(日) 午前10時～11時30分	8人	無料	当日
親子で楽しくえいご(5日制) ◆1～3歳の子どもと保護者	1/22～3/19の隔週月曜日 午前10時30分～11時30分	10組	5,000円	事前
キッズチア きらきらなポンポンで踊ろう A・B(6日制) ◆A：4歳～就学前の子ども ◆B：小学1～4年生	1/22～3/19の毎週月曜日(2/12・26、3/12を除く) A：午後3時30分～4時15分 B：午後4時30分～5時30分	各 20人	3,360円	
ハンドメイドで交流サロン ガーゼのマスク	1/23(火) 午前10時～正午	16人	300円	当日
知って安心 「かしこい老いじたく」 ◆おおむね50歳以上の方	2/2(金) 午後2時～3時30分	16人	無料	事前
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
俳句・川柳ふれあいサロン ◆どなたでも	2/3(土) 午後3時～4時30分	15人	無料	当日
赤ちゃんおはなし会＆パパと一緒によちよちサロン ◆2歳以下の子どもと父親	2/4(日) 午前10時30分～11時30分	15組	無料	
しかはま将棋道場 ◆小学生以上の方	2/4(日) 午後2時～4時	15人	200円 (小・中学生は50円)	事前
バスでつなげるニュースポーツ「コーボール」体験 ◆小学生以上の方	2/10(土) 午前10時～正午	50人	無料	
パラリンピック公式種目「ボッチャ」体験 ◆小学生以上の方	2/10(土) 午後1時～3時	50人	無料	
まなぼー体験 フォンダン ショコラを作ろう ◆小学生	2/12(休) 午前10時～正午	15人	210円	
鹿浜おもちゃの病院 ◆どなたでも	2/17(土) 午後1時～4時	なし	無料 (場合により一部費あり)	当日
親子で楽しくベビーヨガ＆マッサージ オイル編(4日制) ◆2カ月～1歳未満の子どもと母親	2/20～3/13の毎週火曜日 午前10時～11時	15組	3,080円	事前

講座名（◆対象）	日時	定員	費用	申し込み方法
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
ちびっこ体操（8日制） ◆4歳～就学前の子ども	1/16～3/13の毎週火曜日 （2/13を除く） 午後3時30分～4時30分	20人	3,520円	事前
新田うたごえひろば ◆どなたでも	1/20（土） 午後1時～2時30分	30人	200円	当日
寒仕込み手作り味噌（みそ）	1/26（金） 午前10時30分～午後1時	16人	1,400円	事前
新田ミニコンサート 「ジャズ生演奏のゆうべ」	1/28（日） 午後6時30分～8時	50人	900円	
 韓国料理 身体の中から温まる サムゲタンとカクテキ	2/2（金） 午前10時30分～ 午後1時30分	16人	1,560円	
声に出して読む樋口一葉 「たけくらべ」（7日制）	2/6～3/27の毎週火曜日 （2/13を除く） 午後2時～4時	20人	無料	
気楽にのびのびヨガ（2日制） ◆16歳以上の女性	2/7（水）・21（水） 午後7時30分～8時30分	20人	1,120円	
パン教室 くるみパンと パルミエ・ショコラ（2日制）	2/10（土）・11（祝） 午前10時30分～ 午後1時30分	16人	2,000円	
パティシエが教える パレンティン ガナッシュチョコケーキ	2/14（水） 午前11時～午後1時30分	8人	3,000円	
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
アクティブラーニング・ 漫才式表現力 ワークショップ（5日制） ◆どなたでも	1/31～3/28の隔週水曜日 午後7時～9時	20人	5,000円	事前
アクティブラーニング・ アナウンサー体験講座（4日制） ◆小学4年生以上の方	2/4～3/18の隔週日曜日 午前10時30分～正午	20人	4,000円	
ニコニコサロン「五感リトミック」 A・B（2日制） ◆A：1歳の子どもと保護者 ◆B：2カ月～1歳未満の 子どもと保護者	2/9（金）・23（金） A：午前9時40分～ 10時30分 B：午前10時45分～ 11時35分	各 25組	1,640円	
トコンサート 「JAZZ（ジャズ）バンド」 ◆小学生以上の方	2/17（土） 午後2時～4時	300人	1,000円	事前 【ネット不可】
わくわくサイエンス 「自在に動かそう冬のアクアリウム」 ◆小・中学生	2/24（土） 午前10時～11時15分	15人	300円	事前
みんなで創ろう 鉄道ミュージアム ◆どなたでも	2/25（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
癒やしのコンサート 「春を呼ぶ古箏（こそう）×エレク トーンの調べ」 ◆小学生以上の方	3/3（土） 午後3時～5時	300人	2,000円	事前 【ネット不可】
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
中央本町将棋サロン	1/11（木）・25（木） 午後6時～9時	各 16人	1回 200円	当日
平田農園で農業体験をしよう 「大根の収穫」 ◆4歳～小学生と保護者	1/14（日）（予備日は1/21（日）） 午前10時～正午 ※場所は青井6	20組	500円	事前 【ネット不可】
おもちゃの病院 ◆どなたでも	1/21（日） 午後1時～4時	16人	無料 （場合により一部負担あり）	当日
ママリズムピクスA・B （6日制） ◆A：10カ月～1歳の子ども と母親 ◆B：3～10カ月の子 どもと母親	1/22～3/5の毎週月曜日 （2/12を除く） A：午前10時15分～ 11時15分 B：午前11時30分～ 午後0時30分	各 20組	3,720円	事前
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	1/23（火） 午前10時30分～正午	10組	1,020円	
紙粘土で作るお菓子な スイーツデコレーション ◆小学生以上の方	1/27（土） 午前10時～11時30分	20人	1,300円	
フライデーHIPHOP（ヒップ ホップ）レッスンA・B（9日制） ◆A：5歳～小学生 ◆B：小・中学生	2/2～3/30の毎週金曜日 A：午後3時55分～ 4時55分 B：午後5時～6時	各 30人	5,490円	
ボールペン字上達講座 （6日制）	2/16～3/23の毎週金曜日 午後7時～8時30分	15人	2,520円	
観戦も歓迎！ カフェテラスでビブリオバトル ◆どなたでも	2/17（土） 午後3時～4時 ※場所は弘道1	10人	450円	当日
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
東和将棋サロン ◆4歳以上の方	1/6（土）・20（土） 午後1時～3時	各 16人	1回 200円 （中学生以下の方は無料）	当日
フットセラピー＆コンディ ショニング（5日制）	1/10～2/7の毎週水曜日 午前10時30分～11時40分	20人	2,750円	事前
おもちゃの病院 ◆どなたでも	1/10（水） 午後1時～4時	20人	無料 （場合により一部負担あり）	当日
頭の健康 脳カツサロン ◆おおむね50歳以上の方	1/16（火） 午後1時30分～3時	20人	150円	事前

講座名（◆対象）	日時	定員	費用	申し込み方法
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
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	1/16～2/13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	事前
親子でスキンシップ ベビーマッサージ（4日制） ◆2カ月～1歳未満の子どもと保護者	1/19～2/9の毎週金曜日 午前10時～11時	12組	3,860円	
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
子ども体操（5日制） ◆3・4歳の子ども	1/22～3/5の毎週月曜日 （2/12・19を除く） 午後3時30分～4時30分	14人	2,200円	事前
卓球ひろば ◆小学生以上の方	1/22（月）・29（月） 午後7時～8時30分	各 10人	1回 150円 （小・中学生は 1回80円）	
おやこのあそびば 「豆まきと鬼のぼうし作り」 ◆3歳以下の子どもと保護者	1/24（水） 午前10時～11時30分	20組	350円	
ママとベビーのヨガA・B（4日制） ◆A：7カ月～1歳2カ月の 子どもと母親 ◆B：1歳の子どもと母親	1/29～3/5の毎週月曜日 （2/12・19を除く） A：午前10時～10時50分 B：午前11時10分～正午	各 12組	2,240円	
キッズハワイアンリトミック A・B（4日制） ◆1歳7カ月～2歳の子ども と母親	2/1～3/15の隔週木曜日 A：午前10時～10時45分 B：午前11時～11時45分	各 12組	3,960円	
ママと一緒に親子体操 （4日制） ◆2・3歳の子どもと母親	2/2～23の毎週金曜日 午後0時30分～1時30分	15組	2,240円	
ベビーマッサージ（4日制） ◆2～11カ月の子どもと母親	2/7～28の毎週水曜日 午前10時～11時	14組	3,460円	
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	2/7～28の毎週水曜日 午前11時30分～ 午後0時30分	12組	2,340円	
ベビーハワイアンリトミック A・B（4日制） ◆6カ月～1歳6カ月の子ども と母親	2/8～3/22の隔週木曜日 A：午前10時～10時45分 B：午前11時～11時45分	各 12組	3,960円	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
親子で作る物語グルメ 「からすのパンやさん」編 ◆5歳～中学生と保護者	1/14（日） 午前10時～午後0時30分	8組	1,500円	事前
韓国語サークル体験教室 初級・中級（2日制） ◆中級：ある程度会話の聴 き取りができる方 ◆初級：読み書きから始めたい方	1/18（木）・25（木） 中級：午後1時30分～ 2時30分 初級：午後2時30分～ 3時30分	各 10人	無料	
認知症サポーター養成講座	1/19（金） 午前10時～11時30分	30人	無料	
楽しく親子体操（3日制） ◆2・3歳の子どもと保護者	1/22・29・2/5 いずれも月曜日 午前10時～11時	15組	1,710円	
花畑エリア地域デビュー講座 「出発」編 ◆おおむね50歳以上の方	1/26（金） 午前10時～11時30分	20人	無料	
「アミーコマンメ」が唄う 屋のミニコンサート ◆どなたでも	1/28（日） 正午～午後0時30分	30人	無料	当日
 はにわ屋さんの 手作りおやつ付き コーヒー教室	2/3（土） 午前10時～11時	12人	840円	事前
オイルを使った ベビーマッサージ ◆2カ月～1歳未満の子どもと母親	2/14（水）・28（水） 午前10時～11時30分	各 10組	1回 1,130円	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
保塚おもちゃの病院 ◆どなたでも	1/11（木） 午後1時～3時30分	なし	無料 （場合により一部負担あり）	当日
保塚ベビーサロン 赤ちゃんるるん音あそび ◆首が据わった3カ月～1歳未満の 子どもと母親	1/16（火） 午前10時～10時40分	12組	550円	事前
親子でドレミファリトミック ◆1・2歳の子どもと保護者	1/16（火） 午前11時～11時40分	10組	600円	
子ども同伴可 心とカラダの ほぐし&引き締めヨガ	1/20（土） 午前10時30分～11時30分	15人	550円	
みんなの囲碁ひろば ◆おおむね小学生以上の方	1/27（土） 午後1時30分～3時	15人	無料	当日
アロマで風邪予防 免疫力を高めるセルフケア	1/29（月） 午後1時30分～3時	10人	1,590円	事前
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	2/4（日） 午前10時～11時	15組	無料	
楽しくゆるトレ・脳トレ& お茶べりサロン ◆おおむね50歳以上の方	2/6（火） 午後1時30分～2時30分	20人	無料	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
保塚地域学習センター 〒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	2/7(水) 午後1時30分～2時20分	10組	560円	事前
子どもモダンバレエ サークル体験(2日制) ◆3歳～小学2年生	2/17(土)・24(土) 午後1時～2時	20人	20円	
スィ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				
託児サポーター養成講座 (2日制)	1/27(土)、2/3(土) 午前10時～11時30分	10人	無料	事前
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	2/2・9・16 いずれも金曜日 午後1時30分～2時30分	20人	1,740円	
初めての気功・太極拳 (4日制)	2/6～27の毎週火曜日 午後1時15分～2時45分	25人	1,840円	
ピラティスA・B(4日制) ◆18歳以上の方	2/13～3/6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	
4泳法(バタフライ)後期 中上級・入門(4日制) ◆18歳以上の方	中上級:2/14～3/7の毎週水曜日 入門:2/15～3/8の毎週木曜日 午後1時30分～2時20分	各 20人	3,320円	
カーディオ・キックボクシング (5日制)	2/22～3/22の毎週木曜日 午後7時30分～8時30分	30人	3,050円	
3B(サンビー)体操(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	2/23～3/30の毎週金曜日 (3/2を除く) 午前10時30分～11時30分	10人	2,650円	
整体師が教える カラダのゆがみ改善体操 (4日制)	2/26～3/26の毎週月曜日 (3/19を除く) 午後1時30分～2時30分	20人	2,200円	
3歳からの水慣れ(4日制) ◆3歳～就学前の子ども	2/26～3/26の毎週月曜日 (3/19を除く) 午後3時30分～4時20分	15人	3,320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。				
サタデーナイト・アクア	1/13(土)・27(土) 午後6時30分～7時20分	各 20人	1回 600円	当日持
親子水遊び教室(5日制) ◆オムツの取れた2歳～ 就学前の子どもと保護者	1/27～3/3の毎週土曜日 (2/17を除く) 午前11時30分～午後0時20分	20組	4,350円	日 1/10必着
初・中級水泳教室(6日制)	2/2～3/9の毎週金曜日 午前10時30分～11時20分	20人	4,080円	事前
初めてバタフライ(5日制) ◆クロールで25m泳げる16歳以上の方	2/15～3/15の毎週木曜日 午後6時30分～7時20分	10人	6,500円	日 1/10必着
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
ZUMBA(ズンバ)	1/6・13・27 いずれも土曜日 午後4時30分～5時30分 1/11・18・25 いずれも木曜日 午前9時30分～10時30分	各 50人	1回 700円	当日持
親子フットサル教室 ◆4歳～小学2年生と保護者	1/13(土)・27(土) 午前9時～10時	各 20組	1回 1,000円	事前
女性限定フットサル教室 ◆16歳以上の女性(初心者ま たは1年以下の経験者)	1/13(土)・27(土) 午前10時30分～正午	各 20人	1回 500円	【ネット不可】 各開催日の1週間 前から受け付け

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				
親子トランポリン(8日制) ◆2歳～就学前の子どもと保護者	1/17～3/7の毎週水曜日 午前10時30分～11時30分	15組	6,000円	事前
ちびっこ体操(8日制) ◆4歳～就学前の子ども	1/19～3/9の毎週金曜日 午後3時30分～4時30分	40人	2,720円	
こども体操(8日制) ◆小学生	1/19～3/9の毎週金曜日 午後4時40分～5時40分	30人	2,720円	
チア&バトンA・B(8日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学生	1/25～3/15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	2,720円 (ボンボン購入の 方は4,780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				
子どもリトミック(水曜) 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	2/7～28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 12組	4,200円	事前
子どもリトミック(月曜) (4日制) ◆1歳3カ月～3歳の子どもと保護者	2/19～3/19の毎週月曜日 (3/12を除く) 午前10時～10時45分	12組	4,200円	
親子ふれあい運動遊び(4日制) ◆6カ月～1歳6カ月の子ども と保護者	2/19～3/19の毎週月曜日 (3/12を除く) 午前11時～11時45分	12組	3,320円	
4歳から小学1年生水泳教室 浮きバタ足(4日制) ◆4歳～小学1年生	2/19～3/19の毎週月曜日 (3/12を除く) 午後3時30分～4時20分	10人	3,320円	
小学生クロール基礎・背泳ぎキック (4日制) ◆小学生	2/19～3/19の毎週月曜日 (3/12を除く) 午後4時30分～5時20分	10人	3,320円	
小学生呼吸付きクロール・背泳ぎ (4日制) ◆小学生	2/19～3/19の毎週月曜日 (3/12を除く) 午後5時30分～6時20分	10人	3,320円	
3・4歳児水泳教室 水慣れ(4日制) ◆オムツの取れた3・4歳の子ども	2/24～3/24の毎週土曜日 (3/17を除く) 午後0時30分～1時20分	15人	3,320円	
4歳から6歳児水泳教室 A・B(4日制) A:水慣れ B:浮きバタ足 ◆4歳～就学前の子ども	2/24～3/24の毎週土曜日 (3/17を除く) 午後2時30分～3時20分	A:15人 B:20人	3,320円	☎ 1/10必着
小学生水泳教室A・B(4日制) A:浮きバタ足 B:呼吸なしクロール ◆小学生	2/24～3/24の毎週土曜日 (3/17を除く) 午後3時30分～4時20分	各 15人	3,320円	事前
小学生背泳ぎ・平泳ぎキック A・B(4日制) ◆小学生	2/24～3/24の毎週土曜日 (3/17を除く) A:午後4時30分～5時20分 B:午後5時30分～6時20分	各 15人	3,320円	
小学生呼吸付きクロール A・B(4日制) ◆小学生	2/24～3/24の毎週土曜日 (3/17を除く) A:午後4時30分～5時20分 B:午後5時30分～6時20分	各 15人	3,320円	
平野運動場 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
ノルディックウォーキング ◆おおむね60歳以上の方	1/10(水)・24(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	1/12(金)・26(金) 午前10時30分～11時30分	各 20人	1回 310円	

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

「足立区国民健康保険」に加入されている
40歳から74歳までの皆さん

特定健診の有効期限
1月31日(水) までに
必ず健診を受けましょう!

平成28年度「特定健診受診勧奨の標語キャンペーン」優秀作品

**健診で あなたの未来
変わるかも**

西伊興小学校6年 中村 優斗

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〉

弁護士会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
土

9:30 ~ 16:30
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

検索

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**
上限3回、資力要件あり

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(マリエ隣り)



東京弁護士会

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

相続の事なら何でも、ご相談ください!

個別相談会

参加費
無料

平成30年1月21日(日)

何も対策していないのですか？まだの方はお急ぎください!

「専門スタッフ」が的確なアドバイスで相続問題解決!

税理士 弁護士 司法書士 土地家屋調査士 不動産鑑定士

時間 10時～12時 **完全予約制 [1枠 30分]**

会場 シアター1010 講義室2[10階] ★北千住マルイ上
お申込み・お問合せは、下記までお電話ください。



東京あんしん相続おたすけ隊

☎03-6231-3005 電話受付(平日) 9時～17時

<http://www.souzoku-otasuke.org/> **あんしん相続 北千住** 

〒120-0034 東京都足立区千住2丁目2番地 佐藤ビル4階

知れば夢中。聴けば虜。

今号では区が支援している5つの音楽団体を紹介。
演奏会でお待ちしています!

■問い合わせ先=文化団体支援係 ☎3880-5986

幾多の声が重なり
感動の渦を巻き起こす!

足立区民合唱団

発足 平成元年 団員 約50人

10代~80代の団員が観客に感動を与えるべく、合唱曲やミュージカル、J-POPなど、あらゆるジャンルを歌います。レベルの高いハモリは圧巻!

演奏会からマーチングまで
いろんなステージで大活躍!

足立ジュニア吹奏楽団

発足 平成2年 団員 約40人

小学4~6年生を中心に、音楽が大好きな子どもたちが元気に楽しく活動しています。プロの音楽家が指導しており、演奏は大人顔負け!

少年少女の透き通った
歌声は必聴!

東京足立少年少女合唱団

発足 昭和44年 団員 約40人

発足以来48年指導する名講師と、どの合唱団にも負けない清らかな声が特徴です。「絆」を大切に、心を込めた合唱が、あなたの心に安らぎを与えます。

区内外、様々な舞台で
美しい音色をあなたの耳に!

足立吹奏楽団

発足 昭和53年 団員 約60人

来年度結成40周年の通称・足吹。最大の魅力はダイナミックな演奏! 吹奏楽に親しみのない方も楽しめるステージで観客に笑顔を届けます。

個性が混ざり合い生まれる
珠玉の本格クラシック!

足立シティオーケストラ

発足 昭和63年 団員 約60人

汐澤安彦 東京音楽大学名誉教授の指揮のもと、様々な世代・職業の団員が集う通称・足オケ。多彩な音色が融合し、大迫力の音楽が会場を包み込む!

次の定期演奏会をチェック!

足立区民合唱団 第51回定期演奏会

■日時=30年1月21日(日)、午後2時開演
※午後1時30分開場 ■内容=「HANA」、
「A Little Jazz Mass」、「富山に伝わる三つの民謡」
■定員=902人(先着順) ■費用=▷前売り…1,000円 ▷当日…1,200円 ※高校生以下の方は半額。全席自由 ■申し込み方法=窓口またはギャラクシティホームページ(<http://galaxcity.jp/>)から専用フォームに入力
■申込先=ギャラクシティ、地域学習センターなど

足立吹奏楽団 第39回定期演奏会

■日時=30年2月18日(日)、午後2時開演

足立シティオーケストラ 第59回定期演奏会

■日時=30年3月4日(日)、午後2時開演

足立ジュニア吹奏楽団 第28回定期演奏会 無料

■日時=30年3月25日(日)、午後2時開演

東京足立少年少女合唱団 第49回定期演奏会 無料

■日時=30年5月13日(日)、午後2時開演

※いずれも、■場所=西新井文化ホール ■問い合わせ先=文化団体支援係 ☎3880-5986

各団体の演奏動画 などを公開中!

区のホームページで各音楽団体の演奏動画や演奏会の内容、団員募集の情報などを掲載中!
※随時更新予定
ホームページはコチラ▶



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

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ
一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

B型肝炎訴訟

(給付金請求)について

無料電話相談

無料来所相談

完全予約制 ☎ **0120-013-621**

平日 9:00~18:00 随時受付中

弁護士 豊庭亨一「あいば こういち」東京弁護士会所属 登録番号35029

弁護士法人 プレシャス

TEL 03-5363-6333 FAX 03-5363-6334
E-mail: info@precious-law.jp http://precious-law.jp/

総合法律会計事務所

東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A【営業時間】平日 9:00~18:00

タクシー乗務員募集

お電話お待ちしております

☎03-3886-4177

【未経験者大歓迎】

50年後 足立区五反野

※国土交通省認定「女性ドライバー応援企業」 ハローワーク「若者応援宣言企業」

SHOEI 昭栄自動車株式会社

足立区中央本町2-21-6 (五反野駅 徒歩4分)

mail shoei-taxi@shoeinet.org

詳細は 昭栄自動車タクシー 検索

マンションオーナー様・管理組合様

ダイショウテックの直結給水切替により安心安全で
快適な水のある暮らしを皆様へ
「直結給水切替見積りサービス」好評受付中!!

あなたのマンションは
大丈夫?

築20年を過ぎた建物は
老朽化により放置すると
漏水など大変な損害を被
ることがあります。

築33年経過した給水管の内部

マンション給排水設備リニューアル専門会社
株式会社 大勝テック

〒123-0841 足立区西新井2-1-18 ☎3856-2870
<http://daisho-tec.com>

東京都水道局の「安全でおいしい水プロジェクト」に参画しています。