

2017年(平成29年)

10月25日 第1768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



ミズノ認定指導員による

足立区 × Mizuno

初心者向けウォーキング教室スタート!

千住・保木間の2コースで、女性の部・男女の部を各5回実施! 実際のウォーキングだけでなく、靴の正しい履き方や理想的な歩き方の講習も行うほか、ミズノ特製タオルやウォーキング読本のプレゼントもあります。引き締まった足や正しい姿勢、健康な体づくりのために、ウォーキングを始めよう! **問い合わせ先** 区・振興係 ☎3880-5826

女性の部

日程 11月11日・25日、12月16日、30年1月13日・27日 ※いずれも土曜日

対象 20歳以上の女性

男女の部

日程 11月8日・22日、12月13日、30年1月10日・24日 ※いずれも水曜日

対象 65歳以上の方

————— いずれも —————

時間 午前10時~正午 **定員** 各20人(10月26日から**先着順**) **費用** 1回500円 **申し込み方法** 電話

申込・問い合わせ先 ▷千住コース…ミズノフットサルプラザ千住(千住関屋町19-1) ☎3870-8504

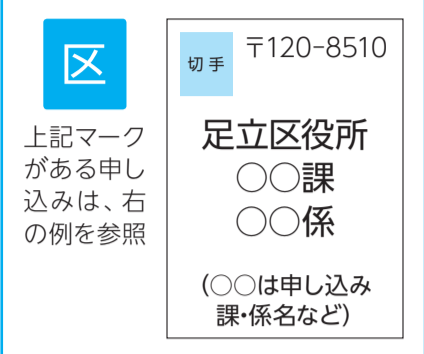
▷保木間コース…総合スポーツセンター ☎3859-8211

ポイントは「1日20分の早歩き」

適度なウォーキングは高血圧・糖尿病・骨粗しょう症などの病気予防につながります。1日20分は「なんとか会話ができる程度」の早歩きを実践しましょう。



郵送申し込み記入例



子育て・教育

足立区育英資金奨学生 秋期募集(一部償還免除型も同時募集)

■募集期間=10月25日~12月8日 ※申請書類は在学している区立中学校または学務課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■内容=30年4月から奨学金を無利子で貸し付け ※区が定めた条件を満たした場合に償還を半額(上限100万円)免除する一部償還免除枠あり ■申・問先=▷区立中学3年生…通学先 ▷そのほかの方…助成係 ☎3880-5977

新規事業 [国の教育ローン]利用者向け 大学等入学準備金支援助成

■対象=大学などの入学準備金を支払うため、保護者が「国の教育ローン(くわしくはホームページを参照)より50万円以上融資を受けた、次のすべてに当てはまる方…30年3月31日現在、区内に引き続き6カ月以上居住している/30年度入学予定で、大学などに入学金を納めている(申請時は未納でも可)/世帯の住民税所得割が29年度非課税または生活保護受給世帯、児童養護施設等

入所者など/国の給付型奨学金を受けていない/学業成績が優れ、将来社会に貢献し得る者として出身校から推薦を得られる ■内容=15万円の助成 ■定員=200人(先着順) ■申込=申請書類を学務課助成係へ持参 ※申請書類は助成係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■申込期間=10月25日~30年4月27日 ■申・問先=▷助成制度…区・助成係 ☎3880-5977 ▷国の教育ローン…日本政策金融公庫 ☎0570-008656 http://www.jfc.go.jp/

土曜予防接種外来 (11月・30年1月分)

■日時=11月18日(土)、30年1月20日(土)、午後3時~5時 ※午後4時30分受け付け終了 ■場所=足立区医師会館(中央本町3-4-4) ■対象等=BCG、子宮頸がんを除く各定期予防接種の法定年齢内の子ども ※麻しんはMRワクチンでの接種となる場合あり。当日、予防接種相談も受け付け。病児の診療は不可 ■申込=母子健康手帳、予防接種予診票、体温計を持参し、保護者同伴で当日直接会場へ ■問先=足立区医師会(当日、午後3時~5時) ☎3880-1131 区・保健予防係 ☎3880-5892

母子講演会 「今日から始める事故予防」

■日時=11月28日(火)、午前10時~11時30分 ■対象=区内在住で3歳以下の子どもの保護者または妊娠中の方 ■内容=家の中で起きやすい事故の予防法と対処法を学ぶ ■定員=30人(10月26日から先着順) ※保育あり(要予約、先着30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

30年度学童保育室 入室受け付け

■対象=保護者の就労・病気などにより、放課後に子どもの保育ができない家庭の小学生 ※就労を理由とする場合は週3日以上・1日4時間以上の就労で、午後1時~5時の1週間の合計就労時間が12時間以上の方 ■保育時間=授業終了後~午後5時 ※学校休業日は午前9時~午後5時。保護者の勤務状況により延長保育あり ■費用=1人月額6,000円 ※減免制度あり ■申込=次のすべての書類を持参…入室申請書/就労証明書または学童保育申立書(内容を証明する書類を添付)/家庭状況票 ■申請書類配布開始日=11月1日(水) ※申請書類は住区推進課、学童保育室で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■申込期間=11月13日~12月1日 ■申先=第1希望の学童保育室(日曜日、祝日を除く、午後1時30分~6時)/住区推進課/区役所1階区民ロビー(11月26日(日)、午前9時~午後4時のみ) ※民間の学童保育室の申請は各民間学童保育室にお問い合わせください。 ■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

私立高校等入学資金 融資のあっせん

■対象=次のすべてに当てはまる私立高校・高等専門学校または大学入学資格を得られる私立の専修学校高等課程への進学予定者と同居している保護者…区内に1年以上居住し、住民税の滞納がない/給与所得者は支払給与の総額が1,000万円以下、事業所得者は総所得金額などが800万円以下(いずれも28年中の年収)/安定した収入があり借入金の償還能力が十

分ある ※取扱金融機関の貸付基準により融資を受けられない場合あり ■融資内容=入学金/施設費/制服代/教科書代 ■融資金額=10万円~50万円 ■利率=年1.8% ■返済期間=融資を受けた日の翌月から3年以内 ■取扱金融機関=足立成和信用金庫/東京スマイル農業協同組合 ※いずれも区内各店舗 ■申込期間=11月1日~30年2月28日 ※申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。 ■問先=助成係 ☎3880-5977

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…11月15日(水) ▷千住保健センター…11月21日(火) ※いずれも午前10時30分~11時30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(10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(毎日、午前8時~午後8時) ☎3880-0039

健康・衛生

歯と口の健康セミナー 「体験 よく噛む効果と歯みがきのコツ」(2日制)

■日時=11月28日(火)、12月14日(木)、午後1時30分~3時30分 ■対象=区内在住・在勤の方 ■内容=噛む効果についての講演会/体験学習「さわやかブラッシング・あだち☆ちゅうりっぷ体操」 ■定員=40人(10月26日から先着順) ■申込=電話 ■場・申・問先=江北保健センター歯科保健担当 ☎3896-4011

年末保育



区立保育園

■開園日時=12月29日(金)・30日(土)、午前7時30分~午後6時30分の間で保護者が必要とする時間 ■実施保育園=中央本町/第二日ノ出町/伊興大境 ■対象=保護者の就労のため、日中に保育を必要とする6カ月~就学前の子ども ■費用=1日2,500円 ※給食費込み ■申込期間=11月14日(火)~16日(木) ※申込用紙は10月27日(金)から子ども施設運営課、区立保育園・こども園、一部の私立保育園で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。 ■申先=▷区内の公立認可園に在園している方…通園している園 ▷そのほかの方…希望する実施保育園 ■問先=子ども施設運営課 区立保育施設係 ☎3880-5888

都・認証保育所

■開所日程等=表1 ※保護者の就労の有無などは不問 ■基本保育時間=午前8時~午後5時 ※延長保育ができる施設あり ■費用=1日2,500円 ※延長保育料、給食費は別途必要。金額は施設で異なる。申し込み方法など、くわしくは希望の認証保育所にお問い合わせください。 ■問先=子ども施設入園課 地域保育係 ☎3880-5428

表1 都・認証保育所年末保育開所日程等

施設名・所在地 ※所在地の50音順	開所日		期限	電話番号
	12/29 (金)	12/30 (土)		
あかつき共同保育園(足立3-11-30-101)			12/20(水)	3887-0510
愛恵保育所(綾瀬2-19-8)		×	12/28(木)	5680-0337
さくらんぼ保育園(綾瀬5-17-9)			12/8(金)	5613-2535
たんぼぼ保育所竹の塚園(伊興1-1-1)			12/25(月)	3855-2511
ぱんだ保育園(伊興本町1-4-3)		○	11/30(木)	3857-1805
なのはな共同保育所(栗原3-9-2-102)		×	11/20(月)	3887-2441
おおぞら保育園(鹿浜4-13-8)		○	12/26(火)	3855-2657
さくらんぼ保育園新田(新田3-32-14)		×	12/8(金)	3927-7575
ステラ千住保育園(千住1-3-6)			11/15(水)	5813-9100
千住あさひ共同保育園(千住旭町4-31)		○	11/1(水)	3879-7101
たんぼぼ保育所北千住園(千住宮元町31-8)		×	12/25(月)	5244-2511
梅の実共同保育園(中央本町3-11-28)		○	11/30(木)	3840-6684
たんぼぼ保育所(西新井2-29-9)		×	12/25(月)	3854-2511

放射線量の調査 (雨天時を除く、平日)

日付(10/2~13)	2	3	4	5	6	10	11	12	13
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	—

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

ぜん息・COPD講演会

■日時=11月29日(水)、午後2時30分～4時 ■場所=シアター1010・10階講義室 ■対象=ぜん息を治療中の方や家族など ■内容=呼吸器専門医が最新情報を交え、ぜん息とCOPD(慢性閉塞性肺疾患)について説明 ■定員=54人(10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(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

講演会「歯周病と全身疾患との深いかわり」

■日時=11月17日(金)、午後1時30分～3時30分 ■対象=区内在住・在勤の方 ■内容=歯周病専門医による講演/あだち☆ちゅうりっぷ体操 ■定員=40人(10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 歯科保健担当(足立保健所内) ☎3880-5354

呼吸器機能障がいセミナー「健康寿命の延伸のために私たちができること」

■日時=11月25日(土)、午後1時30分～3時30分 ■内容=坪井病院理事長による講演/理学療法士による呼吸リハビリ体操実技 ※手話通訳あり ■定員=30人(10月26日から先着順) ■申込=電話または氏名、電話・ファクス番号、「呼吸器」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 FAX5681-0137

40歳前の健康づくり健診

■日程等=表2 ■時間=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 ■申込=電話 ■申・問先=お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

表2 40歳前の健康づくり健診日程等

場所(保健センター)	日程	定員
千住	11/29(水)	各40人
竹の塚	12/7(木)	
中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内)	12/2(土)	35人
東部	12/5(火)	

※いずれも10月26日から先着順。異常がなければ検査結果を自宅に郵送

税金・国保・年金

年末調整説明会

■日時等=▷足立税務署担当…11月7日(火)・8日(水)、区役所13階 ▷西新井税務署担当…11月20日(月)・21日(火)、西新井法人会館(栗原3-10-16) ※いずれも午前10時～午後0時30分/午後1時30分～4時。7日は午後1時30分開始分のみ ■対象=事業所の給与事務担当者など ■内容=年末調整の方法/法定調書・給与支払報告書の作成と提出方法 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=区・課税第一係～第四係 ☎3880-5418 ☎3880-5230～5232 足立税務署(源泉所得税担当) ☎3870-8911 西新井税務署(源泉所得税担当) ☎3840-1111

30年4月利用開始 保育施設の利用申し込み受け付けが始まります

保育施設利用申込案内配布開始日10月26日(木)/受付期間11月17日～12月1日

■対象保育施設=認可保育所、認定こども園(長時間利用)、家庭的保育(保育ママ)、小規模保育 ※区立認定こども園(短時間利用)は11月1日(水)・2日(木)・6日(月)に申し込み受け付け。認証保育所や幼稚園、私立認定こども園(短時間利用)は対象外。直接施設にお問い合わせください。 ■問先=子ども施設入園課 入園第一係～第三係 ☎3880-5263

◆新設保育施設情報

30年4月から10園の認可保育所と3園の小規模保育施設が新設されます。また、認証保育所などから認可保育所へ移行する園が4園あります。(表3) ■問先=子ども施設整備課 施設整備推進係 ☎3880-5713

◆申し込みの対象となる方(次のいずれか)

- 就労・病気などの事情により、子どもを日中家庭で保育できない方
 - 育児休業取得中で、30年5月1日までに職場復帰予定の方
- ※定員を超えた場合は保育の必要性の高い世帯を優先。保育料は世帯の住民税の課税状況に応じて決定。保育の必要性の認定が必要(認定申請は利用申し込みと同時に申請)

◆利用申し込みの受け付け・案内配布

■保育施設利用申込案内配布場所・申先=表4 ※区のホームページからもダウンロード可。施設種別による、申し込み方法の違いはなし(併願可)。未出生児の申し込みは入園第一係～第三係までお問い合わせください。

◆保育コンシェルジュが保育施設の案内や預け先の相談をお受けします

■日時=平日、午前9時～午後5時 ※11月19日(日)・26日(日)は午後4時終了 ■場所=区役所 ※開催中～11月28日は区役所中央館2階(特設会場)。11月29日(水)～12月1日(金)は区役所1階区民ロビー ■申込=不要 ※当日直接会場へ。そのほか子育てサロンなどでも出張相談を実施。日時など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=子ども施設入園課 保育調整係 ☎3880-5772

◆足立区外の保育施設を希望する方

区内在住で、区外の保育施設の利用を希望する場合は、申し込み受付期間や必要書類などを、希望する保育施設のある区市町村に確認してください。 ※申し込みの受け付けは、希望する保育施設がある区市町村ではなく、足立区入園第一係～第三係で実施

表4 保育施設利用申込案内配布場所・申先一覧

場所	申込案内配布(10/26～)(★2)		申し込み受け付け(11/17～12/1、午前9時～午後4時)		
	月～金	土	月～金	土	日
区役所中央館2階(特設会場)(★1)		×		×	○
足立福祉事務所(中部第一・第二福祉課を除く)	○		○		×
認可保育所(新設の保育所を除く)・区立認定こども園		○		○	

※いずれも11月23日(祝)を除く。子ども施設入園課でも10月26日から申込案内を配布

- ★1…11月29日(水)～12月1日(金)は区役所1階区民ロビー
- ★2…特設会場では11月17日～28日に配布

表3 新設認可保育所・小規模保育施設一覧 ※所在地の50音順。施設名称はすべて仮称

施設名(所在地)			
にじいろ保育園綾瀬(綾瀬6-20-7)	保育ルームOhana西新井園(小規模保育)(島根4-6番地内イニシア西新井101号室)	ビーフェア東和親水(東和2-26-9)	MIRATZ六町(小規模保育)(六町2-7-21 Santesia Bldg102)
エーワン梅島※1(梅島1-18-3 ※2)	新田あすか(小規模保育)(新田1-8-6 1階)	アスクとねり(舎人5-1-3)	たんぼぼ保育所第二六町園(六町2-7-32)
パンピ保育園梅島園(梅島3-4-8)	たんぼぼ保育所北千住園※1(千住宮元町31-8)	アスク西新井(西新井4-18-7)	※1…認証保育所から認可保育所への移行
キッズガーデン足立扇(扇1-33-3)		野のはな※1(西加平1-1-5 ※3)	※2…梅島1-13-2からの移転
にじいろ保育園江北(江北4-25-24)	足立梅島雲母(中央本町5-1-2)	六町駅前※4(西加平2-6-2 ※5)	※3…中央本町3-11-28からの移転
		キッズガーデン足立柳原(柳原1-30-7)	※4…私立認定こども園から認可保育所への移行
			※5…南花畑1-2-6からの移転

あだちの小規模保育&家庭的保育(保育ママ)をご存じですか?

少人数で、あったか安心保育の「小規模保育」と「保育ママ」の魅力を紹介します。 ※0～2歳児が対象 ■問先=子ども施設入園課 入園第一係～第三係 ☎3880-5263

小規模保育・保育ママ 3つの魅力

- ①子どもの様子がよく分かる! 少人数なので、保育者の目が行き届きます。
- ②子どもと保育者の愛着関係がより深まる! いつも同じ保育者が保育するため、愛着関係が育まれます。
- ③保育料が安い! 保育料が認可保育所と比べ、小規模保育は約1割・保育ママは約3割安く設定されています。

家庭と施設のいいとこどり

小規模保育

家庭的な雰囲気を残しつつ、集団での生活も経験することができ、社会性が身につけられます。



栄養バランスを考えた手作りの給食やおやつを食べるよ!

もうひとりのママみたい

保育ママ

保育や子育て経験のある保育ママが、家庭的な環境の中で育てつつ、育児の悩みにも答えてくれます。 ※原則、お弁当・おやつは持参



晴れた日は外遊びや散歩に出かけるよ!

※くわしくは保育施設利用申込案内または区のホームページをご覧ください。

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」(12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

73歳以上の区民に無料マッサージ(11月分)

■日時等=▷5日(日)・26日(日)・勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ▷14日(火)・28日(火)・竹の塚障がい福祉館 ※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

もの忘れ相談(11月分)

■日程等=表2 ■対象=65歳以上の方と家族 ■申込=電話または窓口

表2 もの忘れ相談(11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	9(木)
入谷 ☎3855-6362	2(木)
鹿浜 ☎5838-0825	2(木)
千住西 ☎5244-0248	9(木)
西綾瀬 ☎5681-7650	29(水)
はなはた ☎3883-0048	16(木)
一ツ家 ☎3850-0300	2(木)
本木関原 ☎5845-3330	29(水)
六月 ☎5242-0302	15(水)

表1 長寿健康増進事業(12月分)日時等

場・申・問先 (地域学習センター)	日時	内容等	定員
伊興 ☎3857-6537	4(月)、午前9時30分~正午	華やかなお正月の寄せ植え 新年飾りの寄せ植え	18人
梅田 ☎3880-5322	9(土)・16(土)、午前10時~11時30分 15(金)、午後1時30分~3時	筋力アップ 転倒予防体操(2日制) お笑い芸人ライブ 漫才、しゃべりで笑わせます	25人 40人
江北 ☎3890-4522	13(水)、午後1時~3時	年忘れクラシックコンサート	20人
佐野 ☎3628-3273	1(金)、午前10時~11時30分	初めてでも大丈夫 水引きで作る色鮮やかな「お正月飾り」	14人
鹿浜 ☎3857-6551	27(水)、午後1時~3時	豪華なお正月フラワーアレンジメントを作ろう	10人
生涯学習センター(学びピア21内) ☎5813-3730	15(金)、午後1時30分~3時	自彊術(東洋的な健康増進法)で健康ツボ体操	各15人
新田 ☎3912-3931	12(火)、午前10時~正午	プリザーブドフラワーを素敵にアレンジ	
竹の塚 ☎3850-3107	1(金)、午前10時30分~正午	「脳活」万華鏡講座	各15人
中央本町 ☎3852-1431	5・12・19 いずれも火曜日、午前10時30分~正午	いきいき長寿「そろばんで脳トレ」(3日制)	
花畑 ☎3850-2618	9(土)、午前11時~正午	年忘れクラシックコンサート	30人

※いずれも10月26日受け付け開始(先着順)

休日接骨院当番所(11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(祝)	曾我整骨院(竹の塚2-10-7)	3883-3285
	羽鳥整骨院(青井2-7-14)	3840-3623
5(日)	牛込接骨院(栗原1-25-1)	3883-0987
	花畑名倉堂接骨院(花畑3-35-5-101)	5242-8760
12(日)	かわはた整骨院(六月1-16-8トモビル1階)	3850-1125
	白川接骨院(大谷田5-8-4)	5697-0325
19(日)	あおば整骨院(西新井栄町1-14-3ARAIビル1階)	5888-6167
	岡村接骨院(青井1-5-8)	3849-3851
23(祝)	こはた接骨院(西新井本町1-10-9)	3856-2730
	佐藤接骨院(柳原2-20-12)	3879-4177
	秋山整骨院(梅田7-16-1)	3849-1888
26(日)	五反野名倉岡村接骨院(足立4-40-3)	3849-6655

※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(11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
18(土)	西新井駅西口	午前10時~11時30分/ 午後0時45分~4時
26(日)	第十三中学校	午前9時~10時/ 午前11時15分~午後2時30分
30(木)	エル・ソフィア	午前9時30分~午後4時

※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

仕事・産業

介護のしごと相談・面接会

■日時=11月8日(水)、午前11時~午後3時 ※午前10時30分受け付け開始 ■場所=シアター1010・11階ギャラリー ■内容=区内介護サービス事業者による、ヘルパー・介護職員・看護師などの就職相談、面接会 ※保育あり(6カ月~就学前の子ども、先着6人) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=高

齢調整係 ☎3880-5886

自動販売機の設置事業者募集(一般競争入札)

■設置開始予定日=30年4月1日 ■設置場所=区役所など ■設置台数=46台(飲料水・アイス・水泳用品) ■入札説明書配布開始日=10月25日(水) ※入札説明書は資産管理課 管財係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■期限=11月17日(金) ■入札・開札日=12月6日(水) ■問先=管財係 ☎3880-5141

地域包括支援センター介護(予防)教室(11月・12月分)

申・問先 (地域包括支援センター)	日時	内容等
さの ☎5682-0157	11/30(木)、午後1時30分~3時	認知症サポーター養成講座 場所=佐野地域学習センター 定員=20人
千住西 ☎5244-0248	11/15(水)、午前9時30分~正午	散歩の会「千住大橋を渡って南千住へ行こう」 集合場所=地域包括支援センター千住西 定員=20人 費用=100円(荒川ふるさと文化館観覧料)
中川 ☎3605-4985	11/21(水)、午後2時~3時	講習会「自分らしい終焉の迎え方」 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	11/10(金)、午前10時30分~11時30分	認知症サポーター養成講座 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
はなはた ☎3883-0048	11/16(木)、午前10時~11時30分	老い支度講座「相続について」 場所=花畑地域学習センター 定員=30人
日の出 ☎3870-1184	①11/14(火) ②11/20(月)、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介護教室「ストレスを吹き飛ばす楽しい声の出し方」 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
本木関原 ☎5845-3330	①11/17(金)、午後1時30分~2時30分 ②12/1(金)、午後1時~3時	①講習会「はじめよう、楽しい口腔ケア」 ②調理実習「寒さに負けない栄養バランスの良い食事について」 場所=①まちづくり工房館(関原の森内) ※歯ブラシ持参。申し込み不要。当日直接会場へ ②本木関原住区センター(定員15人)

※本木関原11月分を除き、■申込=電話。10月26日から先着順(月~土曜日、午前9時~午後5時)

11月8日はいい歯の日

よく噛んでおいしく食べるために、定期的な歯の健康チェックを習慣づけましょう。

区の歯科健診やイベントをご利用ください。

◆成人歯科健診
■対象=区内在住で、20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の方 ※年齢は30年3月31日現在。対象者には6月に受診券を送付済み ■問先=データヘルス推進課 多世代健康データ連携担当 ☎3880-5601

◆妊婦歯科健診
■対象=区内在住で、29年4月1日以降に母子健康手帳の交付を受けた方 ※母と子の保健バッグに受診券を同封 ■問先=保健予防課 保健予防係 ☎3880-5892

— いずれも —

■場所=区内の指定医療機関 ■内容=むし歯や歯周病のチェックなど ※くわしくは案内または区のホームページをご覧ください。

◆「野菜からかむカムランチ」キャンペーン
■日時=11月17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=たっぷり野菜とチキンのオープン焼き/ブロッコリーのツナサラダ/いんげんと豆腐のあっさりスープ/ゼリーなど ※先着118食・1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 ■問先=千住保健センター 歯科保健担当 ☎3888-4279

**独立・起業セミナー
「実践クチコミ販促編」**

■日時=12月13日(水)、午後7時～9時 ■場所=あだち産業センター
 ■対象=新規契約を増やしたい方、起業予定者など ■内容=業種別クチコミの5型と7つのしかけ/クチコミが始まる3つの方法/クチコミ集客の方程式など ■定員=25人(10月26日から先着順) ■申込=ホームページから専用フォームに入力または住所、氏名、電話番号、「クチコミ販促編」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(あだち産業センター内) ☎3870-8400

を流れる毛長川の整備、管理などについて、区民や団体と共に考える ※報酬・交通費なし ■募集人数=2人程度(選考) ■申込=住所、在勤(在学)の方は勤務先(学校)の名称・所在地、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号、作文「毛長川について思うこと」(A4用紙、800字程度)を郵送 ※結果は12月中旬に通知 ■期限=11月17日(金)消印有効 ■申・問先=都・第六建設事務所工事課 工務担当 〒120-0025千住東2-10-10 ☎3882-1408 ■問先=区・企画調整担当 ☎3880-5160

きかせてサポーター養成研修(2日制)

■日時=11月28日(火)・29日(水)、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(10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=11月15日(水)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 📠5888-6948 ■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

**姉妹都市・ベルモント市
学生使節団の
ホストファミリー募集**

■期間=30年1月11日～18日 ■対象=次のすべてに当てはまる区内の世帯…英語で対応できる/使節団用に部屋と食事を用意できる/所定の時間と場所に送迎できる/自由時間(30年1月13日(土)・14日(日))と一緒に過ごすことができる ■受入人数=1世帯1・2人(学生) ■募集世帯=9世帯(選考) ■申込=住所、代表者氏名、家族構成(年齢・性別)、電話番号、「ホストファミリー」を区へハガキで送付 ■期限=11月16日(木)消印有効 ■申・問先=(一助)足立区観光交流協会 ☎3880-5853

**11月ごろ裁判員候補者
予定者を選定**

裁判員候補者予定者は20歳以上で選挙権を有する国民の中から無作為に選ばれます。選ばれた方には、11月ごろ東京地方裁判所から通知があります。くわしくは裁判所ホームページ「裁判員制度」(http://www.saibanin.courts.go.jp/)をご覧ください。 ■問先=選挙係 ☎3880-5531

ご存じですか検察審査会制度

検察審査会は、20歳以上で選挙権を有する国民の中から無作為に選ばれた11人の検察審査員で構成され、事件が不起訴になったことが適切であったかを審査します。くわしくは裁判所ホームページ「検察審査会」(http://www.courts.go.jp/kensin/)をご覧ください。 ■問先=選挙係 ☎3880-5531

暮らし・まちづくりは、6面に続きます

公募・ボランティア

毛長川流域連絡会委員

■期間=12月から約2年間 ■対象=区内在住・在勤・在学で年2回程度(平日の日中)の会議に出席できる方 ■内容=区と埼玉県の都県境付近



11月は糖尿病月間

■問先=健康づくり係 ☎3880-5433

食後の高血糖を防ぐため、野菜からよく噛んで食べましょう。

世界糖尿病デー「測定会」

■日時=11月14日(火)、午前10時～正午/午後1時～3時 ■場所=区役所1階区民ロビー ■対象=区内在住・在勤で、59歳以下の糖尿病と診断されていない方 ■内容=指先でのヘモグロビンA1c測定など ■定員=各100人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ

ヘルシーメニューを食べにいこう!

■日時等=表3 ■内容=あだちベジタベライフ協力店でヘルシーメニュー(500kcal台、野菜120g以上、塩分3g未満)の提供

表3 ヘルシーメニュー実施店日時等

場所	期間等	メニュー名等
ホールフードカフェ Whole Food Cafe Soja(東和2-21-1)	11/1～30、午前10時～午後4時30分(金・土曜日は午前11時～午後3時)	季節変わりのベジプレートドリンク付(1,150円、先着8食)
区役所展望レストラン [シーフードレストランメヒコ]	11/1～30の平日、午前11時～午後3時	野菜とエビのドリア(880円、先着20食)
ヴィア サリーチェ via salice(江北7-24-15)	11/1～30、午前11時30分～午後2時(日曜日・祝日は午後3時まで)	ベジタベヘルシーランチ(880円)
Cafe ひつじ食堂(中川4-9-19)	11/1～30、午前11時45分～午後3時	焼魚定食 ドリンク付(1,000円)
キッチンとれたて(鹿浜2-44-1)	11/3～28、午前11時～午後4時30分	とれたて定食(900円、数量に限りあり)
区役所地下1階食堂	11/13(月)～17(金)、午前11時～午後2時	あだちベジタベランチ・スペシャルウィーク(550円、先着100食)
カフェ コペ(江北3-29-9)	11/13(月)～18(土)、午前11時30分～午後3時	ポークジンジャープレート 野菜スープ付(850円、先着10食)
イタリアン・トマト カフェジュニア 東京電機大学店(千住旭町5)	11/13～19、午前8時～午後3時(19日は午前9時から)	たっぷり野菜のサラダ & 小海老とツナのサンドセット(800円、数量に限りあり)
一粒の麦(花畑4-34-16)	11/15(水)～18(土)、午前11時30分～午後2時30分	野菜たっぷりトマト味のパスタ(880円)

新たに6会場が
NEW OPEN!

パークで筋トレ

簡単なストレッチなどを行う「パークで筋トレ」。おおむね65歳以上の方なら誰でも無料で参加できます。指導員と一緒にみんなで運動するので続けられます。近くの開催場所へ気軽にお越しください。 ■問先=振興係 ☎3880-5826

新規会場はコチラ!

1. 荒川河川敷・虹の広場
原則毎週木曜日
午後1時30分～2時30分
2. 梅島公園(梅田7-20-9)
毎月第1・3月曜日
午前10時～11時
3. 新田稲荷公園(新田1-8-5)
※[新田一丁目アパート内広場]から移転
毎月第2・4金曜日
午前9時～10時
4. 千住公園(千住大川町35-1)
毎月第2・4水曜日
午前10時～11時
5. にしほ桜公園(西保木間2-17)
毎月第2・4金曜日
午前10時～11時
6. 平野運動場(平野2-12-2)
原則毎月第1・3火曜日
午前10時～11時

そのほか区内19会場で実施中!

くわしくは区のホームページをご覧ください。

11月の区議会

■日時等=表4 ※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。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、傍聴する会議の前日(前日が閉庁日)の場合は、直前の開庁日の午後5時までに連絡

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。 ■問先=議事係 ☎3880-5797

表4 11月の区議会日時等

日時	会議名
8(水) 午前10時	議会運営委員会
10(金) 午前10時	総務委員会
13(月) 午前10時	区民委員会
午後1時30分	産業環境委員会
14(火) 午前10時	厚生委員会
15(水) 午前10時	建設委員会
午後1時30分	文教委員会
16(木) 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	待機児童・子どもの貧困対策調査特別委員会
17(金) 午前10時	災害・オウム対策調査特別委員会
20(月) 午前10時	エリアデザイン調査特別委員会

**11月は子ども・若者
育成支援強調月間**

区では、青少年対策地区委員会を中心に、青少年が健やかに育つための積極的な環境づくりなどの取り組みを行っています。活動内容など、くわしくはお問い合わせください。 ■問先=青少年課 管理調整係 ☎3880-5264

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

講演会「すべての子どもが夢と希望を持てる社会へ」

■日時=11月29日(水)、午後7時～8時30分 ■場所=エル・ソフィア ■内容=子どもの貧困の現状や支援策について考える ■定員=100人(10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(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、「講演会」をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 ☎3880-0133

問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 ☎3880-0133

あだち皆援隊講座「地域の中で国際交流」

■日時=11月29日(水)、午後6時30分～9時 ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=地域での活動事例から、多文化共生の視点を踏まえた国際理解を考える ■定員=40人(10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、「国際交流」をファクス ■申・問先=区民参画支援係(エル・ソフィア内) ☎3880-5020 ☎3880-0133

都営住宅(家族・単身者)入居者募集

■募集案内配布期間=11月1日～10日 ※土・日曜日、祝日を除く ■募集案内配布場所=住宅課 住宅管理係、区民事務所 ※なくなり次第配布終了。申し込み資格など、くわしくは募集案内または区のホームページをご覧ください。 ■問先=お問い合わせください。 ■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

自然素材でリースや飾りを作る ■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。重複申し込み不可 ■期限=11月20日(月)必着 ■申・問先=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

あだちの遊び場

雑木林を楽しもう

■日時=11月26日(日)、午前10時～午後0時30分 ■内容=雑木林を探検し、生き物探しや工作をする ■定員=20人(抽選) ※小学2年生以下の方は保護者の申し込みも必要 ■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、「雑木林」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=11月14日(火)必着 ■場・申・問先=桑袋ビオトープ公園 〒121-0061 花畑8-2-2 ☎3884-1021 ☎3884-1041

うんち展

■期間=11月8日～30年1月28日 ■内容=[うんち]の特徴から、草食や肉食などの生き物の食性や暮らし環境の多様性を考える ※うんちの落とし主を探し「誰のうんち?」コーナーあり。入園料が必要 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=生物園 ☎3884-5577

「農」がテーマの「秋の収穫祭」

■日時=11月18日(土)・19日(日)、午前9時～午後4時 ■内容=園内で栽培した野菜の収穫・販売/染色体験など ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=都市農業公園 ☎3853-4114

かがくであそぼうスペシャル 生き物「煮干しの解剖」

■日時等=11月23日(祝) ▷小学1～3年生(保護者同伴)…午前10時30分/午後1時30分 ▷小学4年生～中学生(きょうだいで参加可)…午後3時 ※各1時間 ■内容=煮干しの解剖標本作り ■定員=各15人(11月4日から先着順) ■費用=1人400円(材料費) ■申込=電話 ■場・申・問先=ギャラクシティ ☎5242-8161

宿泊施設インフォメーション(30年1月分)

◇鋸南自然の家、日光林間学園(区・宿泊施設) ■利用日等=表1 ■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=11月1日～10日消印有効 ※11月15日(水)以降に抽選結果を通知。抽選の結果空室がある場合は、12月1日(金)から利用希望日の3日前までに電話予約

表1 宿泊施設利用日等(30年1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	1～3・6・7・13・20・27	平日、午前9時～午後5時
日光林間学園 (予約専用) ☎0288-53-3681	1～3・6～8	

※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。

区民農園の利用者募集

■利用開始日=30年3月上旬 ■募集農園等=表2 ■対象=次のすべてに当てはまる世帯…区内在住/耕作可能な土地がない/利用期間を通して耕作できる/現在、区民農園を利用していない(利用期間が30年2月5日で終了する方は応募可) ※くわしくは産業振興課農業係、区民事務所で配布する「区民農園利用者募集案内」または区のホームページをご覧ください。 ■問先=お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

表2 募集農園等

利用形態	農園名	募集予定区画数	面積(1区画)・費用(年額)	申込
世帯 (同一家庭・同一敷地内に居住する家族)	入谷(入谷4-8-2)	120	面積=約15㎡ 費用=6,000円	住所、氏名(フリガナ)、電話番号、希望農園名(1カ所)を区へ往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。65歳以上(30年4月1日現在)の方で優遇枠を希望する場合は「高齢者コーナー希望」を記入
	大谷田(大谷田5-12-17)	88		
	栗原(栗原3-7-8)	136		
	南花畑(南花畑5-23-24)	49		
	本木第二(本木2-24)	73		
団体 (10世帯以上で構成する団体)	大谷田(大谷田5-12-17)	2	面積=約100㎡	団体名、代表者氏名(フリガナ)、担当者氏名(フリガナ)・電話番号、全員の住所・氏名(フリガナ)、希望農園名(1カ所)を区へ郵送(返信用ハガキを同封)
	谷在家(谷在家1-6)	10	費用=4万円	

※いずれも重複申し込み、世帯・団体の重複利用不可。利用期間中であっても閉園になる場合あり

川のようちえん「荒川でクリスマス」

■日時=12月3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=荒川の

教えて! 性の多様性 ■問先=人権推進係 ☎3880-5497

最近、「LGBT」という言葉を耳にした人も多いのではないのでしょうか? これは、「Lesbian(女性同性愛者)」「Gay(男性同性愛者)」「Bisexual(両性愛者)」「Transgender(性同一性障がいなどの性的違和を持つ人)」という単語の頭文字をとった言葉です。LGBTの人々は性の多様性に関する周囲の認識不足から、傷ついていることがあります。

◇LGBTの人が不安やストレスを感じる事例
・飲み会の場で、「ホモ」「レズ」など差別的な言葉をふざけて使う
・男性が女性の格好をした宴会芸で、周囲が笑っている

こうしたことが起きる原因として、ひとつの性のあり方しか想定していないことが挙げられます。LGBTについて日ごろから考え、理解を深めることで、性の多様性を受けとめられる社会にしていけることが重要です。

区では、「多様性」をテーマに各種講座を開催しています。
◇人権講座「世界の人権 日本の人権」
■日時=11月9日(水)、午後6時～8時 ※午後5時30分開場 ■場所=勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ■内容=世界最大の人権団体所属講師による講演 ■定員=200人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ

催し物

**アートボランティア講座
「子どもの想像力を育む
指導のポイント」**

■日時=12月1日(金)、午前10時～正午 ■場所=ギャラクシティ ■対象=高校生以上の方 ■内容=子ども向け工作プログラム「ぶらんこモバイルを作ろう」を体験して、12月17日(日)のイベントで子どもに指導する ■定員=15人(10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=青少年・家庭教育係 ☎3880-5273

エコ・フッキング教室

■日時=11月22日(水)、午前10時30分～午後1時 ■場所=東京ガスキッチンランド足立(竹の塚5-2-6) ■対象=区内在住・在勤・在学で16歳以上の方 ■内容=ガスや水などを節約する料理方法を体験(鶏飯/彩り蒸し野菜 豆腐ゴマだれ、辛みだれなど) ■定員=12人(抽選。初参加の方優先) ■費用=1,000円(材料費など) ■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=11月7日(火) ■申・問先=環境事業係 ☎3880-5860

**日光林間学園
「酒蔵とおかき工房・
東照宮巡りツアー」(1泊2日)**

■日時=12月25日(月)、午後2時～

26日(火)、午後3時 ※東武日光駅集合・解散 ■内容=地酒の酒蔵、おかき工房、日光東照宮などを見学するツアー ※自由見学(見学料は自己負担)。行程など、くわしくはお問い合わせください。 ■定員=20人(11月1日から先着順) ※1人のみでの参加不可 ■費用=大人4,730円など(宿泊費、食事3回分など) ■申込=電話 ■期限=12月22日(金) ■申・問先=日光林間学園(予約専用。平日、午前9時～午後5時) ☎0288-53-3681

**ビューティフル・
パートナー
活動紹介のパネル展示**

■期間=11月1日～14日 ※14日(火)は正午終了 ■場所=区役所1階区民ロビー ■内容=ビューティフル・ウィンドウズ運動に参加する「パートナー」が普段から行っている活動の紹介 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=美化推進係 ☎3880-5856

**生活の科学教室「芋から
こんにゃくをつくってみよう」**

■日時=11月19日(日)、午後1時30分～3時30分 ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内在住・在勤の方 ※小学生以下の方は保護者同伴 ■内容=こんにゃく芋からこんにゃくを作り、製法や食品添加物について学ぶ ■定員=16人(10月26日から先着順) ■費用=100円(材料費) ■申込=電話・窓口または住所、氏名、電話番号、「生活の科学教室」をファ

クス ■申・問先=消費者センター ☎3880-5385 FAX3880-0133

郷土博物館の映画会(11月分)

■日時=11日(土)、午前11時～正午 ※無料公開日 ■内容=「福建省安溪県の烏龍茶 鉄観音」/「阿波の晩

茶」/「伊予の黒茶」の上映 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=郷土博物館 ☎3620-9393

催し物は、
8面に続きます



大学連携の催し

東京未来大学 こどもみらい園公開講演会

◆自閉症スペクトラムの世界を知る

■日時=11月19日(日) ■内容=自閉症の子どもの世界観と当事者が必要とする支援の方法について学ぶ

◆自立(自律)支援と合理的配慮を学ぶ

■日時=11月26日(日) ■内容=発達障がいのある子どもの自立(自律)をテーマに、社会参加するために必要な情報や支援を学ぶ

—いずれも—

■時間=午後1時30分～3時 ■対象=中学生以下の方の保護者、福祉・教育関係者 ■定員=70人(10月26日から先着順) ■申込=電話またはホームページから専用フォームに入力 ■場・申・問先=東京未来大学こどもみらい園(綾瀬2-30-6) ☎0120-791-312

🌐http://miraien.tokyoumirai.ac.jp/

東京電機大学学園祭「第6回旭祭」

■日時=11月4日(土)・5日(日)、午前10時～午後5時 ※5日は午後4時終了 ■場所=東京電機大学東京千住キャンパス(千住旭町5) ■内容=テーマは「ROCK」。学生による研究・活動成果の発表/模擬店/ステージ/大道芸/子ども向け広場など ※催し物の開催時間など、くわしくはホームページをご覧ください。 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=東京電機大学 東京千住キャンパス事務部 学生厚生担当 ☎5284-5340

🌐http://www.sg.dendai.ac.jp/s1j-asahisai/

大学連携の問い合わせ先=区・大学連携担当 ☎3880-5840

審議会等の公開 (11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
第5回足立区男女共同参画推進委員会	1(水)	午後2時～4時	エル・ソフィア	区民参画推進課 男女共同参画推進係 ☎3880-5222
足立区建築審査会		午後2時30分～4時30分		建築調整課 用途係 ☎3880-5943
足立区子育て支援サービス利用者負担適正化審議会	8(水)	午後1時～2時30分		子ども政策課 管理係 ☎3880-5445
足立区環境審議会	9(木)	午後3時30分～5時	区役所	環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049
足立区労働報酬審議会	13(月)			契約課 工事契約係 ☎3880-5832
足立区国民健康保険運営協議会	20(月)	午後2時～4時		国民健康保険課 庶務係 ☎3880-5851

パブリックコメント(区民意見募集制度)(11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
足立区高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画中間報告(案)	11/1～30	▷高齢者保健福祉計画について…高齢福祉課 高齢調整係 ☎3880-5886 ▷介護保険事業計画について…介護保険課 介護係 ☎3880-5887
足立区自治基本条例の一部改正(案)の概要	11/13～12/12	政策経営課 経営管理担当 ☎3880-5811
足立区地区環境整備計画(案)	11/16～12/15	都市計画課 都市計画係 ☎3880-5280
足立区地域防災計画(平成29年度修正)(案)【震災対策編】【風水害編】	11/20～12/19	災害対策課 避難所調整担当 ☎3880-5836
足立区地域経済活性化基本計画(案)	11/24～12/25	産業政策課 経済活性化計画調整担当 ☎3880-5464



成井豊のドラマ・リーディング教室(9日制)

■日時等=▷レッスン…30年1月13日～3月10日の毎週土曜日(1月27日、2月24日を除く)、午前10時～正午 ▷リハーサル…30年3月17日(土)、午後6時～8時 ▷発表会…30年3月18日(日)、午前11時～午後4時 ■対象=高校生以上の方 ■内容=日本・世界の名作本を使用して、演劇のいろはを体験 ■定員=15人程度(選考。区内在住・在勤・在学の方優先) ■費用=3,000円(テキスト代など) ※区外の方は費用が異なる。くわしくはお問い合わせください。 ■申込=申込用紙をファクス・郵送・持参 ※申込用紙はシアター1010、地域文化課 学習事業係で配布するほか、シアター1010や区のホームページからもダウンロード可 ■申込期間=10月26日～11月12日必着 ■場・申・問先=シアター1010・10階 〒120-0034 千住3-92 ☎5244-1021 FAX3881-3133

🌐http://www.t1010.jp/

■問先=区・学習事業係 ☎3880-5467

アリアナ・セイユ feat. カウマカイヴァ・カナカオレ フラコンサート

■日時=30年3月21日(祝)、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=多くの人を魅了するフラ界のプリンセス、アリアナ・セイユ(フラアーティスト)とハワイの伝統を受け継ぐカウマカイヴァ・カナカオレの共演 ■定員=902人(11月9日から先着順) ※区内在住・在勤・在学の方は11月8日から受け付け(窓口のみ) ■費用=4,200円 ※友の会会員は3,800円。区内在住・在勤・在学の方は4,000円。高校生以下の方は2,000円。3歳以下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/

催し物は、
7面からの続きです

催し物

東京文化財ウィーク2017特別公開

■日時等=表1 ■内容=都の指定文化財を公開 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=文化財係 ☎3880-5984

女性フェスティバル2017あだち

■日時等=表2 ※保育あり(6カ月~就学前の子ども、先着15人) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222

親子体験キャンプ

■日時=11月26日(日)、午前10時~午後4時 ■場所=都立舎人公園 キャンプ広場 ■対象=区内在住の小・中学生と保護者 ■内容=テント設営/野外炊事/レクゲーム

定員=50人(10月26日から先着順) ■費用=1人500円(材料費) ■申込=電話 ■申・問先=青少年事業係 ☎3880-5275

交通安全ポスター
コンクール入選作品の展示

■日時=11月1日~7日 ※1日(水)は午前10時開始 ■場所=区役所1

表1 東京文化財ウィーク2017特別公開日時等

日時	場所	公開する文化財
10/30(月)、午前9時~午後4時	明王院 (梅田4-15-30)	木造如意輪観世音菩薩坐像 (南北朝時代)
10/31(火)、午前10時~午後3時	西新井大師総持寺 (西新井1-15-1)	絹本着色虚空蔵菩薩像 (室町時代)
11/2(木)、午前9時~午後4時	性翁寺 (扇2-19-3)	木造阿弥陀如来坐像 (平安時代)

表2 女性フェスティバル2017あだち日時等

日時	内容
11/11(土)、午前10時~午後4時	映画「レオニー」上映/松井久子監督記念講演会/英語deクッキング/わくわく子ども広場/ペーパークイリング体験など
11/12(日)、午前10時~午後3時30分	IT関連企業社長・久田真紀子氏の座談会「可能性は無敵大」/学習会「LGBTについて話し合おう」/煌いて花舞台(日舞など)/街かど健康チェック/いきいきサロンの喫茶・クッキー販売など

※両日楽しめる様々なイベントもあり(茶席/エコ作品・生け花・手芸・藤工芸などの展示や体験/被災地支援の展示とチャリティー販売/防災関係PRとグッズ進呈/日用雑貨の手作り販売/「ひまわり園」の菓子パン販売など)

階区民ロビー ■内容=小・中学生が描いた交通安全ポスターの入選作品(64点)の展示 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=交通対策課 推進係 ☎3880-5912

簡単昼食作りと学習タイム

■日時=11月11日(土)、午後1時~4時 ■対象=小学3年生~中学生

内容=包丁や火を使わずにできる簡単調理と草木染め体験 ■定員=15人(10月26日から先着順) ■費用=100円(食材費) ■申込=電話または窓口 ■期限=11月4日(土) ■場・申・問先=鹿浜いきいき館 ☎3853-5071

官公庁

足立区・専門家合同
よろず無料相談会(予約制)

■日時=11月11日(土)、午後1時~5時15分 ■場所=勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ■内容=複数の専門家(行政書士、建築士、司法書士、社会保険労務士、税理士、土地家屋調査士、不動産鑑定士、弁護士)がチームを組んで、暮らしや経営に関する相談にワンストップで答える ■申込=電話 ■申込期間=10月25日~11月8日(平日、午前10時~午後4時) ■申・問先=弁護士法人北千住パブリック法律事務所 ☎5284-2101



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
(11月・12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=10月26日(木) 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
〒…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11月20日(月)、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				
日本の復習シリーズ 「日本の歴史的家屋探訪会」	11/7(火) 午後1時~3時 ※場所は江戸東京たてもの園 (小金井市桜町3-7-1)	20人	410円 (交通費は実費)	事前
おはよう教室「健康太極拳」	11/14(火)・21(火) 午前10時~11時30分	各 50人	1回 510円	当日
記憶画講座 「絵日記のように描く 残したい記憶」 ◆おむね60歳以上の方	11/24(金) 午後1時30分~4時 ※場所は東京未来大学 (千住曙町34-12)	30人	1,000円	事前
はじめての遺言書・ 遺産分割協議書の書き方	11/26(日) 午後2時~4時	30人	500円	
学びピアコンサート 津軽三味線あべや 「響・歌・演・舞」	12/2(土) 午後2時~3時30分	198人	1,200円	
今から考えておきたい 祖先のお墓・自分のお墓・ 祭祀(さいし)継承	12/5(火) 午前10時~正午	40人	500円	
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	12/7(木) 午前10時~正午	12組	1,020円	
もしもに備える 乳児のための救命救急講習会 ◆1歳未満の子どもと保護者 託児:3カ月~1歳未満の子ども	12/10(日) 午前10時~午後0時30分	30人 (託児 10人)	910円 (託児付き 2,410円)	
クラシック音楽への誘い 聴いて語らうひととき	12/16(土) 午後3時30分~5時 ※場所は東京未来大学 (千住曙町34-12)	30人	1,000円	
日本の復習シリーズ 「意外と知らない神社参拝の 仕方」	12/17(日) 午後2時~3時 ※場所は千住仲町氷川神社 (千住仲町48-2)	20人	10円	
親子で楽しむクリスマスコンサート おとあそび音楽隊 ◆小学3年生以下の方と保護者	12/17(日) 午後2時~3時	220人	1,000円 (小学3年生以下 の方は500円)	
やさしい夜ヨガセラピーで 自己治癒力向上A・B(13日制) ◆A:16歳以上の女性 ◆B:16歳以上の方	12/20~30年3/28の毎週水 曜日(30年1/3,3/21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	6,890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	12/24(日) 午前10時~正午	8組	1,020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	11/4~25の毎週土曜日 午前10時~正午	各 10組	無料	当日
リバーサイドコンサート ◆どなたでも	11/4(土) 午後2時~3時	70人	無料	
小・中学生のびのび広場 ◆小・中学生	11/5~26の毎週日曜日、 11/3(祝)・23(祝) 午後1時~5時	各 15人	無料	
歌声サロン 童謡唱歌を歌おう	11/5(日) 午後2時~4時	140人	500円	

広告

参加費無料の糖尿病市民講座 11月18日(土) 13:30~15:55 北千住駅近く(マルイ11階にて) 健康関連のブース併設
問合 NPO法人ADMS(アダムス) ☎3840-2111 足立区中央本町3-4-4 足立区医師会館内

健康関連のブース併設
12時より開場

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					
★足立の仏師・渡邊宗雲の創作と東京国立博物館の仏像解説(2日制)	12/1(金) 午後2時～4時 12/7(木) 午前10時～正午	30人	1,500円	☎ 11/17必着	
★素敵なワインの魅力 美味(おいしい)ワインを愉(たの)しむ(2日制) ◆20歳以上の方	12/5(火)・12(火) 午後2時30分～4時30分	70人	1,000円	☎ 11/21必着	
※★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					
伊興おもちゃの病院 ◆どなたでも	11/3(祝) 午後1時～4時	15人	無料(場合により一部負担あり)	当日	
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	11/9(木) 午前10時～11時30分	10組	1,080円	事前	
みんなで脳トレサロン「体を動かして脳を刺激」 ◆おおむね60歳以上の方	11/9(木) 午後1時15分～2時15分	15人	200円	当日	
子連れでもOK みんなのピラティス&ヨガ	11/24(金) 午後1時～2時	15人	550円	事前	
楽しい折り紙ひろば ◆どなたでも(就学前の子どもは保護者同伴)	11/26(日) 午後1時30分～3時	25人	無料	当日	
初めての玉編み ふっくらネックウォーマー(3日制)	12/1・8・15 いずれも金曜日 午前10時～正午	15人	3,000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	12/5(火) 午前10時～10時40分	10組	440円		
1歳児の親子リトミック ◆1歳の子どもと保護者	12/5(火) 午前11時～11時40分	10組	440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					
梅田寄席 ◆小学生以上の方(小・中学生は保護者同伴)	11/2(木) 午後7時～8時30分	34人	1,000円	当日	
スポーツスタッキングひろば ◆どなたでも	11/4(土)・18(土) 午後2時～4時	各20人	無料		
梅田こどもフリースペース ◆小・中学生	11/5・19・26 いずれも日曜日 午後2時～5時	各15人	無料		
歌声サロン「昭和歌謡」 ◆おおむね40歳以上の方	11/25(土) 午後2時～4時	120人	500円	事前	
ピョピョランド「乳幼児手遊び&読みがたり」 ◆5歳以下の子どもと保護者	11/27(月) 午前11時～11時20分	15組	無料		
セルフリンパケア「たるみ解消ですっきり小顔」 ◆16歳以上の女性	12/7(木) 午後7時～8時30分	20人	1,300円		
コンサート「みんなで楽しむクリスマスソング」 ◆どなたでも	12/9(土) 午後2時30分～4時	80人	1,000円	事前	
おもてなし料理 皮から手作り肉まん ◆小学生以上の方(小・中学生は保護者同伴)	12/10(日) 午前11時～午後1時30分	20人	1,700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	12/13(水) 午後4時～6時	15人	600円		
いっしょに作ろう とびきりのクリスマスケーキ ◆小学生と保護者	12/24(日) 午後1時30分～4時30分	16組	3,100円	事前	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522					
飲まない かけない 吸わない 健康マージャンサロン ◆上がり役のわかる16歳以上の方	11/1～29の毎週水曜日 午後5時30分～9時	各24人	1回 200円	当日	
お花の手入れの仕方を学ぼう	11/9(木) 午前10時～11時30分	10人	無料	事前	
大人のための怪談朗読会	11/11(土) 午後2時～3時	20人	無料	当日	
江北地域学習センター成果祭 ◆どなたでも	11/12(日) 午後1時～3時	なし	無料		
大人のための朗読会	11/25(土) 午後2時～3時30分	30人	無料		
スポーツ基本塾「マット運動」編A・B(3日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学生	11/30、12/7・14 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	事前	
大人のための字の書き方「年賀状」編(3日制)	12/1・8・15 いずれも金曜日 午前9時30分～11時	12人	1,950円	事前	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522					
ママ友も作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	12/1(金)・15(金) 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,100円		事前
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	12/1～22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)	12/1～22の毎週金曜日 午後8時30分～9時20分	20人	3,080円		
大人からはじめるクラシックバレエ・初級編(3日制) ◆16歳以上の女性	12/2・9・16 いずれも土曜日 午前9時30分～10時30分	16人	1,980円	事前	
日本棋院資格保持者が教える小学生囲碁教室(6日制) ◆小学生	12/3～30年1/21の毎週日曜日(12/24・31を除く) 午前10時～正午	10人	1,320円		
音楽に合わせてダンスエクササイズ ZUMBA(ズンバ)	12/3～24の毎週日曜日 午後4時～5時	各18人	1回 880円		
親子ヨガ ◆3カ月～1歳5カ月の子どもと母親	12/5(火)・19(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	12/6・13・20 いずれも水曜日 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,300円		
ノルディックウォーキングで荒川を歩こう教室(4日制)	12/6～27の毎週水曜日 午後1時30分～3時	20人	2,200円		
基礎から学ぶ空手教室(3日制) ◆5歳～小学生(保護者同伴)	12/6・13・20 いずれも水曜日 午後6時～7時	20人	1,770円	当日	
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	11/5(日) 午前9時～正午	10人	200円(小学生は初回・更新時のみ100円)		
気軽に始めるウクレレ A・B(2日制) ◆A:経験者 ◆B:初心者	11/11(土)・25(土) A:午後1時30分～3時 B:午後3時30分～5時	各15人	1,100円	事前	
新春を彩る和布で作るお花(3日制)	11/14・28、12/12 いずれも火曜日 午前10時～正午	16人	2,500円	当日	
佐野おもちゃの病院 ◆どなたでも	11/17(金) 午後1時～4時	10人	無料(場合により一部負担あり)		
プリザーブドフラワーを素敵にアレンジしましょう	11/21(火) 午前10時～正午	16人	3,200円		
ハンドメイドで交流サロン プーツのクリスマス飾り	11/21(火) 午前10時～正午	16人	300円	当日	
気軽に簡単指でごしごしパステルアート	11/21(火) 午後1時～3時	10人	700円	事前	
佐野写真サロン	11/25(土) 午前10時～正午	10人	100円	当日	
さのけん玉ひろば ◆どなたでも	11/25(土) 午後1時30分～4時	10人	無料	事前	
気分はソムリエ ワインを試そう「その味わいと香り」 ◆20歳以上の方	11/29(水) 午後2時～3時30分	16人	無料		
暮らしの中で楽しむいけ花	12/4(月) 午後2時～4時	10人	1,550円		
サロンde(で)脳カツ ◆おおむね50歳以上の方	12/6(水)・20(水) 午前10時30分～正午	各20人	1回 150円	事前	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551					
鹿浜ふれあいまつり ◆どなたでも	11/18(土)・19(日) 午前10時～午後4時	なし	無料	当日	
山崎製パン「パーティーサンドと雪だるまのケーキ」A・B ◆4歳～小学4年生と保護者	12/3(日) A:午前11時～午後0時30分 B:午後2時～3時30分	各12組	300円	事前	
第3回 小学生将棋大会 ◆小学生	12/3(日) 午後1時～5時	12人	200円	当日	
鹿浜うたごえサロン	12/6(水)・20(水) 午前10時～正午	各50人	1回 200円		
赤ちゃんおはなし会&ほのぼのサロン ◆2歳以下の子どもと保護者	12/7(木) 午前10時30分～11時30分	15組	無料		
メンズクラブ 家族でクリスマスパーティー ◆1歳以上の子どもと保護者	12/10(日) 午前10時～午後3時	20組	1,820円	事前	
ドキドキまなぼー カラフル白玉ポンチ作り ◆小学生	12/17(日) 午後2時～3時30分	15人	300円	事前	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551					
ママ友も作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	12/1(金)・15(金) 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,100円		

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					
ママ友も作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	12/1(金)・15(金) 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,100円	事前	
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	12/1～22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)	12/1～22の毎週金曜日 午後8時30分～9時20分	20人	3,080円		
大人からはじめるクラシックバレエ・初級編(3日制) ◆16歳以上の女性	12/2・9・16 いずれも土曜日 午前9時30分～10時30分	16人	1,980円	事前	
日本棋院資格保持者が教える小学生囲碁教室(6日制) ◆小学生	12/3～30年1/21の毎週日曜日(12/24・31を除く) 午前10時～正午	10人	1,320円		
音楽に合わせてダンスエクササイズ ZUMBA(ズンバ)	12/3～24の毎週日曜日 午後4時～5時	各18人	1回 880円		
親子ヨガ ◆3カ月～1歳5カ月の子どもと母親	12/5(火)・19(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	12/6・13・20 いずれも水曜日 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,300円		
ノルディックウォーキングで荒川を歩こう教室(4日制)	12/6～27の毎週水曜日 午後1時30分～3時	20人	2,200円		
基礎から学ぶ空手教室(3日制) ◆5歳～小学生(保護者同伴)	12/6・13・20 いずれも水曜日 午後6時～7時	20人	1,770円	当日	
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	11/5(日) 午前9時～正午	10人	200円(小学生は初回・更新時のみ100円)		
気軽に始めるウクレレ A・B(2日制) ◆A:経験者 ◆B:初心者	11/11(土)・25(土) A:午後1時30分～3時 B:午後3時30分～5時	各15人	1,100円	事前	
新春を彩る和布で作るお花(3日制)	11/14・28、12/12 いずれも火曜日 午前10時～正午	16人	2,500円	当日	
佐野おもちゃの病院 ◆どなたでも	11/17(金) 午後1時～4時	10人	無料(場合により一部負担あり)		
プリザーブドフラワーを素敵にアレンジしましょう	11/21(火) 午前10時～正午	16人	3,200円		
ハンドメイドで交流サロン プーツのクリスマス飾り	11/21(火) 午前10時～正午	16人	300円	当日	
気軽に簡単指でごしごしパステルアート	11/21(火) 午後1時～3時	10人	700円	事前	
佐野写真サロン	11/25(土) 午前10時～正午	10人	100円	当日	
さのけん玉ひろば ◆どなたでも	11/25(土) 午後1時30分～4時	10人	無料	事前	
気分はソムリエ ワインを試そう「その味わいと香り」 ◆20歳以上の方	11/29(水) 午後2時～3時30分	16人	無料		
暮らしの中で楽しむいけ花	12/4(月) 午後2時～4時	10人	1,550円		
サロンde(で)脳カツ ◆おおむね50歳以上の方	12/6(水)・20(水) 午前10時30分～正午	各20人	1回 150円	事前	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551					
鹿浜ふれあいまつり ◆どなたでも	11/18(土)・19(日) 午前10時～午後4時	なし	無料	当日	
山崎製パン「パーティーサンドと雪だるまのケーキ」A・B ◆4歳～小学4年生と保護者	12/3(日) A:午前11時～午後0時30分 B:午後2時～3時30分	各12組	300円	事前	
第3回 小学生将棋大会 ◆小学生	12/3(日) 午後1時～5時	12人	200円	当日	
鹿浜うたごえサロン	12/6(水)・20(水) 午前10時～正午	各50人	1回 200円		
赤ちゃんおはなし会&ほのぼのサロン ◆2歳以下の子どもと保護者	12/7(木) 午前10時30分～11時30分	15組	無料		
メンズクラブ 家族でクリスマスパーティー ◆1歳以上の子どもと保護者	12/10(日) 午前10時～午後3時	20組	1,820円	事前	
ドキドキまなぼー カラフル白玉ポンチ作り ◆小学生	12/17(日) 午後2時～3時30分	15人	300円	事前	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551					
ママ友も作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	12/1(金)・15(金) 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,100円		

広告

相続手続 * 戸籍謄本など各種必要書類の揃え方 * 遺言書

無料相談 電話予約 03-5681-3562 行政書士ナライ事務所 奈良井 達 足立区弘道1-31-15 東京都行政書士会(13081996)

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				
囲碁・将棋サロン ◆どなたでも	11/6・20・27 いずれも月曜日 午前10時～午後4時30分	各 12人	無料	当日
「おはじきサッカー」を楽しもう ◆練習会:11/11(土) 体験会:11/19(日) ◆体験会:どなたでも	練習会:11/11(土) 体験会:11/19(日) 午後2時～4時	各 12人	無料	事前
新田うたごえひろば ◆どなたでも	11/18(土) 午後1時～2時30分	30人	200円	当日
おもちゃの病院 ◆どなたでも	11/25(土) 午後1時～3時30分	20人	無料 (場合により一部負担あり)	当日
ハワイアンリボンで作る お正月飾り(2日制)	11/30(木)、12/7(木) 午前10時～正午	20人	3,100円	事前
鉄道サロン ◆どなたでも	12/3(日) 午前10時～午後5時	30人	無料	当日
プリザーブドフラワーを 素敵にアレンジしましょう	12/5(火) 午前10時～正午	20人	3,200円	事前
気楽にのびのびヨガ(2日制) ◆16歳以上の女性	12/6(水)・13(水) 午後7時30分～8時30分	20人	1,120円	
男の料理「フライパンで 作る魚のホイル焼き」ほか ◆おおむね60歳以上の男性	12/15(金) 午前10時30分～ 午後1時30分	16人	510円	
フライパンで作る ローストビーフと リースシフォンケーキ	12/16(土) 午前10時30分～ 午後1時30分	16人	1,860円	
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
竹の塚ウォーキング& ストレッチ	12/5～26の毎週火曜日 午前10時～11時30分	各 20人	1回 300円	当日 持
ニコニコサロン「楽しく本格 リトミック」A・B(4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	12/8～30年1/26の 第2・4金曜日 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	3,280円	事前
みんなで創ろう 鉄道ミュージアム ◆どなたでも	12/10(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 「やじろべえをつくろう」 ◆小・中学生	12/16(土) 午前10時～11時30分	15人	200円	事前
竹の塚童謡ひろば ◆どなたでも	12/26(火) 午後1時30分～3時	70人	500円	当日
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
健康マージャンサロン	11/1(水)・15(水) 午後5時30分～9時	各 16人	1回 200円	当日
中央本町将棋サロン	11/9(木) 午後6時～9時	16人	200円	
こども鉄道サロン ◆小学生以下の方	11/11(土)・12(日) 正午～午後3時	各 15人	無料	
おもちゃの病院 ◆どなたでも	11/19(日) 午後1時～4時	16人	無料 (場合により一部負担あり)	
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	11/25(土) 午前10時～11時30分	20人	1,300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	11/28(火)、12/12(火) 午前10時30分～正午	各 10組	1回 1,020円	
フライデーHIPHOP(ヒップ ホップ)レッスンA・B (8日制) ◆A:5歳～小学生 ◆B:小・中学生	12/1～30年1/26の毎週 金曜日(12/29を除く) A:午後3時55分～4時55分 B:午後5時～6時	各 30人	4,880円	
パーソナルカラー「センス アップ・色と形」(3日制) ◆16歳以上の女性	12/2・9・16 いずれも土曜日 午後1時～3時30分	10人	3,000円	
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
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	11/17～12/8の毎週 金曜日 午前10時～11時	12組	3,860円	事前
東和ふれあいまつり ◆どなたでも	11/19(日) 午前9時～午後5時	なし	無料	当日
西郷隆盛の一生 勝海舟と 竜馬との関わり(2日制)	11/22(水)・29(水) 午後1時30分～3時	20人	1,000円	事前
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
歌声ひろば	11/4(土) 午後1時～2時30分	50人	200円	当日
卓球ひろば ◆小学生以上の方 (小・中学生は保護者同伴)	11/6・20・27 いずれも月曜日 午後7時～8時30分	各 10人	1回150円 (小・中学生は1回80円)	事前
初心者のための太極拳ひろば	11/8(水)・22(水) 午後0時30分～1時15分	各 25人	1回 220円	当日
おやこのあそびば 「手作りフレームを飾ろう」 ◆3歳以下の子どもと保護者	11/15(水) 午前10時～11時30分	20組	350円	事前

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				
韓国語入門(7日制)	11/17～30年1/12の毎週金 曜日(12/29、30年1/5を除く) 午後3時30分～4時30分	20人	4,950円	事前
ベビーマッサージ(4日制) ◆2～11カ月の子どもと母親	11/29～12/20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	11/29～12/20の毎週 水曜日 午前11時30分～午後0時30分	12組	2,340円	
わくわくサイエンス教室 「シャカシャカライト」A・B ◆A:小学1・2年生(保護者同伴) ◆B:小学3～6年生	12/17(日) A:午後1時～2時30分 B:午後3時～4時30分	各 30人	500円	
わくわく子育て おうちえほん講座 ◆どなたでも	12/19(火) 午前10時30分～11時	15人	無料	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
花畑ふれあいまつり ◆どなたでも	11/4(土) 午前10時～午後4時 11/5(日) 午前9時30分～午後3時	なし	無料	当日
花畑の歴史探訪講座 「流山街道と縁(ゆかり)の寺院」 ※場所は西光寺(保木間4)など	11/11(土) 午後1時～4時	20人	無料	事前
高校演劇部によるおはなしの舞台 ◆どなたでも	11/11(土) 午後2時30分～3時15分	30人	無料	当日
中高生ビブリオバトル(観覧) ◆どなたでも	11/11(土) 午後3時30分～4時30分	30人	無料	
花畑エリア地域デビュー講座 「60歳代からのしごと編」 ◆おおむね50歳以上の方	11/15(水) 午前10時～11時30分	20人	無料	事前
親子で手作り味噌(みそ)教室A・B ◆A:2歳～就学前の子どもと保護者 ◆B:小学生と保護者	11/25(土) A:午前10時30分～正午 B:午後1時30分～3時	各 10組	1,480円	
花畑エリア地域デビュー講座 「そば打ちサークル体験編」 ◆おおむね50歳以上の方	11/28(火) 午前9時～正午	10人	500円	
絵本を使ってほっこり体験 「絵本セラピー」	11/28(火) 午後2時～3時30分	20人	無料	
生活を変える片付け術 「整理収納セミナー」	12/8(金) 午前10時30分～11時30分	30人	無料	
知って親しむ文学歴史塾 「宮沢賢治の世界」 ※場所は花畑記念庭園・桜花亭	12/16(土) 午後1時30分～3時30分	25人	無料	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
みんなの将棋ひろば ◆おおむね小学生以上の方	11/11(土) 午後1時30分～3時	20人	無料	当日
自分で仕込む 手作りみそ	11/14(火) 午前9時30分～正午	16人	1,670円	事前
子ども同伴可 心とカラダの ほぐし&引き締めヨガ	11/18(土) 午前10時30分～11時30分	15人	550円	
明治大学落語研究会 保塚寄席	11/18(土) 午後1時30分～2時30分	20人	無料	
保塚ベビーサロン 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	11/21(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	11/21(火) 午前11時～11時40分	10組	600円	
韓国語(ハングル)会話 サークル体験A・B(2日制) A:入門 B:初級	11/21(火)・28(火) A:午後2時30分～3時25分 B:午後3時30分～4時30分	各 15人	30円	
みんなの囲碁ひろば ◆おおむね小学生以上の方	11/25(土) 午後1時30分～3時	15人	無料	当日
親子で仕込む 手作りみそ ◆小学生と保護者	11/26(日) 午前9時30分～正午	12組	1,800円	事前
女性ホルモンを整える アロマオイルマッサージ	11/28(火) 午後1時30分～3時	10人	1,590円	
気分はソムリエ ワインの歴史と味わいを学ぶ ◆20歳以上の方	11/28(火) 午後7時～8時30分	16人	200円	
楽しく始めようキッズヒップ ホップサークル体験(4日制) ◆3歳～小学4年生	11/30～12/21の毎週 木曜日 午後3時45分～4時30分	30人	40円	
日曜日はパパママと楽しく 運動あそび ◆2・3歳の子どもと保護者	12/3(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	12/5(火) 午後1時30分～2時30分	20人	無料	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	12/6(水) 午後1時30分～2時20分	10組	560円	

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
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				
アクアエクササイズ	11/1～29の毎週水曜日 (11/22を除く) 午前11時20分～ 午後0時20分	各 30人	1回 660円	当日持
マスターズ水泳トレーニング ◆18歳以上の方	11/4(土) 午後5時～8時30分	25人	830円	
朝のショートレッスン	11/8～29の毎週水曜日 午前9時15分～10時	各 20人	1回 300円	
ナイト・ピラティス	11/10・17・24 いずれも金曜日 午後7時30分～8時30分	各 30人	1回 450円	
ZUMBA(ズンバ)	11/12・19・26 いずれも日曜日 午前10時30分～ 11時30分	各 30人	1回 650円	
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)	11/17(金) 午後3時30分～5時	20人	310円 (15歳以下の方は110円)	
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	12/8・15・22 いずれも金曜日 午後1時30分～2時30分	20人	1,740円	事前
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。				
水中のびのびストレッチ A・B	A:11/1～29の毎週水曜日 午後0時30分～0時45分 B:11/10・17・24 いずれも金曜日 午後7時30分～7時45分	なし	入場料 のみ	当日持
アクア・エクササイズ	11/7～28の毎週火曜日 午前11時30分～ 午後0時20分	各 30人	1回 600円	
サタデーナイト・アクア	11/25(土) 午後6時30分～7時20分	20人	600円	
小学生水慣れクラス(4日制) ◆泳げない小学生	12/5～26の毎週火曜日 午後5時30分～6時20分	10人	5,000円	事前
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
ゆっくりエアロ	11/1～29の毎週月・水・ 土・日曜日(11/11・13・ 15・26を除く) 午前9時30分～10時40分	各 50人 (水曜日は 各60人)	1回 500円	当日持
サーキットエアロ	11/1～29の毎週水曜日 (11/15を除く) 午前11時～午後0時10分	各 50人	1回 500円	
ZUMBA A・B	A:11/2～30の毎週 木曜日 午前9時30分～10時30分 B:11/4・11・25 いずれも土曜日 午後4時30分～5時30分	各 50人	1回 700円	
しっかりエアロ	11/4・18・25 いずれも土曜日 午前11時～午後0時10分	各 50人	1回 500円	

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				
ステップエアロ	11/5・12・19 いずれも日曜日 午前11時～午後0時10分	各 35人	1回 500円	当日持
ソフトピラティス	11/6・20・27 いずれも月曜日 午前11時～午後0時10分	各 40人	1回 500円	
ボクシングエクササイズ	11/6・20・27 いずれも月曜日 午後3時30分～4時40分	各 30人	1回 500円	
卓球教室A・B(10日制) A:初級 B:中級	12/19～30年3/20の 毎週火曜日(30年1/2・ 9・16、2/13を除く) 午後3時30分～5時30分	各 21人	9,100円	事前
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				
アクアエクササイズ	11/2・9・30 いずれも木曜日 午前11時20分～ 午後0時20分	各 30人	1回 660円	当日持
楽しく踊ろう ZUMBA	11/4・11・25 いずれも土曜日 午前10時30分～11時30分	各 9人	1回 810円	事前 [ネット不可]
水泳のための スキルアップレッスン	11/4(土)・11(土) 午後6時30分～7時20分	各 10人	1回 660円	当日持
50歳からの貯筋(ちょきん) 体操(金曜)A・B(4日制) ◆おおむね50歳以上の方	12/1～22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	1,800円	事前
子どもリトミック(水曜) A・B(3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	12/6・13・20 いずれも水曜日 A:午前10時～10時45分 B:午前11時～11時45分	各 12組	3,150円	
4歳から6歳児短期水泳教室 A・B(2日制) A:水慣れ B:浮きバタ足 ◆4歳～就学前の子ども	12/26(水)・27(水) 午前11時30分～ 午後0時20分	各 10人	1,860円	
短期水泳教室 呼吸付きクロール(2日制) ◆小学生	12/26(水)・27(水) 午後1時30分～2時20分	15人	1,860円	
平野運動場 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
グラウンドゴルフ広場	11/6(月)・20(月) 午前10時～11時30分	各 20人	1回 210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	11/8(水)・22(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	11/24(金) 午前10時30分～11時30分	20人	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

難解な雨漏りを即解決

雨漏り検査!

特殊検査液で雨漏りをピンポイント解明
修繕費の無駄はカット

地震による壁の亀裂補修等
何でもお気軽にお問合せ下さい

Tel 03-5876-5801

信頼と実績の
株式会社 サーベイ
〒125-0054
東京都葛飾区高砂 8-21-1

見積り無料
検査・修繕

インフルエンザが流行する前に
健診を受けましょう!

◆10月から「インフルエンザ
予防接種」が始まりました。
◆まだ健診を受けていない
方は、早めに受けましょう!

メタボ先生
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

めには見えない たくさんの
しぼう 自覚しよう 健診で

第十三中学校3年 成沢 佳悟

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>

足立区報道広報課からのお知らせ

広告募集中

足立区ホームページバナー広告

- 足立区公式ホームページのトップページの
アクセス件数は月平均約16万件(平成28年度)

掲載料 **20,000**円/月

デジタルサイネージ広告
(愛称:ビュー坊テレビ)

- 北千住エリア・綾瀬エリアで広告放映可能!

掲載料 北千住エリアで放映の場合
35,000円/月

足立区内事業者なら、半額の**17,500**円/月で掲載可!!

足立区 報道広報課 <くわしくは> 足立区 広告 検索

足立区中央本町1-17-1 電話番号:03-3880-5815

そこは、別世界。

花畑記念庭園・桜花亭

「紅葉ライトアップ」

11月18日～26日

午後5時30分～8時30分

※20日(月)を除く。天候により中止の場合あり。
小学生以下の方は保護者同伴

鑑賞料 300円

※小学生以下の方は無料。日中の入園はどなたでも無料

問い合わせ先

花畑記念庭園・桜花亭(花畑4-40-1)

☎3885-9795

アクセス:竹ノ塚駅東口から東武バス(花畑団地行)に乗り、「団地入口」下車徒歩3分など



※地図は簡略図

ワインや日本酒、
軽なおつまみなども
桜花亭カフェで販売

※11月20日(月)～22日(水)は休業

期間中、そのほか
様々なイベントを開催!
くわしくは桜花亭
ホームページへ!



10月31日～12月10日の間、
隣接の郷土博物館で
文化遺産調査企画展
を開催!

そのほか秋を感じる穴場スポット



山門からの景色は
絵画のような美しさ

伊興薬師寺(伊興5-4-3)
11月中旬～下旬が見ごろ



赤に染まる
メタセコイアの並木道

都立舎人公園
10月下旬～11月下旬が見ごろ
☎3857-2308

©公益財団法人東京都公園協会



日本式庭園に広がる
秋の風景

東淵江庭園(大谷田5-20-1)
10月下旬～11月下旬が見ごろ
☎3620-9393(郷土博物館)

この下は広告スペースです。内容については、各広告主にお問い合わせください。広告掲載のお問い合わせは、報道広報課へ ☎3880-5815

庭木1本からOKです!
早く、キレイに、お得にお手入れします!

庭木1本でも気軽に頼め、スピーディな対応で納得料金のお庭お手入れサービス会社「ガーデンエクスプレス」
☆庭木1本だけでもOKです! ☆土日でもOKです!
☆お茶等はいりません! ☆トイレはお借りしません!

株式会社ガーデンエクスプレス
東京東支店 03-5838-0117 **見積無料**
足立区入谷8-6-1 年中無休 営業時間:9時～17時
<http://www.gex4128.co.jp>

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。

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も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 奥庭亨一「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 **プレシヤス**
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