



2016年(平成28年)7月25日 第1738号

〒120-8510 足立区中央本町1-17-1
代表番号/3880-5111
区長へのファクス/3880-5678
区長へのメール/voice@city.adachi.tokyo.jp
足立区ホームページ

<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

区のホームページに夏のイベント特集を掲載中
夏はあだち 検索

あだち

広報

ひとり親家庭の子育てを応援しています。

サロンの木

豆の木

スタート

このロゴマークが目印の

ひとり親家庭の方への支援や交流を応援する事業「サロン豆の木」がスタート。今後、毎月第2・4土曜日にエル・ソフィアで交流会や親子で楽しめるイベントなどを開催します。■問い合わせ先=ひとり親家庭支援担当 ☎3880-5932

7/2オープニング企画「しずる・村上 純さん 愛と笑いのトークショー」を開催しました

ひとり親家庭で育った村上さんが子どものころの思い出や家族への思いを語りました。

母は産後けに明るかったのですが、テニスサークルに入って自分の生活を楽しんでいました。その姿を見て自分も「ひとり親家庭だから」と落ち込むことなく自然と明るくなった。今の道にもつながっていると思います。

参加者の声(抜粋)

- 子どものことを思うと苦しい気持ちもありますが、明るく元気にがんばろうと思えました。
- もっといろいろな立場の方のお話が聞きたいです。今後のサロンが楽しみです。

今後の日程など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

足立区出身の村上 純さん

ひとり親家庭の方向け 配信サービス「豆の木メール」

毎月第2・4水曜日の定期配信のほか、ひとり親家庭向けの手当の振込予定日や書類提出のお願いなどのお知らせも随時配信 ※登録・利用は無料。データ通信費は自己負担 ■登録方法=足立区あんしん子育てナビ(<http://adachi.city-hc.jp/>)で「ひとり親家庭応援豆の木メール」の配信を登録

登録はこちらから▲

マイナンバー通知カード(紙製)は28年9月末までに受け取ってください

不在などの理由で、区に返送されたマイナンバー通知カードの保管期限が迫っています。保管期限が経過した通知カードは廃棄処分となり、再交付には手数料(500円)がかかりますので、お早めにお受け取りください。

■保管期限=9月30日 ■受け取り場所=区役所別館 ■受け取り時間=平日、午前8時30分~午後4時30分/8月13日(土)・28日(日)、9月10日(土)・25日(日)、午前9時~午後3時30分 ※受け取りには本人確認書類が必要

マイナンバーカード(プラスチック製)の予約が交付会場でもできるようにになりました(要所)

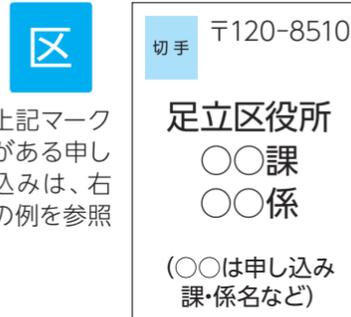
区から送付する交付通知書を持参し、交付会場へお越しください。 ■受付時間=平日、午前10時~午後4時30分

いずれも ■問い合わせ先=個人番号カード交付担当課 ☎3880-5698

■申込…申し込み方法 ■期限…申込期限
■場・申・問先…場所・申込先・問い合わせ先
※費用の記載がないものは無料

☎…電話番号 ☎…ファクス番号
🌐…ホームページアドレス
✉…Eメールアドレス

郵送申し込み記入例



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=8月8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

医師による乳児アレルギー予防教室

■日時等=表1 ■対象=アレルギーが心配な1歳未満の子どもの家族など ※保育の有無など、くわしくはお問い合わせください。

■定員=各30人(7月26日から先着順) ■申込=電話または窓口

表1 医師による乳児アレルギー予防教室日時等

Table with 2 columns: 場・申・問先 (保健センター・地域保健係) and 日時. Rows include locations like 江北, 千住, 竹の塚, 中央本町地域・保健総合支援課, and 東部.

中学校卒業程度認定試験

■日程=10月27日(木) ■場所=都・教職員研修センター(文京区本郷1-3-3) ■内容=文部科学省が行う中学校卒業程度の学力認定試験 ※合格者は高等学校の入学資格を取得 ■申込=願書を郵送 ※対象など、くわしくは受験案内を参照。願書・受験案内は都・教育庁義務教育課 小中学校係(新宿区西新宿2-8-1)で配布 ■申込期間=8月22日~9月9日消印有効 ■申先=文部科学省生涯学習推進課 〒100-8959千代田区霞が関3-2-2 ■問先=都・教育庁義務教育課 小中学校担当 ☎5320-6752 区・就学係 ☎3880-5969

土曜予防接種外来(9月・10月分)

■日時=9月17日(土)、10月15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=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 ■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 ※病児の診療は不可 ■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

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…8月25日(木)、午前10時30分~11時30分 ▷中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内)…8月26日(金)、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(7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

発達障がいについての保護者の学習会(ペアレントトレーニング)(7日制)

■日時=9月~12月の水曜日または金曜日(月2回程度)、午前10時~正午 ■対象=区内在住で、発達障がいのある小学生の保護者 ■内容=学齢期の発達障がいの特性や家庭での対応方法を学ぶ ■定員=16人(抽選) ■申込=電話または申込書を郵送・持参 ※申込書は障がい福祉センターあしすと発達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 ■期限=8月4日(木)必着 ■場・申・問先=発達支援係 ☎3880-5121

先=障がい福祉センターあしすと発達支援係 〒121-0816梅島3-31-19 ☎5681-0134

うめだ「子供の家」(私立保育園)の0歳児クラス園児募集

■入園時期=9月 ■募集人数=9人(新規) ■申込期間=受け付け中~8月15日 ※申し込み方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=入園第一係・第二係 ☎3880-5263

児童館の夏休み第2弾 障がいのある子もいない子も一緒に遊ぼう

■日時=8月3日(水)、午後1時30分~3時 ■対象=小学生以上の方 ■内容=障がいがあってもなくても一緒に過ごす時間を大切にしながら、大きなしゃぼん玉や水鉄砲などで遊びながら交流する ■定員=60人(7月26日から先着順) ■申込=電話または窓口 ■場・申・問先=鹿浜いきいき館 ☎3853-5071

健康・衛生

今年度スタート 糖尿病眼科健診

■対象=次のすべてに当てはまる方…区内在住/国民健康保険に加入している/受診年度の3月31日現在、45・50・55・60歳/前年度特定健康診査を受診しなかったなど ■場所=区内指定医療機関 ■内容=糖尿病の早期発見・治療と眼疾患早期発見のための健診(問診、矯正視力検査、屈折検査、細隙灯顕微鏡、眼圧検査、眼底検査) ※年度につき1回のみ受診可 ■申込=不要 ※対象者に区から糖尿病眼科健診受診券を送付。送付時期など、くわしくはお問い合わせください。 ■問先=健診保健サービス係 ☎3880-5121

休日接骨院当番所(8月分)

骨折や脱きゅう、ねんざ・打撲などの応急施術を当番制で行っています。

Table with 3 columns: 日程, 当番所名(所在地), 電話番号. Lists on-call clinics for various dates in August.

※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(8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。

Table with 3 columns: 日程, 場所, 時間. Lists blood donation events for August.

※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 ▷実施場所など…区・衛生管理係 ☎5272-3523 ☎3880-5891

放射線量の調査(雨天時を除く、平日)

Table with 2 rows: 日付(7/1~15) and 測定値(マイクロシーベルト/時). Shows radiation measurement data for July.

■計測場所=区役所前中央公園(地上から高さ50cm) ■問先=足立保健所生活衛生課 生活衛生係 ☎3880-5374

左記マークがある
申し込みは、
P2左上を参照

足立区ホームページアドレス
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

福祉・高齢医療

視覚障がいセミナー「目の不自由な方・見えにくい方のための体験会」

■日時=9月3日(土)、午後1時~4時 ※随時入退場可 ■対象=区内在住・在勤で目の不自由な方と家族など ■内容=ルーペやパソコンソフトなど便利な生活用具の紹介/専門業者によるiPhoneの使い方講座/盲導犬体験など ■申込=電話または住所、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

もの忘れ相談(8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 ■問先=地域包括ケアシステム推進担当 ☎3880-5885

表2 もの忘れ相談(8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	25(木)
入谷 ☎3855-6362	30(火)
はなはた ☎3883-0048	18(木)

生活でお困りの方はご相談ください

経済的に困りの方

■支援内容=病気で働けないなどの理由で、経済的に困っている方の生活保護制度などの相談

高齢の方

■支援内容=介護が必要なおおむね65歳以上の方を対象とした介護保険の要介護認定や介護保険以外の高齢者サービスの申請

ひとり親家庭の方

■支援内容=19歳以下の子どもがいる母子および父子家庭に、児童の修学資金や就学支度資金、転宅資金などの貸し付け、母子家庭に母子生活支援施設への入所などの相談や申請

女性の方

■支援内容=夫や親しい男性などからの暴力などで悩んでいる方の相談

家庭内の問題でお困りの方

■支援内容=子どもの養育や家族関係など、家庭内の問題の相談

出産費用にお困りの方

■支援内容=経済的な理由で、出産費用の支払いが困難な妊娠

7カ月以上の方に、事前申請で費用を助成する「入院助産制度」の相談 ※助産施設の認可を受けている産院の利用が必要。所得などの制限、所得に応じた費用負担あり。直接病院に支払う分娩用品費などは別途自己負担

—いずれも—

■問先=足立福祉事務所(表3)

表3 足立福祉事務所一覧

足立福祉事務所 各福祉課	電話・ ファクス番号
西部福祉課	☎3897-5013 ☎3856-7229
千住福祉課	☎3888-3142 ☎3888-5344
中部第一福祉課	☎3880-5875 ☎3880-5663 (8月1日以降 ☎6806-3017)
中部第二福祉課	☎3880-5419 ☎3880-5663 (8月1日以降 ☎6806-3093)
東部福祉課	☎3605-7129 ☎5697-6560
北部福祉課	☎5831-5797 ☎3860-5077

身体・知的障がいなどのある方

■支援内容=身体障害者手帳・愛の手帳の交付/障がい福祉サービスによるホームヘルパー派遣などの申請や相談/障がい者施設などへの入所や通所の相談/主に身体障害者手帳を持っている方への補装具費・自立支援医療(更生医療)・日常生活用具・住宅設備改善費の支給相談 ※中部援護第一係・第二係では手話通訳あり(毎週木曜日、午後1時~4時) ■問先=障がい福祉課 各援護係(表4)

表4 障がい福祉課 各援護係一覧

障がい福祉課 各援護係	電話・ ファクス番号
西部援護係	☎3897-5034 ☎3856-7229
千住援護係	☎3888-3146 ☎3888-5344
中部援護第一係	☎3880-5881 ☎3880-5663 (8月1日以降 ☎3880-5754)
中部援護第二係	☎3880-5882 ☎3880-5663 (8月1日以降 ☎3880-5754)
東部援護係	☎3605-7520 ☎5697-6560
北部援護係	☎5831-5799 ☎3860-5077

仕事・産業

子どもを持ち、再就職を希望する女性を支援

■対象=次のすべてに当てはまる女性…正社員もしくはフルタイムで仕事ができる環境にある/小学生~高校生程度の子どもの養育している/就職経験がある/求職中 ■内容=区委託事業者の契約社員として1~2カ月間の研修後、派遣先企業での就業体験を通じて正社員または長期雇用での就職をめざす ■就業期間=8月22日~29年1月20日 ※事前説明会あり。日程など、くわしくはお問い合わせください。 ■就業時間=▷研修…午前9時~午後6時(実働8時間) ▷就業体験…派遣先企業の実働時間による ■就業場所=北千住駅近辺の研修会場、都内または近郊の派遣先企業など ■報酬=▷研修時…時給1,000円 ▷派遣時…時給1,100円 ※交通費あり(上限あり) ■募集人数=20人(選考) ■申込=電話 ■申・問先=(株)シグマスタッフ(区委託事業者) ☎6806-1158 ■問先=区・就労支援係 ☎3880-5469

マンスリー就職面接会

業種・職種を問わない就職応援面接会

■日時=8月24日(水)、午後1時30分~4時 ■場所=ムーブ町屋(荒川区荒川7-50-9) ※保育あり(8月19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)

警備・建設・軽作業などのお仕事面接会

■日時=9月14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(9月9日(金)までに区・就労支援係へ要電話予約、6カ月~就学前の子ども、先着5人)

—いずれも—

※参加予定企業は10社 ■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=ハローワーク足立事業所第二部門 ☎3870-8895 区・就労支援係 ☎3880-5469 荒川区・就労支援係 ☎3800-8710

仕事・産業は、
4面に続きます

心身障害者医療費助成制度

■対象=次のすべてに当てはまる方…64歳以下で区に住居登録がある/身体障害者手帳1・2級(内部障害の方は3級まで)または愛の手帳1・2度/健康保険に加入 ※次のいずれかに当てはまる方は対象外…65歳以上で新規に手帳を取得/所得が基準額(表5)を超える(20歳未満の方は健康保険の被保険者または世帯主の所得が対象)/医療費が公費で賄われている施設に入所中/生活保護受給中/後期高齢者医療の被保険者で住民税が課税 ■内容=医療費の自己負担分の

一部または全額を助成(表6) ※差額ベッド代・オムツ代・文書料など、医療保険適用外のものには対象外 ■申込=次のすべてを持参…身体障害者手帳または愛の手帳/健康保険証/印鑑/住民税課税証明書(区に転入した方のみ。対象年度など、くわしくはお問い合わせください)

受給者証は9月1日に切り替え

■対象=心身障害者医療費助成を受けていて、9月1日以降も要件に当てはまる方 ■内容=8月下旬に新しい受給者証を郵送 ※簡易書留での郵送(郵送料実費負担)を希望する方は8月5日(金)までに電話またはファクスで連絡。所得基準額(表5)を超えた方には消滅通知を郵送

—いずれも—

■申・問先=障がい給付係 ☎3880-5472 ☎3880-5754

表5 心身障害者医療費助成 所得制限基準額

扶養人数	所得制限基準額 (8/31まで…26年中の所得 9/1 から…27年中の所得)
0人	360万4,000円
1人	398万4,000円
2人	436万4,000円

※以降、1人増えるごとに38万円加算

表6 心身障害者医療費助成 自己負担額等

自己負担割合		1カ月あたりの自己負担上限額
住民税課税者	外来(調剤・訪問看護・接骨院施術含む) 入院	1割 1万2,000円 4万4,400円
	外来(調剤・訪問看護・接骨院施術含む) 入院	負担なし

※入院時には1食につき260円の自己負担あり

■申込…申し込み方法 ■期限…申込期限
■場・申・問先…場所・申込先・問い合わせ先
※費用の記載がないものは無料

☎…電話番号 ☎…ファクス番号
🌐…ホームページアドレス
✉…Eメールアドレス

仕事・産業は、
3面からの続きです



仕事・産業

顧客を獲得できるチラシ、プレスリリース、写真撮影方法(3日制)

■日時=9月11日・18日・25日
※いずれも日曜日、午後1時～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ている方/起業して間もない方/経営者■内容=注文が入るチラシや魅力あるプレスリリース原稿の作成方法/売れる写真の撮り方など■定員=25人(7月26日から先着順)■費用=3,000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、「チラシ、プレスリリース、写真撮影方法」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

女性再就職支援セミナー+個別相談会

■日時=9月15日(木)、午前10時～正午■場所=シアター1010・11階ギャラリー■対象=求職活動中の女性■内容=自己理解と仕事の探し方■定員=▷セミナー…50人▷個別相談会…10人※いずれも7月26日から先着順。保育あり(9月1日(木)までに要予約、1歳～就学前の子ども、先着20人)■申込=電話■申・問先=東京しごとセンター・女性しごと応援テ

ラス ☎5211-2855
■問先=区・就労支援係 ☎3880-5469



人材募集

育児休業代替任期付職員(事務・Ⅲ類)

■対象=次のすべてに当てはまる方…日本国籍を有する/平成10年11月1日以前に生まれた/地方公務員法第16条の各号のいずれにも当てはまらない■勤務場所=区役所または出先事業所■勤務条件=1日7時間45分、平日、週38時間45分(変則勤務あり)※社会保険・有給休暇あり■任用期間=11月1日からおおむね6カ月～3年未満■給与=月額約17万3,500円※期末・退職手当などあり■募集人員=若干名■選考=▷1次…筆記、作文(9月3日(土))▷2次…面接(9月下旬予定)■申込=採用選考申込書、返信用封筒(長形3号、82円切手貼付、宛名を記入)を☎へ簡易書留で郵送または持参■採用選考申込書配布場所=人事課 人事係/区民事務所(戸籍住民課 窓口サービス係を除く)/中央図書館/総合スポーツセンター※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=8月25日(木)必着■申・問先=人事課 人事係 ☎3880-5831

特別区(東京23区)職員(身体障害者<Ⅲ類・事務>)

■受験資格等=次のすべてに当てはまる方…日本国籍を有する/身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている/昭和60年4月2日～平成11年4月1日生まれ/通常の勤務時間(1日7時間45分、週38時間45分)

に対応できる ※そのほかの資格・要件などは選考案内参照■採用予定人数=25人■第1次選考日=9月11日(日)■採用予定日=29年4月1日以降■選考案内・申込書配布場所=区役所1階総合案内/人事課 人事係/各区民事務所(戸籍住民課 窓口サービス係を除く)/中央図書館/総合スポーツセンター/足立福祉事務所各福祉課(区役所内を除く)/障がい福祉センターあしすと/特別区人事委員会事務局任用課■期限等=▷ホームページ…8月19日(金)▷申込書を郵送…8月17日(水)消印有効■申・問先=特別区人事委員会事務局任用課 〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1 ☎5210-9787
🌐http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm
■問先=区・人事係 ☎3880-5831

こんにちは赤ちゃん訪問指導員

■対象=区内または近隣在住で、64歳以下の健康な保健師または助産師の資格を有する方■勤務内容=3カ月以下の子どもと母親の健康などの訪問指導・相談など■募集人数=3人程度■選考=面接■申込=履歴書(様式自由、自筆、写真貼付)、資格免許証の写しを郵送または持参 ※応募書類は返却不可。報酬・勤務条件など、くわしくはお問い合わせください。■申・問先=保健センター(表1)

高齢者集合住宅の生活援助員

■対象=次のすべてに当てはまる方…区内在住/20～55歳/同居の親族がいる/常時在宅して生活援助などの業務ができる/住宅に困窮している/暴力団員でない/所得が都営住宅入居資格の基準以上(都営のみ)■勤務内容=区営シルバーピア東綾瀬(東綾瀬2-3)/都営千住関屋町アパート(千住関屋町17)/都営六月一丁目第4アパート(六月1-3)/都営西新井本町一丁目アパート(西新井本町1-7)の希望する住戸に家族と入居し、高齢者の日常生活相談や緊急時対応をする■謝礼=月額7万5,000円■募集人数=4人(選考)■採用予定時期=9月以降■申込=履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付)を☎へ簡易書留で郵送または持参 ※応募書類は返却不可

期限=8月5日(金)消印有効 ※家賃や選考方法など、くわしくはお問い合わせください。■申・問先=住宅課 住宅管理係 ☎3880-5938



暮らし・まちづくり

これから始めたい人の「子どもの居場所づくり」講座

■日時=8月20日(土)、午前10時～正午■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]や[子ども広場]など、子どもたちが誰かとつながりのびのび過ごせる地域の居場所づくりを実践者から学ぶ■定員=30人(7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住所、氏名、年齢、電話番号、Eメールアドレス、「子どもの居場所」をファクス■期限=8月18日(木)■申・問先=区民参画支援係 ☎3880-5020 ☎3880-0133

東京ディズニーリゾートにおけるユニバーサルデザインの取り組み

■日時=8月26日(金)、午後2時30分～4時45分■場所=区役所庁舎ホール■内容=(株)オリエンタルランドバリアフリープロデューサー・野口浩一氏による、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「ユニバーサルデザイン」の理念に基づいたまちづくりの講演■申込=不要 ※当日直接会場へ■問先=総務係 ☎3880-5821

あだちイクメン・イクジイフォトコンテスト

■内容=イクメンおよびイクジイ(子育てを楽しみ、積極的に育児にかかわる男性)の写真を募集 ※優秀作品は11月12日(土)の「女性フェスティバル2016あだち」で表彰し、記念品を贈呈。作品の使用権は区に属し、区のホームページやチラシなどで使用するほか、区の施設で展示予定■申込=ニックネーム、画像(5MB以下・未加工)、タイトル、アピールポイントをEメール ※1人1作品まで■期限=9月23日(金)■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222
✉plaza-koza@city.adachi.tokyo.jp

表1 保健センター一覧

保健センター	電話番号
千住(〒120-0036千住仲町19-3千住庁舎4階)	3888-4277
竹の塚(〒121-0822西竹の塚1-11-2エミールタワー竹の塚2階)	3855-5082
中央本町地域・保健総合支援課(〒120-0011中央本町1-5-3足立保健所内)	3880-5352
東部(〒120-0001大谷田3-11-13)	3606-4171

地域包括支援センター介護(予防)教室(8月・9月分)

申・問先(地域包括支援センター)	日時	内容等
千住西 ☎5244-0248	9/13(火)、午後2時～3時30分	残暑コンサート「聴いて歌って介護予防」 場所=地域包括支援センター千住西 定員=40人(先着順) 申込=電話
中川 ☎3605-4985	8/16(火)、午後2時～3時	講習会「知っておきたい病院にある相談窓口」 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
はなはた ☎3883-0048	8/25(木)、午前10時30分～正午	老い支度講座「シニアライフのための年金活用」 場所=花畑地域学習センター 定員=30人(先着順) 申込=電話
日の出 ☎3870-1184	①8/9(火) ②8/23(火)、いずれも午後1時30分～3時	①脳を鍛えて認知症予防「旅行計画を立てよう」 ②脳を鍛えて認知症予防「しゃかい」 場所=①総合ポ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(先着順) 申込=電話
本木関原 ☎5845-3330	8/18(木)、午後1時30分～3時	講演会「認知症予防について」 場所=まちづくり工房(関原の森内) 申込=不要 ※当日直接会場へ

※先着順は7月26日から受け付け開始(月～土曜日、午前9時～午後5時)

「あだちはじめてえほん」の引き換えはお済みですか

■対象=1歳6カ月児健診受診対象の子どもと保護者■内容=3冊の絵本の中から1冊をプレゼント■引き換え期間=受診指定月から1年間 ※引き換え場所など、くわしくはお問い合わせください。■問先=中央図書館 子ども読書推進係 ☎5813-3745

左記マークがある
申し込みは、
P2左上を参照

足立区ホームページアドレス
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

都市計画の告示

風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律の改正に伴う都市計画の変更

▷東京都市計画地区計画の変更
■対象の地区計画=舎人四丁目地区地区計画/竹ノ塚駅西口地区地区計画/高野地区地区計画/花畑北部地区地区計画/新田地区地区計画/六町地区地区計画/上沼田南地区地区計画/西新井駅西口周辺地区地区計画/保塚町地区地区計画/中川一丁目南地区地区計画/足立北部地域舎人・古千谷本町地区地区計画/江北駅周辺地区地区計画/千住三丁目地区地区計画/江北三・四丁目地区地区計画/千住大橋駅周辺地区地区計画/千住旭町地区地区計画/花畑五丁目地区地区計画

東京都市計画防災街区整備地区計画の変更

■対象の防災街区整備地区計画=足立一・二・三・四丁目地区防災街区整備地区計画/関原一丁目地区防災街区整備地区計画/西新井駅西口周辺地区防災街区整備地区計

画/千住仲町地区防災街区整備地区計画

東京都市計画沿道地区計画の変更

■対象の沿道地区計画=国道4号A地区(日光街道)沿道地区計画/足立区環状七号線B地区沿道地区計画/足立区環状七号線C地区沿道地区計画/足立区環状七号線D地区沿道地区計画

そのほかの都市計画の変更

▷東京都市計画地区計画の変更
■対象の地区計画=足立北部地域西伊興地区地区計画

東京都市計画公園の変更

■区域=伊興五丁目地内
——いずれも——

■告示日=7月11日(月) ※区のホームページでも閲覧可。地区計画の対象地域など、くわしくはお問い合わせください。■縦覧場所・問先=都市計画係 ☎3880-5280

地区計画原案の縦覧(作成前の案の公表)

■内容等=東京都市計画地区計画保塚町地区地区計画の変更/東京都市計画地区計画足立東部地域神

明南地区地区計画の変更 ※地区計画の対象地域など、くわしくはお問い合わせください。■告示日=7月29日(金)■縦覧期間=7月29日~8月12日 ※区のホームページでも閲覧可■意見書提出期間=7月29日~8月19日■縦覧場所・意見書提出・問先=都市計画係 ☎3880-5280

夏休み期間中 学校プールを一部開放

■日時等=表3 ■内容=夏休みの期間を利用して、学校プール施設を一部開放 ※個人利用のみ。オムツの取れていない子どもは不可。小学3年生以下の方は高校生以上の保護者の同伴が必要(保護

者1人につき2人まで) ■申込=不要 ※当日直接会場へ■問先=振興係 ☎3880-5826

小・中学生のための月の写真コンテスト

■対象=小・中学生■内容=[月と風景]をテーマにした写真を募集 ※本人が撮影したものに限り。応募写真はギャラクシティのホームページ(<http://galaxcity.jp/>)で公開。応募方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。■期限=8月31日(水)■問先=青少年教育担当 ☎3880-5273

暮らし・まちづくりは、6面に続きます

表3 学校プールの一部開放日時等

場所(小学校)	管理するクラブ	日時	対象
青井	NACKクラブ	8/1~8 午後1時30分~3時30分	3歳以上の方
梅島	U&Jクラブ	8/2~9 午後2時~4時	小学生以上の方
興本	興本倶楽部	8/17~22 午後1時~3時	3歳以上の方
鹿浜五色桜	SSKクラブ	8/6・7 午前10時~正午/午後1時~3時	
鹿浜第一	SSKクラブ	7/23・24	4歳以上の方
島根	SUK ² クラブ	8/5~7 午後1時~3時	
千寿桜	NPO千住ウエスト	8/6~11	3歳以上の方
千寿常東	JOTOクラブ	8/4~10 午後2時~4時	
千寿双葉	NPO千住ウエスト	8/1~5 午後1時~3時	
舎人第一	KITクラブ21	8/3~11 午後2時~4時	

審議会等の公開(8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
区民評価委員会(一般事務事業見直し分科会)	2(火)	午後1時~5時	区役所	財政課 財政担当 ☎3880-5814
足立区建築審査会	3(水)	午後2時30分~4時30分		建築調整課 用途照会係 ☎3880-5943
足立区区民評価委員会(第3回全体会)	22(月)	午前9時30分~正午		政策経営課 経営管理担当 ☎3880-5811
足立区青少年問題協議会	23(火)	午前10時~11時30分		青少年課 管理調整係 ☎3880-5264
足立区地域包括ケアシステム推進会議第2回医療・介護連携推進部会	24(水)	午後2時~4時	地域包括ケアシステム推進担当 ☎3880-5885	
足立区男女共同参画推進委員会	29(月)		エル・ソフィア	区民参画推進課 男女共同参画推進係 ☎3880-5222
足立区区民評価委員会(第4回全体会)	31(水)	午後2時~5時	区役所	政策経営課 経営管理担当 ☎3880-5811

宿泊施設インフォメーション(10月分)

鋸南自然の家、日光林間学園(区・宿泊施設)

■利用日等=表2 ■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=8月1日~10日消印有効 ※8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、9月1日から利用希望日の3日前までに電話予約

表2 宿泊施設利用日等(10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・8・9・15・22・29	平日、午前9時~午後5時
日光林間学園(予約専用) ☎0288-53-3681		

*学校などの利用により、空室が少ない場合や体育館が使用できない場合あり。くわしくは、各施設にお問い合わせください。

足立 エンタメ インフォ

サスペンス・コメディ「一人二役」

■日時=10月7日(金)、午後5時開演/10月8日(土)、正午・午後5時開演/10月9日(日)・10日(祝)、正午開演 ※各30分前開場 ■場所=シアター1010・11階劇場 ■内容=ウソの笑顔に隠された人間の欲望を大地真央、森公美子らが演じる、予測不可能のサスペンス・コメディ ■定員=各701人(▷電話・ホームページ…8月6日から先着順 ▷窓口…8月8日から先着順) ■費用=1万円 ※フレンズ会員は9,000円。就学前の子どもは入場不可。全席指定 ■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://t1010.jp/>

横山幸雄の「まるごとベートーヴェン」 みんなで歌おう 歓喜の歌

■日時=10月15日(土)、午後2時開演 ※午後1時30分開場 ■内容=ピアニストの横山幸雄がベートーヴェンの楽曲を分かりやすく解説し、管弦楽団と共に演奏(交響曲第5番「運命」第1楽章、ピアノ・ソナタ「月光」第1楽章、交響曲第9番より「歓喜の歌」ほか) ■定員=902人(先着順) ■費用=3,000円 ※友の会会員は2,000円。区内在住・在勤・在学の方は2,500円。高校生以下の方は1,500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
——いずれも——
■場所=西新井文化ホール ■問先=ギャラクシティ ㊟ <http://galaxcity.jp/>

歓喜の演vol.15 狂言発表会

■日時=8月19日(金)、午後2時/午後7時開演 ※各30分前開場 ■内容=山下芳子指導の区民公募による狂言の中間発表会(「泰山府君」、「盃」、「雪山」ほか) ■定員=各902人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ
☎5242-8161

特別障害者手当(国制度)などの振り込み

■内容=特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当(経過措置)の5月~7月分を、届け出先の口座へ8月1日ごろに振り込み ※2カ月以上入院または施設入所した場合は要連絡 ■問先=障がい給付係 ☎3880-5472

6

お知らせ・情報コーナー

凡例

■申込…申し込み方法 ■期限…申込期限
■場・申・問先…場所・申込先・問い合わせ先
※費用の記載がないものは無料

☎…電話番号 ☎…ファクス番号
🌐…ホームページアドレス
✉…Eメールアドレス

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

消費生活啓発員「くらしの
おたすけ隊」養成講座(3日制)

■日時=8月24日(休)、9月6日(休)・
30日(金)、午後1時20分~4時30分
■場所=エル・ソフィア ■対象=
区内在住・在勤・在学で、消費者
センターと地域をつなぐ啓発員と
して活動できる方 ■内容=契約の
基礎知識や食の安全と表示などの

講演/啓発プランの作成・発表
定員=30人(7月26日から先着順)
■申込=電話または氏名、電話番
号、「くらしのおたすけ隊」をファ
クス ■申・問先=消費者センター
☎3880-5385 ☎3880-0133

インターネット入札による
建物付区有地の停止条件付
売却

■内容等=▷物件番号…2 ▷所
在地番…栃木県鹿沼市板荷字上
新田1106番2外 ▷土地面積…
48,295.95㎡(公簿) ▷建物面積…
3,215.13㎡ ▷最低売却価格…
4,960万円(合計) ※建物の売却価

格には別途消費税が発生 ■案内書
配布期間=7月19日~8月4日 ■参
加申込期間=7月19日、午後1時~8
月4日、午後2時 ■入札期間=8月19
日、午後1時~26日、午後1時 ■開札
日=8月26日(金) ※ヤフー(株)が運営
するシステムを利用した建物付区有
地の停止条件付売却。申し込み方法
など、くわしくは区のホームページま
たはYahoo! JAPANの官公庁オー
クションホームページ(http://koubai.

auctions.yahoo.co.jp/) をご覧に
なるか、お問い合わせください。
▷旧定立区野外レクリエーション
センター現地見学会
■日時=8月2日(火)、午前11時30
分開始/午後1時開始 ※当日以
外の施設内見学不可 ■申込=電話
■期限=8月1日(月)、午後1時
—いずれも—
■申・問先=用地事業係
☎3880-5842



東京藝術大学の催し

熊本大震災チャリティ
東京藝術大学アウトリーチ・コンサート「オークラウロの響き」

■日時=9月3日(土)、午後1時~2時
■場所=興本地域学習センター
対象=区内在住・在勤・在学で小学
生以上の方 ■内容=尺八とフル
ートの魅力を併せ持つ楽器・オー
クラウロとギターのデュオコンサ
ート ■定員=60人(抽選) ■申込=住
所、氏名、電話番号、参加人数(4人
1-25-1 ☎050-5525-2744
大学連携の問い合わせ先=区・大学連携担当 ☎3880-5840

来て見て話してITサロン(8月・9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(8月・9月分)日程等

場・問先	日程
生涯学習センター ☎5813-3730	8/10・17・24、9/7・14・21・28 いずれも水曜日
伊興 ☎3857-6537	8/13・20、9/10・17 いずれも土曜日
梅田 ☎3880-5322	8/7(日)・20(土)、9/4(日)・17(土)
興本 ☎3889-0370	8/14・28、9/11・25 いずれも日曜日
佐野 ☎3628-3273	8/6・20、9/3・17 いずれも土曜日
鹿浜 ☎3857-6551	8/2(火)・21(日)、9/18(日)
新田 ☎3912-3931	8/6(土)・14(日)、9/3(土)・18(日)
竹の塚 ☎3850-3107	8/6(土)・12(金)・18(木)、9/3(土)・9(金)・15(木)
中央本町 ☎3852-1431	8/13・27、9/10・24 いずれも土曜日
倉人 ☎3857-0008	8/4(木)・16(火)・27(土)、9/1(木)・24(土)
花畑 ☎3850-2618	8/19(金)、9/3(土)・16(金)
保塚 ☎3858-1502	8/11(金)・25(木)、9/8(木)

トランペット奏者 山崎千裕さん

足立区から世界のステージへ

様々な分野でプロをめざすエンターテイナーを支援する「エンターテインメントチャレンジャー支援事業(えんチャレ)」その第1期生であるトランペット奏者の山崎千裕さんに、プロとして活躍するようになった現在までの道のりを伺いました。



プロフィール

山崎千裕(やまざき ちひろ)
伊興中学校出身。東京藝術大学音楽
学部卒業。2010年に山崎千裕+
ROUTE14bandを結成し、「えんチャ
レ」に参加。2016年に全国ホールツ
アーが決定するなど、国内外で活躍中。

トランペットとの偶然の出会い

トランペットを始めたのは伊興中
学校の吹奏楽部に入部してから。
希望したフルートは指が届かず、
悩んだ末にトランペットを選択し
たのですが、その華やかな魅力に
心ひかれていきました。

その後、進学した東京藝術大学
音楽学部附属音楽高等学校では、
全国から集まった40人の同級生
のうち、トランペット専攻だっ
たのは私を含めてたったの2人。
周囲の意識の高さに刺激されな
がら、自分の演奏に真正面から
向き合う3年間でした。大学時代
にはお客様の前で演奏する機会
が増え、音楽の楽しさを再認識
しましたね。

えんチャレで大きく前進

大学卒業後は迷わずプロの道
を選びました。バンドを結成した

2010年にえんチャレの存在を知
り、「足立区から世界に羽ばたき
たい」という思いで挑戦。区の支
援で東京芸術センターの天空劇
場を独占しての練習はとてつ無
限なものでした。

今ではコンサートを開催する機
会も増え、足立区の皆さんに音
楽を届けられる喜びを感じてい
ます。今年はいんチャレの縁で
出会った足立区文化芸術劇場「シ
アター1010」のご協力もあり、
初の全国ホールツアーも決まり
ました。



▲アメリカテキサス州のツアー時の様子(2014年)

今後の展望は、すでにツアーを
行ったアメリカだけでなく、アジ
アも含めた世界進出。でも、ど
んなに遠くへ行っても、私を人
として、演奏家として育ててく
れた足立区が礎にあることは変
わりありません。

えんチャレ参加者募集!

将来メジャーでの活躍をめ
ざす若手アーティストを募集し
ます。■募集期間=7月25日~
8月19日 ■選考=▷1次…書
類 ▷2次…実演(9月7日(水)
を予定) ※申込条件など、く
わしくは区のホームページを
ご覧になるか、お問い合わせ
ください。 ■申込=申込書類
を持参 ※申込書類は区のホ
ームページからダウンロード
可 ■申・問先=地域文化課 調
整係 ☎3880-5985

催し物は、
7面からの続きです

催し物

「わたしの街の
ビューティフルガーデン」展

■日時=8月5日、正午～15日、午後3時
■場所=区役所1階区民ロビー
■内容=区内で見つけた、花と緑でまちを彩るきれいな庭先の写真パネルを展示
■申込=不要
※当日直接会場へ
■問先=みどり事業係 ☎3880-5919

親子体験キャンプ

■日時=8月28日(日)、午前10時～午後4時
■場所=舎人公園キャンプ場
■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(7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

夏休み特別講座「親子で天体望遠鏡を作ろう」

■日時=8月7日(日)、午前10時～正午
■対象=区内在住・在学で5歳以上の子どもと保護者
■内容=夏の星座を観察する天体望遠鏡を

作り、地球環境・宇宙について学ぶ
■定員=20組(2人1組。抽選)
■費用=2,500円 ■申込=電話・窓口または住所、氏名(フリガナ)、子どもの名前・学年(年齢)、電話番号、「天体望遠鏡作り」をファクスまたはハガキで送付
■期限=7月31日(日)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

官公庁

被災建築物応急危険度判定員の養成講習会

■日時=10月14日(金)・25日(火)、午後1時40分～5時
■場所=東京都庁第一本庁舎(新宿区西新宿2-8-1)
■対象=都内在住・在勤で建築士(1級・2級・木造のいずれか)の資格を有する方
■定員=各500人(先着順)
■申込=ホームページまたは申込書を郵送・持参
※申込書は区・建築安全課で配布するほか、東京建築士会ホームページ、都・都市整備局ホームページからもダウンロード可
■期限=9月26日(月)必着
■申・問先=一般社団法人東京建築士会 〒104-6204中央区晴海1-8-12晴海トリトンスクエアオフィスタワーZ棟4階 ☎3536-7711

🌐http://www.tokyokenchikushikai.or.jp/info/hantei.html

■問先=都・都市整備局建築企画課 ☎5388-3362

🌐http://www.taishin.metro.tokyo.jp/expert/recruitment/

区民のひろば

=催し物=

☆ウィンドクルーオーケストラサマーコンサート2016 8月14日(日)、午後1時30分開演 ※午後0時50分開場/西新井文化ホール/ドラゴンクエスト、ルパン三世など。全席自由/無料/当日直接会場へ/ウィンドクルーオーケストラ・黒田 ☎080-9446-3269

☆唱歌・童謡の歴史を歌と共に学ぶ 8月22日(月)・29日(月)、午後2時～4時/生涯学習センター/45歳以上の方対象/CD・テレビなどで活躍する声楽家佐藤姉妹による指導。初心者歓迎/40人/2,200円/電話/7月31日(日)期限
森田 ☎090-3685-5692
都築 ☎090-1733-9661



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(8月・9月分)

講座の予約はインターネットからでもできます

講座の予約はインターネットからでも可能です(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。

【講座予約システム】

http://www.city.adachi.tokyo.jp/bunka/kouzasisutemu.html

講座の申し込み共通事項

受け付け開始日=7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時で受け付け可
《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…窓口、電話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8月20日(日)、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、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				
学びっこフェスタ「親子居場所&元気っこ広場」 ◆どなたでも	8/7(日) 午前10時～午後4時	なし	無料	当日
ママと子の映画上映会「I LOVE(アイラブ)スノーピー」 ◆就学前の子どもと母親(小学生以下のきょうだい同伴可)	8/7(日) 午前10時30分～正午	100組	無料	事前
心を鍛える伝統文化体験 禅・茶・食 ◆5歳～小学生と保護者	8/9(火) 午前10時～午後3時 ※場所は千葉県市川市(北総線矢切駅集合)	40人	1,500円	事前

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				
大人の仕事拝見 アツと驚くコンクリートおもしろ話 ◆小学生	8/10(水) 午後2時30分～4時	40人	無料	事前
12面もチェック 自分だけのアンモナイトをつくろう ◆小学生	8/16(火) 午前10時～11時30分	30人	1,300円	
夏休み科学実験「コップでスピーカー作り」 ◆小学生(小学3年生以下の方は保護者同伴)	8/20(土) 午後1時～3時	20人	900円	
ふしぎ、たのし、パントマイム in(イン)学びピアコンサート ◆どなたでも(小学3年生以下の方は保護者同伴)	9/4(日) 午後2時～3時	200人	1,500円(小・中学生は1,000円、5歳以下の子どもは無料)	
高齢者のためのゆっくりパソコン(入門編)(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	9/5(月)～9(金) 午前10時～正午	20人	8,500円	
シニア元気大学 加齢に負けない体作りと街歩き(4日制) ◆おおむね65歳以上の方	9/5(月)・13(水)・19(祝)・26(月) 午後2時～3時(9/5・19は午後4時終了)	30人	2,040円	
カムバック青春 ディスコダンスコミュニティ ◆おおむね50歳以上の方	9/9(金) 午後6時30分～9時	70人	600円	
山階鳥類研究所連携アホドリ保全研究の最前線	9/11(日) 午後2時～4時	60人	無料	
文教大学連携 2020年を支えるボランティア活動とは ◆中学生以上の方	9/18(日) 午後2時～3時30分	40人	無料	
ママのための子育てえいご(6日制) ◆4カ月～1歳未満の子どもと母親	9/20～10/25の毎週火曜日 午前10時～10時50分	10組	3,600円	
★声を出して読む「徒然草」73段～141段(3日制)	9/1・15・29 いずれも木曜日 午後2時～4時	50人	1,500円	📧8/18必着
★行ってみたい「中世京都」歴史入門講座(4日制)	9/3(土)・10(日)・17(土)・25(日) 午後2時～4時	50人	2,000円	📧8/19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				
夏休み工作 はぎれで作るブローチ ◆小学生	8/8(月) 午前10時～正午	18人	400円	事前
1歳児の親子リトミック ◆1歳の子どもと保護者	8/9(火) 午前11時～11時40分	10組	440円	当日
こどもクラシックパレエサークル体験A・B(2日制) ◆A:3歳～小学1年生 ◆B:小学2～5年生	8/22(月)・29(月) A:午後6時20分～7時10分 B:午後7時10分～8時10分	各15人	20円	事前

7月26日(火)、午前9時から受け付け開始(一部を除く)

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 ※インターネットの受け付けは午後1時から

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				
夏の夜の怪談と琵琶(びわ)の音色 ◆どなたでも(中学生以下の方は保護者同伴)	8/27(土) 午後5時～6時30分	50人	無料	事前
写真サロン	9/4(日) 午前10時～正午	10人	無料	
こども体操(7日制) ◆小学生	9/6～10/25の毎週水曜日(9/20を除く)午後4時40分～5時40分	45人	2,310円	
心と体を育てる親子体操(7日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	9/7～10/19の毎週水曜日 午前10時～11時	15組	3,920円	
シェイプアップエクササイズ(7日制)	9/7～10/19の毎週水曜日 午前10時～11時30分	60人	3,080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				
コンサート 名曲を楽しく知るピアノ&ヴァイオリン	8/20(土) 午後7時～8時30分	80人	1,000円	事前
目指せ航空少年フライトシミュレータ体験会 ◆小学4年生～中学生と保護者	8/21(日) 午前10時30分～11時30分 ※場所は(一財)航空振興財団訓練事業センター(大田区羽田空港1-1-2)	10組	3,000円	
ころばぬ体操(7日制) ◆60歳以上の方	9/7～10/19の毎週水曜日 午前9時30分～10時30分	15人	3,850円	
ヘルシーディナー お肉とキノコの料理	9/7(水)・21(水) 午後7時～9時	各20人	1回1,500円(2回参加は2,900円)	
わいわいエアロビクス(7日制)	9/10～10/22の毎週土曜日 午前9時30分～10時40分	30人	3,080円	
パパと体操(4日制) ◆2～4歳の子どもと父親	9/10～10/22の毎週土曜日(9/17、10/1・8を除く) 午前11時～正午	15組	2,240円	
親子でABC A・B(5日制) ◆A:3カ月～1歳以下の子どもと保護者 ◆B:2・3歳の子どもと保護者	9/15～10/20の毎週木曜日(9/22を除く) A:午前10時～10時50分 B:午前11時10分～正午	各15組	3,750円	
手早くおいしいまかない料理 手羽とかぶの香味ソースほか	9/16(金) 午前10時30分～午後1時30分	24人	1,400円	
アロマで紫外線ケアカオリンパック作り ◆16歳以上の女性	9/27(火) 午後7時～8時30分	10人	1,460円	
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
はじめての色えんぴつ画教室(2日制)	8/20(土)・27(土) 午後2時～4時	10人	2,440円	事前
古典に親しむ(2日制)	9/1(木)・8(木) 午後2時～4時	20人	無料	
大人のためのきれいな字の書き方「漢字編」(5日制) 託児:6カ月～3歳の子ども	9/2～30の毎週金曜日 午後1時30分～3時	12人(託児付き4人)	3,250円(託児付き5,800円)	
体験で地域とつながる防災講座 ◆小学生以上の方(小学生は保護者同伴)	9/4(日) 午後1時30分～3時30分	28人	無料	
簡単だから続けられるセルフボディメンテナンス(3日制) ◆16歳以上の女性 託児:6カ月～3歳の子ども	9/5・12・26 いずれも月曜日 午後1時～2時	10人(託児付き4人)	1,530円(託児付き3,060円)	
明るくいそぎスポーツ吹き矢A(4日制)	9/5～26の毎週月曜日 午後1時30分～3時30分	25人	2,190円	
書道教室「きれいな字を身につけよう」A・B ◆小学生	9/6(火) A:午後4時15分～5時5分 B:午後5時15分～6時5分	各6人	700円	
ネイティブ講師による気楽に学べる英会話教室A・B(10日制)	9/6～11/15の毎週火曜日(9/20を除く) A:午後6時30分～7時30分 B:午後7時50分～8時50分	各10人	15,000円	
明るくいそぎスポーツ吹き矢B(3日制)	9/7・14・28 いずれも水曜日 午後1時30分～3時30分	25人	1,750円	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3840-5163				
花壇づくりサロンin(イン)江北	9/8(木) 午前10時～11時 ※場所は江北3	10人	無料	事前
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
大学生による夏休み工作色が変わる液晶キーホルダー ◆小学生	8/6(土) 午前10時30分～正午	15人	無料	事前
ストローでおもしろ工作体験 ◆小学生	8/7(日) 午後2時～4時	30人	無料	
心と身体のバランスを整えるチベット体操	8/9(火) 午後1時30分～2時30分	16人	300円	当日持
読書感想文講座 本の選び方・書き方のコツを学ぼうA・B ◆A:小学1～3年生 ◆B:小学4～6年生	8/12(金) A:午前10時30分～正午 B:午後1時30分～3時	各10人	無料	事前
気軽に始めるウクレレA・B(2日制) A:経験者コース B:初心者コース	8/13(土)・27(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	
むかしの鉄道写真展 ◆どなたでも	8/14(日) 午前11時～午後3時30分	なし	無料	当日
むかしの足立の歴史・文化を知ろう! 郷土博物館見学 ◆小学生	8/20(土) 午前10時～正午 ※場所は郷土博物館	16人	無料	事前

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
佐野写真サロン	8/27(土) 午前10時～正午	10人	100円	当日
マイベビーのためのオリジナル布絵本を作ろう	8/27(土) 午後1時～4時	20人	500円	事前
アロマで美白カオリンパックでシミケア ◆16歳以上の女性	8/30(火) 午後1時30分～3時	12人	1,450円	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
元気いきいき体操(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	9/1～10/20の毎週木曜日(9/8・22、10/13を除く) 午前10時～11時30分	20人	2,550円	事前
親子で楽しくベビーヨガ&マッサージオイル編(5日制) ◆2カ月～1歳未満の子どもと母親	9/6～10/4の毎週火曜日 午前10時～11時	15組	3,200円	
2歳からの親子体操 鉄棒・フープ編(7日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	9/9～10/21の毎週金曜日 午前10時～11時	10組	4,620円	
寄り道サロン ふんわり癒しのパステルなごみアート体験	9/9(金) 午後1時～3時	8人	1,310円	
4歳からのちびっこ体操 マット・跳び箱編(7日制) ◆4歳～就学前の子ども	9/9～10/21の毎週金曜日 午後3時30分～4時30分	20人	3,080円	
小学生からのこども体操 マット・跳び箱編(7日制) ◆小学生	9/9～10/21の毎週金曜日 午後4時40分～5時40分	20人	3,080円	
鹿浜寄席 ◆小学生以上の方	9/11(日) 午後2時～3時30分	20人	1,000円(小・中学生は500円)	当日
ボディシェイプ(6日制) ◆16歳以上の女性 託児:1歳6カ月～3歳の子ども	9/26～11/7の毎週月曜日(10/10を除く) 午前10時15分～11時45分	16人(託児3人)	3,060円(託児付き5,100円)	事前
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
鉄道サロン ◆どなたでも	8/7(日) 午前10時～午後5時	30人	無料	当日
新田うたごえひろば	8/20(土) 午後2時～3時	20人	100円	
簡単かわいいうさぎの小びんスイーツデコを作ろう ◆小学生以上の方(小学3年生以下の方は保護者同伴)	8/21(日) 午後1時30分～3時	15人	1,400円	事前
「おはじきサッカー」練習会 ◆どなたでも	8/21(日) 午後2時～4時	12人	無料	
クラブプリマサークル体験A・B(2日制) ◆A:3歳～小学1年生 ◆B:小学2～6年生	8/22(月)・29(月) A:午後3時30分～4時45分 B:午後4時45分～6時	各20人	20円	
新田名曲コンサート「二重唱(奏)のたのしみ」 ◆どなたでも	8/28(日) 午後1時～3時	50人	1,000円	事前 [ネット不可]
こども科学実験「風に向かって走る車を作ろう」 ◆小学生	8/28(日) 午後2時～3時30分	20人	300円	事前
秋に向けての準備 蓮(はず)と挽(ひ)き肉の甘酢焼き薬膳料理	9/10(土) 午前10時30分～午後1時30分	16人	1,500円	
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
足立区生物園裏側探検と海のいきものにさわってみよう ◆小学生以上の方	8/20(土) 午前10時～正午 ※場所は生物園	20人	10円	事前
楽読体験で160キロのボールを打ってみよう ◆小学生以上の方	8/21(日) 午前10時30分～午後0時30分 ※場所はアクティブAKIBA(アキバ)バッティングセンター(千代田区神田花岡町)	21人	1,000円	
tコンサート「サマーナイトJAZZ(ジャズ)」 ◆どなたでも	8/28(日) 午後6時30分～8時	300人	1,000円	事前 [ネット不可]
竹の塚寄席 林家たけ平ほか1名 ◆小学生以上の方	8/29(月) 午後2時～3時30分	300人	1,000円(小・中学生は500円)	事前 (竹の塚地域学習センター窓のみでチケット販売)
心も体もポカポカリラックスヨガ(4日制)	9/2～30の毎週金曜日(9/16を除く) 午後1時～2時	25人	2,520円	事前
tコンサート「激情のフラメンコショー」 ◆どなたでも	9/3(土) 午後7時～8時30分	300人	1,000円	事前 [ネット不可]
きらーくに文学講座(3日制) ◆どなたでも	9/7、10/5、11/2 いずれも水曜日 午後1時30分～3時30分	10人	無料	
ニコニコサロン「五感リトミック」A・B(2日制) ◆A:1歳の子どもの保護者 ◆B:2カ月～1歳未満の子どもと保護者	9/16(金)・30(金) A:午前9時50分～10時40分 B:午前10時55分～11時45分	各25組	1,640円	事前

なくそう! 子どもの交通事故 子どもの行動範囲が広がる夏休みは、飛び出し事故が多発します。特に自転車運転中の飛び出し事故が増えています。ルールを守り、交通事故にあわないようにしましょう。 ■問先=交通対策課 推進係 ☎3880-5912

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
五反野のたい焼き屋でお仕事体験 [特製たい焼き作り] ◆小学3~6年生	8/9(火)~12(金) 午後1時~2時/午後2時~3時 ※場所は中央本町2	各3人	1回 600円	事前 [ネット不可]
カルビーのおやつ教室 ◆小学3~6年生	8/18(木) 午前10時30分~正午	25人	無料	事前
五反野の銭湯でお仕事体験 [掃除と一番風呂のナー]◆小学2~6年生の男子	8/20(土) 午前11時~正午 ※場所は中央本町2	10人	310円	事前 [ネット不可]
朗読隊が行く [五反野のカフェテラスで朗読劇] ◆どなたでも	8/20(土) 午後3時~4時 ※場所は弘道1	10人	450円	事前 [ネット不可]
鉄道を知らう 見よう 作ろう ◆どなたでも	8/21(日) 午後1時~5時	50人	無料	当日
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	8/25(火),9/8(木) 午前10時30分~正午	各10組	1回 1,020円	事前
インドカレー店でアイスクリーム・ナン焼きに挑戦 ◆4歳~小学生と保護者	8/27(土) 午後3時~4時30分 ※場所は青井3	10組	1,400円	事前 [ネット不可]
ママ&ベビーリズムピクニック体験コースA・B(2日制) ◆A:10カ月~1歳以下の子どもと母親 ◆B:3~10カ月の子どもと母親	8/29(月),9/5(月) 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	1,240円	事前
ストレッチとリズム体操(6日制) ◆おおむね50歳以上の方	8/29~10/24の毎週木曜日 (9/12,19,10/10を除く) 午後3時30分~4時50分	50人	2,640円	事前
ちびっこ体操(8日制) ◆4歳~就学前の子ども	8/30~10/18の毎週火曜日 午後3時30分~4時30分	40人	2,640円	事前
野菜手入れの基本を学ぼう [秋冬編](4日制)	9/4,10/9,11/6,12/4 いずれも日曜日 午前10時~11時	10人	1,040円	事前 [ネット不可]
女声コーラスサークル体験講座(2日制) ◆16歳以上の女性	9/6(火),13(火) 午前10時~正午	20人	200円	事前
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
太極拳ひろば	8/10(火),24(火) 午後1時30分~2時50分	各25人	1回 430円	当日持
こどもクラシックバレエ体験A・B・C・D(2日制) ◆A・B・C:3歳~小学1年生 ◆D:小学2~6年生	A:8/18(木),25(木) 午後3時30分~4時20分 B:8/18(木),25(木) 午後4時30分~5時25分 C:8/21(日),28(日) 午後3時30分~4時25分 D:8/21(日),28(日) 午後4時30分~5時40分	A・B・C:各15人 D:10人	20円	事前
大人クラシックバレエ体験初級・中級(2日制) ◆16歳以上の女性	8/24(火),31(火) 初級:午前9時30分~10時30分 中級:午前10時40分~11時55分	各15人	20円	事前
日曜寄席 ◆小学生以上の方	8/28(日) 午後2時~3時30分	20人	1,000円 (小・中学生は500円)	事前
ママと一緒にわくわく親子体操(7日制) ◆2・3歳の子どもと母親	9/2~10/14の毎週金曜日 午後0時30分~1時30分	15組	3,920円	事前
老いも若きも楽しい歌体験(2日制)	9/4(日),18(日) 午後1時~3時	15人	100円	事前
パパと一緒にのびのび体操 ◆2・3歳の子どもと父親	9/11(日) 午前10時~11時	15組	540円	事前
マタニティママのためのリラクゼーションエクササイズ ◆妊娠中の方	9/11(日) 午前10時~11時30分	10人	530円	事前
若さと健康のためのヨガ体験教室(2日制)	9/12(月),26(月) 午後1時~2時30分	20人	20円	事前
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
昔遊びと工作の体験 [親子フェスティバル] ◆どなたでも	8/7(日) 午前10時~午後3時	なし	無料	当日
初心者向けハンドベル体験教室(2日制) ◆小学4年生以上の方	8/17(火),24(火) 午後3時30分~4時30分	10人	1,060円	事前
親子で作るブラジルの家庭料理 ◆5歳以上の方と保護者	8/20(土) 午前10時~午後0時30分	8組	1,000円	事前

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
年金活用セミナー「充実したシニアライフのために」	8/25(木) 午前10時30分~正午	15人	無料	事前
美容ストレッチングジャズダンス(8日制) ◆16歳以上の女性	9/1~10/27の毎週木曜日 (9/22を除く) 午後0時30分~2時	16人	3,600円	事前
ヘルシーエクササイズ(9日制) はにわ屋さんの手作りおやつ付きコーヒー教室	9/2~10/28の毎週金曜日 午後1時30分~3時	40人	4,050円	事前
元気いきいき体操(8日制) ◆おおむね60歳以上の方	9/3(土) 午前10時~11時	12人	840円	事前
ゆっくりミニテニス(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	9/7~10/26の毎週水曜日 午後1時30分~3時	40人	3,600円	事前
赤ちゃん和妈妈のためのベビーマッサージ ◆2カ月~1歳未満の子どもと母親	9/8(木) 午前10時~11時30分	10組	1,130円	事前
かんたんミニテニス(5日制)	9/8~10/13の毎週木曜日 (9/22を除く) 午前11時~正午	12人	4,120円	事前
楽しく親子体操(2日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	9/26(月),10/3(月) 午前10時~11時	15組	1,140円	事前
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
保塚ベビーサロン 赤ちゃんのんるん音あそび ◆首が据わった3カ月~ハイハイができる前の子どもと母親	8/16(火) 午前10時30分~11時30分	12組	550円	事前
アロママッサージで足のむくみ解消	8/31(水) 午前10時30分~正午	10人	1,590円	事前
赤ちゃん楽しくベビーマッサージ ◆首が据わった2カ月~あんよができる前の子どもと保護者	9/7(水) 午後1時30分~2時20分	10組	560円	事前
ピラティス&ウェイトレ初心者クラス(9日制)	9/7~12/21の第1・3・5水曜日 午後7時30分~8時30分	18人	4,950円	事前
親子で産後シェイプピクス(5日制) ◆5カ月~1歳4カ月の子どもと母親	9/14~11/9の第2・4水曜日 午前10時~11時	15組	2,800円	事前
ピラティス&ウェイトレ経験者クラス(7日制)	9/14~12/14の第2・4水曜日 午後7時30分~8時45分	12人	4,480円	事前
バランスボールでゆる筋力体操(4日制) ◆おおむね40歳以上の方	9/28~11/9の第2・4水曜日 午後1時30分~2時30分	12人	1,800円	事前
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				
はじめヨーガ(7日制) ◆18歳以上の方	9/1~10/20の毎週木曜日 (9/22を除く) 午前10時30分~正午	30人	3,640円	8/10必着
ママピクス体験会 ◆5カ月~1歳3カ月の子どもと母親	9/5(月) 午前11時30分~午後0時30分	15組	560円	事前
快眠促進ナイトヨーガ(6日制) ◆18歳以上の方	9/7~10/12の毎週水曜日 午後7時~8時30分	20人	3,180円	事前
スキルアップジュニアスイミング(6日制) ◆小・中学生	9/8~10/20の毎週木曜日 (9/22を除く) 午後5時30分~6時20分	10人	4,980円	事前
3B(サンビー)体操(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	9/9~10/14の毎週金曜日 (10/7を除く) 午前10時30分~11時30分	10人	2,650円	事前
からだらくらくストレッチ(3日制) ◆おおむね60歳以上の方	9/9,16,23 いずれも金曜日 午後1時30分~2時30分	20人	1,740円	事前
水中ウォーキング(5日制)	9/10~11/5の毎週土曜日 (9/17,24,10/1,15を除く) 午後1時30分~2時20分	30人	3,400円	事前
親子水遊び(5日制) ◆2歳~就学前の子どもと保護者	9/11~10/16の毎週日曜日 (10/2を除く) 午前11時30分~午後0時20分	20組	4,350円	事前
親子トランポリン(6日制) ◆2歳~就学前の子どもと保護者	9/16~10/28の毎週金曜日 (10/7を除く) 午後3時30分~4時30分	15組	親1人子1人 4,560円 親1人子2人 6,180円	8/10必着
親子でチャレンジ体操教室(3日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	9/24,10/8,22 いずれも土曜日 午前10時~11時	20組	親1人子1人 2,100円 親1人子2人 3,000円	事前

7月26日(火)、午前9時から受け付け開始(一部を除く)

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 ※インターネットの受け付けは午後1時から

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
スミススポーツセンター(うさぎき館) 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133				
ママピクス(5日制) ◆5カ月～1歳3カ月の子どもと母親	9/26～11/7の毎週月曜日(10/10・17を除く) 午前11時30分～午後0時30分	15組	2,800円	事前
ゆうゆう転倒予防体操 ◆おおむね60歳以上の方	9/30(金) 午前10時30分～11時30分	20人	10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。				
成人初めて平泳ぎ(7日制) ◆フクロルで25m泳げる方	9/2～10/28の毎週金曜日(9/23・10/21を除く) 午後6時30分～7時20分	10人	4,970円	8/10必着
親子水遊び教室A・B(5日制) ◆オムツの取れた2歳～就学前の子ともと保護者	9/10～10/29の毎週土曜日(9/17,10/1・15を除く) A:午前11時30分～午後0時20分 B:午後0時30分～1時20分	各20組	4,350円	
水中ウォーキング教室A・B(4日制) ◆おおむね50歳以上の方	9/15～10/13の毎週木曜日(9/22を除く) A:午後1時30分～2時20分 B:午後2時30分～3時20分	各30人	2,720円	
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
ちびっこ体操(8日制) ◆4歳～就学前の子ども	9/2～10/21の毎週金曜日 午後3時30分～4時30分	40人	2,720円	事前
こども体操(8日制) ◆小学生	9/2～10/21の毎週金曜日 午後4時40分～5時40分	30人	2,720円	
キッズサッカー(10日制) ◆小学1・2年生	9/5～12/5の毎週月曜日(9/12・19、10/10、11/14を除く) 午後4時～5時30分	40人	2,300円	
障がい者こどもトランポリン(8日制) ◆知的障がいのある小・中学生	9/6～11/1の毎週火曜日(10/11を除く) 午後4時30分～6時 ※場所は佐野地域学習センター	20人	1,600円	
親子トランポリン(8日制) ◆2歳～就学前の子ともと保護者	9/7～10/26の毎週水曜日 午前10時30分～11時30分	15組	6,000円	
障がい者ちびっこトランポリン(11日制) ◆障がいのある3歳～小学生	9/7～11/16の毎週水曜日 午後1時30分～3時	15人	2,200円	
コロコロ柔道(11日制) ◆5歳～小学生	9/7～11/16の毎週水曜日 午後4時～5時	20人	2,530円	
小学生柔道(11日制) ◆受け身のできる小学生	9/7～11/16の毎週水曜日 午後5時～6時	20人	2,530円	
楽しく親子体操(7日制) ◆2・3歳の子ともと保護者	9/8～10/27の毎週木曜日(9/22を除く) 午前10時～11時	28組	3,990円	
ママピクスA・B(7日制) ◆A:5カ月～1歳未満の子ともと母親 ◆B:1歳の子ともと母親	9/8～10/27の毎週木曜日(9/22を除く) A:午後0時15分～1時15分 B:午後1時30分～2時30分	各15組	3,990円	
幼児サッカー(8日制) ◆4歳～就学前の子とも	9/9～10/28の毎週金曜日 午後3時～4時15分	40人	1,840円	
小学生合気道(10日制) ◆小学生	9/9～11/18の毎週金曜日(9/30を除く) 午後4時30分～5時30分	30人	2,300円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
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(左記参照)へ				
フィットネス・フラ(9日制)	9/2～10/28の毎週金曜日 午後1時～2時10分	30人	4,050円	事前
キッズビート体操(7日制) ◆4歳～小学1年生	9/8～10/27の毎週木曜日(9/22を除く) 午後3時30分～4時30分	20人	2,590円	
ママピクス(8日制) ◆5カ月～1歳5カ月の子どもと母親	9/9～10/28の毎週金曜日 午後2時30分～3時30分	20組	4,560円	
親子ピクス(8日制) ◆1歳6カ月～3歳の子ともと保護者	9/9～10/28の毎週金曜日 午後3時45分～4時45分	20組	4,560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				
水中ウォーキング(6日制)	9/13～10/25の毎週火曜日(10/11を除く) 午前11時30分～午後0時20分	30人	4,080円	事前
初級・中級水泳教室(6日制)	9/14～10/19の毎週水曜日 午前11時30分～午後0時20分	20人	4,080円	
はじめてクロール(6日制)	9/20～11/1の毎週火曜日(10/11を除く) 午後0時30分～1時20分	10人	3,960円	
親子ふれあい遊び(2日制) ◆6カ月～1歳3カ月の子どもと保護者	9/21(水)・28(水) 午前10時～10時45分	12組	1,660円	
親子水遊び教室(5日制) ◆オムツの取れた就学前の子ともと保護者	9/24～11/5の毎週土曜日(10/1・15を除く) 午前11時30分～午後0時20分	20組	4,350円	
3・4歳児水泳教室 水慣れ(5日制) ◆オムツの取れた3・4歳の子とも	9/24～11/5の毎週土曜日(10/1・15を除く) 午後0時30分～1時20分	15人	4,150円	
小学生水泳教室(7日制) ◆小学1～3年生	9/24～11/26の毎週土曜日(10/1・15,11/19を除く) 午後1時30分～2時20分	20人	3,710円	
4歳から6歳児水泳教室(5日制) A:水慣れ B:浮きバタ足 ◆4歳～就学前の子とも	9/24～11/5の毎週土曜日(10/1・15を除く) 午後2時30分～3時20分	A:15人 B:20人	4,150円	
小学生水泳クロールコース(7日制) ◆小学4～6年生	9/24～11/26の毎週土曜日(10/1・15,11/19を除く) 午後2時30分～3時20分	10人	3,710円	
子どもリトミック(月曜)(4日制) ◆1歳3カ月～3歳11カ月の子どもと保護者	9/26～10/24の毎週月曜日(10/10を除く) 午前10時～10時45分	12組	4,200円	
小学生クロール基礎・背泳ぎキック(6日制) ◆小学生	9/26～11/7の毎週月曜日(10/10を除く) 午後4時30分～5時20分	10人	4,980円	
小学生呼吸付クロール・背泳ぎ(6日制) ◆小学生	9/26～11/7の毎週月曜日(10/10を除く) 午後5時30分～6時20分	10人	4,980円	
平野運動場 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
おひさまサンサン太極拳	9/1～10/27の毎週木曜日(9/22,29,10/6を除く) 午前10時30分～11時30分	各30人	1回 310円	当日時

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

「夏休み」を利用して健診を受けましょう!

◆7～8月は比較的空いており、健診が受けやすい時期です。

※健診を実施する医療機関も臨時に休診する場合がありますので、事前に受付時間等をご確認ください。

メタボ先生

平成27年度「特定健診受診勧奨の標語キャンペーン」優秀作品

「健康だ!!」言うのは健診受けてから

千寿第八小学校6年 足立 勇人

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)

相続 遺言 遺産調査 初回相談30分 **無料**

売買・贈与・財産分与登記・担保設定
抹消・離婚協議書・相続放棄・会社設立
定款変更・敷金返還・成年後見・許認可
司法書士法人 行政書士

ふたば事務所
☎03-6273-1757
FAX 03-6273-1797

どこよりも話しやすい
事務所が目標です
自宅出張・平日夜8時迄、
土日祝日も予約可能!

代表 渡辺 隆之

「北千住 司法書士」でHP・ブログが検索できます!
☎ info@futaba-office.com
足立区千住4-26-3 北千住駅西口徒歩3分

パソコンを使ってビジネスを加速! 暮らしをスマートにしたい!
富士テクが「困った」を解決いたします。

・ブログやホームページを作って欲しい!
・パソコンで名刺や広告チラシを作って欲しい!
・LINE スタンプを作りたい!
・検索順位 (SEO) を上げたい など **個人の方もOKです**

まずはお気軽に ☎ 03-5856-7041 ご連絡ください
Eメールは info@fnet-design.com だよ。

足立区民みなさんの暮らしをサポート。ビジネスに Web を利用したい方も大歓迎です。

保木間小のすぐ近く http://fnet-design.com/ 管理会社 株式会社 富士テクニカルコーポレーション
〒121-0813 足立区竹の塚 3-6-7 プライムビル 1F

12 東京都知事選挙

投票日 7月31日(日) 午前7時~午後8時(即日開票)

都の将来に関わる重要な選挙です。必ず投票しましょう。
 ※投票方法や候補者などは7月24日(日)ごろまでに各戸配布する選挙公報をご覧ください。

■問い合わせ先=選挙管理委員会事務局 ☎3880-5581

前回の選挙から選挙権年齢が**18歳以上**に引き上げられました

◆足立区で投票できる方

次のすべてに当てはまる方…①日本国民で満18歳以上(平成10年8月1日以前に生まれた) ②4月13日までに足立区に住民登録をし、引き続き3カ月以上住んでいる
 ※①に当てはまり、4月14日以降に足立区に転入の届出をした方は、都内の前住所地に3カ月以上住んでいた場合は前住所地で投票できる場合があります。くわしくはお問い合わせください。

◆区内で転居した方

7月1日以前に転居の届出をした方は、新住所地の投票所で投票してください。7月2日以降に届出をした方は前住所地の投票所になります。

◆投票日当日に投票できない方は「期日前投票」(表1)をご利用ください

表1 期日前投票場所等(受付時間は午前8時30分~午後8時)

期日前投票所	日程
区役所1階区民ロビー	7/15~30
シアター1010・10階アトリエ 竹の塚地域学習センター 西新井区民事務所 勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内) 佐野地域学習センター 押入谷住区センター 鹿浜いきいき館	7/24~30

※投票所入場整理券の裏面にある期日前投票宣誓書兼請求書を記入し、持参してください(お持ちでない場合も選挙人名簿と照合し本人確認できれば投票できます)。

近所deまなびナビ PICK UP!
夏休みスペシャル
 この夏、各学習センターで様々な体験をしてみよう!
 ※申し込み方法など、くわしくは8~11面に掲載

ゲーム **Game** 新感覚のサッカー体験!
 「おはじきサッカー」練習会
 場所 新田地域学習センター ☎3912-3931
 ヨーロッパで人気のテーブルサッカーゲーム「おはじきサッカー」。その指一つで相手のゴールをめざそう
 日時 8月21日(日)午後2時~4時 定員 12人 費用 無料

ワーク **Work** 自由研究はこれ!
 古代生物・アンモナイト作り
 8面掲載
 自分だけのアンモナイトをつくらう
 場所 生涯学習センター ☎5813-3730
 アンモナイトについて学んだあと、化石のレプリカに好きな色をつけよう 日時 8月16日(火)午前10時~11時30分 対象 小学生 定員 30人 費用 1,300円

クッキング **Cooking** ブラジル料理を作ろう!
 親子で作るブラジルの家庭料理
 10面掲載
 場所 花畑地域学習センター ☎3850-2618
 リオオリンピック開催で注目されるブラジルの、家庭料理を親子で作ろう
 日時 8月20日(土)午前10時~午後0時30分 対象 5歳以上の方と保護者 定員 8組 費用 1,000円

地域学習センターで開催されるそのほかの催しは、8~11面へGO!

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

訪問マッサージ
 訪問医療マッサージです! マッサージ国家資格者が医師の同意を元に施術いたします。
 医療保険診療費支給申請ができます!
サンキューメディカ
 フリーダイヤル やっぱりサンキュー よいサンキュー
0120-839-439
 株式会社SHINY 足立区千住桜木2-5-6-102

介護認定をお持ちのご家族へ 重要なお知らせです
 「最近、短距離も歩けなくなった…」
 「階段をのぼるのがきついな…」
 「1人でトイレに行けなくなった…」
 「寝たきりにはなりたくない…」
 しっかり運動ができる!!
 そして食事・入浴付き!!
 そんなデイサービスがここにあります。
 車いすの方も多数ご利用中です。
 ご見学を頂いた方に、もちろん「今治タオル」プレゼント!!
 まずはお電話下さい
03-5647-5600
 フィットネス型デイサービス セカンドジムプラス西新井 2nd Gym
 営業時間 9:00-18:00 住所:足立区西新井4-31-14 (株)フレジデントガーデン

女性用 男性用 医療用
ウィッグ専門店
 7月25日(日)~8月31日(金)迄
 お手入れ簡単 10歳若返ります
 男性かつら 修理1万円~他社製品歓迎
 「あだち広報をみた!」で 通常価格より **3000円off!**
 または **10%off!**
 両面テープ 540円
ルミアン北千住店 年中無休
☎3870-2662
 足立区千住1-39-7 (千住警察のそば・常盤線線路さわ)