



2016年（平成28年）5月25日 第1734号

□発行／足立区

□編集／報道広報課

〒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/>

7月ごろに
参議院議員選挙
があるよ！



18歳からせんきょけん！ ～必ず選挙に行きましょう～

■問い合わせ先＝選挙管理委員会事務局

☎3880-5581

足立区選挙キャラクター：

エラビ→

あだち ち 広報



区民募集写真

私の
ベストショット
My Best Shot

いけ
池ッ！
まだ見ぬ世界へ



せきやさとみ
区内在住の関谷達海さん(82)が舎人公園の池にて撮影。勇気を出して池に飛び込む子ガモの一瞬を見事に写真に収めました。
あだち広報では、様々な講座やイベントなどを紹介しています。
皆さんもこの子ガモのように、新しいことに果敢に挑戦しましょう。
■問い合わせ先＝広報係 ☎3880-5815

※「足立の四季」をテーマに、あだち広報の1面を飾る写真を募集しました。
多くのご応募ありがとうございました。

6月ごろに桑袋ビオトープ
公園や都市農業公園など
で、子ガモに会えるかも
しれません。



あだち広報が28年全国広報コンクールで2席を受賞！

公益社団法人日本広報協会が主催する28年全国広報コンクールの広報写真（組み写真の部）で、「あだち広報27年10月10日号（6・7面）」が2席を受賞しました。

※東京都が都内自治体を対象に行う東京都広報コンクールでも「組み写真部門」の最優秀賞を受賞。

あだち広報のバックナンバーは区のホームページで閲覧可

■問い合わせ先＝広報係

☎3880-5815

▶組み写真の部2席：
「思いを繋ぐ祭」



2



あだワンCMグランプリ

各賞決定

審査委員による総評

- 過去のあだワンから作品のレベルが明らかに上がっている
- 第三者に見てもらおうという視点で作品が制作されていた

審査委員



映像業界の最前線で働くプロフェッショナルが審査

エイベックス・ミュージック・クリエイティブ株式会社
ビジネス・アライアンス本部
企画開発部 統括部長
いの ひでみ
猪野 秀碧



エイベックス・ミュージック・クリエイティブ株式会社
音楽ディレクター／映像プロデューサー
あかだ やすひろ
岡田 康弘



映像作家／東京藝術大学講師／株式会社アルプスピクチャーズ
代表取締役
みよし だいすけ
三好 大輔



フリーランス／撮影監督
いまい てつろう
今井 哲郎

グランプリ

「東京23区住宅街の足立さん」

作者 まつ うち はじめ
松浦 本さん



準

「シャッターアートのある街」

作者 よつちゃんさん

「足立、めぐる」

作者 山師ヤマさん

審査委員会特別賞

「安達君LOVE」

作者 ゼロ フィルム
ZERO FILMさん

足立成和信用金庫賞

「声～あなたの声を聞かせてください～」

作者 (株)CANさん
キャン
ジェコム足立賞

「足立区に引っ越してきました」

作者 ポテていんさん

グランプリ作品 審査委員のコメント

- 足立区を「足立さん」という人に落とし込んだアイデアがすばらしい(猪野)
- 足立区を擬人化した「足立さん」に感情移入しやすくする演出手法は、足立区への「愛」を存分に感じることができる(岡田)

グランプリ作品は、この夏あだちシティビジョンやシネアドで放映!

※TOHOシネマズ 西新井内のシネアド(映画上映前のCM)として放映

そのほか、各入賞作品は…

北千住駅周辺のデジタルサイネージ(ビュー坊テレビ)、あだワンCMグランプリ特設サイトなどで放映&公開!

あだワン

で 検索

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

郵送申し込み記入例

区

切手 〒120-8510

足立区役所
〇〇課
〇〇係
(〇〇は申し込み課・係名など)

上記マークがある申し込みは、右の例を参照

子育て・教育

育英資金奨学生 春期募集
(29年度予約募集より償還免除型新規受け付け開始)

■募集期間=5月25日～7月6日■
対象=次のすべてに当てはまる方…29年4月1日現在、区内に引き続き6カ月以上居住している／学業成績が平均点数より上位(通常枠)ま

たは学校長が特に優秀であると推薦する(特例枠)／経済的理由により修学が困難で、同種の修学資金をほかから借り受けていない／連帯保証人を2人立てられる／大学・高等学校・高等専門学校・専修学校(修業年限2年以上の専門課程および大学入学資格を得られる修業年限3年以上の高等課程)に入学を予定または在学している■内容=▷緊急募集…28年10月から奨学金を貸し付け▷予約募集…29年4月から奨学金を貸し付け(学業成績が5段階評価で平均4.0以上で、貸し付け終了後3年以上区内に居住し、区が定めるほかの条件を満たす方は、償還額の半額を免除する〈償還免除型〉に申し込み可)※秋期募集は10月上旬に実施予定。日程など、くわしくはお問い合わせください。■募集予定人数等=表1■申込=申請書類を持参※申請書類は通学している区立中学校または学務課 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■申先=▷区立中学3年生…通学校▷そのほかの方…助成係■問先=助成係 ☎3880-5977

区立小・中学校の学校公開と学校説明会

■日程等=▷小学校…6月6日(月)～10日(金)、午前9時30分～11時30分／午後1時30分～3時30分▷中学校…6月13日(月)～17日(金)、午前9時30分～11時30分／午後1時30分～5時※いずれも日程は学校行事などにより各学校で異なる場合あり。新入学の児童・生徒向け学校説明会の日程は、区のホームページ、学務課 就学係などで公表■対象=29年度に入学する子どもの保護者、地域の方など■申込=不要※当日直接会場へ■問先=就学係 ☎3880-5969

小・中学校使用教科書展示会

■日時=6月17日～7月6日※土・日曜日を除く、午前8時30分～午後5時15分■内容=区立小・中学校で現在使用中の教科書の展示■申込=不要※当日直接会場へ■場・問先=研修係(こども支援センターげんき内) ☎3852-2891

ひとり親家庭応援スペシャル企画「しずる村上純さんトークショー」

■日時=7月2日(土)、午前10時～11時■場所=区役所■対象=児童育成手当(育成)を受給している父親または母親■内容=母子家庭で育ったしずる村上さんの愛と笑いのトークショー■定員=60人(抽選)※保育あり(要予約。1歳～就学前の子ども、抽選10人)■申込=電話■申込期間=6月3日～17日■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

栄養教室「離乳食から幼児食へのステップアップ」

■日時等=▷6月10日(金)…中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内)▷6月15日(水)…千住保健センター※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■定員=各20人(5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

◆放射線量の調査(雨天時を除く、平日)

日付(4/27～5/13)	4/27	28	5/2	6	9	10	11	12	13
測定値(マイクロシーベルト/時)	0.06	—	0.06	0.07	0.07	0.06	0.06	0.07	0.06

■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

健康・衛生

熱中症にご注意ください

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

屋内でも熱中症は起こりますので、室温は28度以下、湿度は50～60%を目標にしましょう。特に、体温調節機能が弱い高齢者や乳児は注意が必要です。

予防のポイント

のどが渇かなくてもこまめに水分補給を心がけましょう。

室内温度を測り、冷房器具で室温を調整しましょう。

体に異常を感じたら

涼しい場所に避難します。衣服をゆるめて首筋や脇の下、太ももに保冷剤などを当てて体を冷やし、スポーツドリンクなどで水分

と塩分を補給します。自力で水分補給ができないときや症状の改善が見られないときには救急車を呼びましょう。

熱中症情報をAメールなどでお知らせ

熱中症情報などをAメール（足立区メール配信サービス。要事前登録）の「夏の重要なお知らせ（熱中症・電力情報）」や、夕焼け放送（防災無線）でお知らせしています。

——いづれも——

■問先＝お問い合わせコールあだち（毎日、午前8時～午後8時）
☎3880-0039

呼吸筋ストレッチ「息苦しさとうまくつきあうコツ」

■日時＝6月23日(木)、午後2時～4時
■場所＝区役所庁舎ホール
■対象＝ぜん息などの呼吸器疾患で療養中の方など
■内容＝理学療法士から息苦しさを和らげるための呼吸筋のストレッチ体操を学ぶ
■定員＝50人（5月26日から先着順）

子どもと一緒に参加できる親の学び場「風の子カルチャー」(7月～9月分)

■日時等＝表2 ■対象＝2カ月～就学前の子どもの保護者 ※子ども同伴で受講可 ■定員＝各10人程度（抽選） ■費用＝1回500円 ※別途材料費が必要な場合あり ■申込＝住所、氏名（フリガナ）、子どもの年齢、電話番号、場所、講座名を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1枚につき1講座、1人3通まで。同一講座への重複申し込みは不可

■期限＝6月10日(金)消印有効
■申先＝東綾瀬区民事務所〒120-0004東綾瀬1-5-17 ■問先＝ボランティアグループ風の子カルチャー事務局（月～土曜日、午前10時～午後5時）
☎080-1242-3553
区・こども支援センターげんきこども家庭支援課 事業係
☎3852-2863

表2 風の子カルチャー(7月～9月分)日時等

場所	曜日	時間	講座名	日程
A	水	午前	ピラティス教室	7/20、8/3・9(休)・24、9/7・21
	木	午後	親子体操	7/14・21・28、8/4・25、9/1・8・15
B	火	午前	アロマテラピー	7/26、8/9・23、9/13・27
	木	午前	フラワーアレンジメント	7/7、8/18
C	水	午前	ベビーマッサージ	7/13・20・27、8/3・31、9/7・14・21
			こそだて英語B	7/6・20、8/24・31、9/14・28
	金	午前	フラダンス入門B	7/1・8・15・22、8/5・19・26、9/2・9・16・23
			編みましょう 藤(とう)クラフト	7/1・15、8/5・26、9/2・16
			ヨーガ教室B	7/1・8・15・22、8/5・12・19・26、9/2・9・16・23
D	金	午前	バレエストレッチ	7/1・8・15・22、8/5・12・19・26、9/2・9・16・23
			こそだて英語A	7/8・22、8/5・26、9/9・23
			基礎からの編み物	7/1・15、8/12・19、9/2・16
E	金	午前	パッチワークA	7/8・22、8/12・26、9/9・23
F	木	午前	ヨーガ教室A	7/7・14・21・28、8/4・18・25、9/1・8・15・29

※場所の「A」は綾瀬会館(綾瀬1-34-26)、「B」はこども支援センターげんき、「C」は愛恵まちづくり記念館(関原の森内。駐車場は使用不可)、「D」は勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)、「E」は亀有信用金庫綾瀬支店(東綾瀬1-21-17)、「F」は城北信用金庫綾瀬南支店(綾瀬2-3-14)。時間の「午前」は午前10時30分～正午、「午後」は午後1時30分～3時

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

胃を切った人の交流会「胃交会」

■日時＝偶数月の第3水曜日、午後1時30分～3時30分
■対象＝胃を切除した方や胃がんについて不安を抱えている方
■内容＝手術後の経過や体調などの情報交換
■申込＝電話 ■場・申・問先＝竹の塚保健センター地域保健係
☎3855-5093

40歳前の健康づくり健診

■日時等＝表3 ■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29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〈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 ■定員＝各40人（5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

難病講演会「炎症性腸疾患（クローン病・潰瘍性大腸炎）」

■日時＝6月28日(火)、午後2時～3時30分
■場所＝勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)
■内容＝専門医による最新治療などの講演会
■定員＝40人（5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・衛生は、
4面に続きます

表3 40歳前の健康づくり健診日時等

場所（保健センター）	実施日・受付時間
千住	6/22(火)、午前9時～9時30分
中央本町地域・保健総合支援課（足立保健所内）	7/2(土)、午前9時～9時30分

※異常がなければ検査結果を自宅に郵送

休日接骨院当番所(6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。

日程	当番所名（所在地）	電話番号
5(日)	川村接骨院(梅田3-14-7)	3840-7187
	高沢整骨院(谷中4-11-4)	3628-5080
12(日)	おさかべ接骨院(西綾瀬2-21-2)	3880-4880
	三豊接骨院(西新井栄町2-5-12)	3880-6886
19(日)	陣内接骨院(西保木間2-19-13-102)	3860-9400
	保木間加藤接骨院(保木間1-25-12)	5851-9618
26(日)	飯塚接骨院(興野2-31-5)	3854-2353
	藪野接骨院(六町4-5-5)	5809-6789

※いづれも、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

6月4日～10日は 歯と口の健康週間

「健康も 楽しい食事も いい歯から」(28年度 歯と口の健康週間標語)
健康な歯と歯肉でよく噛んで食べることで、肥満や糖尿病などの生活習慣病が予防できます。区では様々な健診や教室を実施しています。ご利用ください。

成人歯科健診を受けましょう

■対象＝区内在住で、20・25・30・35・40・50・60・70歳の方 ※年齢は29年3月31日現在
■場所＝区内の指定医療機関 ※対象者には、区が6月ごろ受診票を送付。申し込み方法など、くわしくは受診票に同封の案内をご覧ください。
■問先＝衛生管理課 健診保健サービス係
☎3880-5121

「野菜からかむカムランチ」キャンペーン

■日時等＝表4 ■申込＝不要 ※当日直接会場へ
■問先＝こころとからだの健康づくり課 健康づくり係
☎3880-5433

表4 「野菜からかむカムランチ」キャンペーン日時等

日時	メニュー	費用	場所
6/8(水)、午前11時～午後2時	たっぷり野菜と豚しゃぶのゴマダレ、根菜炊き込みご飯、小鉢 ※先着118食	550円	区役所地下1階食堂
	ビビンバ風丼、花野菜と蒸し鶏のセサミソース、韓国風野菜スープ、カボチャゼンざい ※先着118食	500円	東京電機大学東京千住キャンパス(千住旭町5)

※いづれも、かむカムランチを食べてアンケートに答えた方に粗品を進呈

左記マークがある
申し込みは、
P2左中を参照

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

5

仕事・産業

内職に適した仕事を募集

■対象＝内職求人情報の登録を希望する事業所・企業■内容＝登録された求人情報を、家庭外で働くことが困難な方などに区から紹介■申込＝電話■申・問先＝就労支援係 ☎3880-5469

マンスリー就職面接会

◆業種・職種不問の就職応援面接会■日時＝6月8日(水)、午後1時30分～4時■場所＝東京芸術センター21階・天空劇場 ※保育あり(6月3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、5月26日から先着5人)

◆マイタウン就職面接会■日時＝7月12日(火)、午後1時～4時■場所＝日暮里サニーホール(荒川区東日暮里5-50-5) ※保育あり(7月7日(木)までに荒川区・就労支援係へ要電話予約、6カ月～就学前の子ども、定員あり)——いずれも——

■持ち物＝履歴書(写真貼付)／職務経歴書■申込＝不要 ※当日直接会場へ■問先＝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

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を養育している／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＝6月20日～11月18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…派遣先企業の就業時間による■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

28年度「ワーク・ライフ・バランス認定企業」が決定

区では、働きやすい職場づくりに取り組んでいる企業を「ワーク・ライフ・バランス推進企業」として認定し、応援しています。今年度は新規認定企業4社を含む49社を認定しました。■新規認定企業名＝(株)エイチ・デザイナーズ／社会保険労務士法人川俣労務管理事務所／(有)さいとうケアセンター／(株)シミズローディック■問先＝男女参画プラザ ☎3880-5222

若者・保護者向けセミナー「働くための準備をはじめよう」

■日時＝6月11日(土)、午後1時～3時■対象＝就労をめざす39歳以

下の方または保護者■内容＝あだち若者サポートステーションの事業案内と利用方法の説明■定員＝20人(5月26日から先着順)■申込＝電話■場・申・問先＝東京芸術センター8階・あだち若者サポートステーション(月～土曜日、午前10時～午後6時) ☎3882-4307■問先＝就労支援係 ☎3880-5469

区立保育園の運営事業者募集

◆指定管理者募集■募集施設＝東保木間保育園■対象＝28年5月1日現在、認可保育所、幼保連携型認定こども園または保育所型認定こども園を3年以上運営している法人 ※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。■指定管理期間＝30年4月1日～40年3月31日

◆説明会・施設見学会■日時＝6月9日(木)・10日(金)、午前9時30分開始■場所＝区役所■申込＝電話■期限＝6月8日(水)、正午——いずれも——■申・問先＝施設整備推進係 ☎3880-5713

独立・起業セミナー「4週間で起業プラン、事業資金、起業仲間を手に入れる」(4日制)

■日時＝7月9日～30日の毎週土曜日、午前10時～午後5時■場所＝あだち産業センター■対象＝独立・起業を具体的に検討し、ビジネスプランのある方■内容＝先輩起業家の体験談／ビジネスプランの作成法／会社設立の方法など ※個別相談あり■定員＝25人(5月26

日から先着順)■費用＝4,000円■申込＝ホームページから専用フォームに入力または申込書をファクス・Eメール ※申込書はあだち産業センターや区立図書館などで配布するほか、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

暮らし・まちづくり

公園遊具の点検

27年度、区内433カ所の公園内の全遊具2,114基の定期点検を行った結果、早めに対処を要する遊具が29基あり、補修・撤去を行いました。 ※28年度の定期点検は4月21日から実施。点検の結果、使用が危険と考えられる場合は使用中止にする場合があります。■問先＝施設維持係 ☎3880-5021

分かちあいの会「とまり木」

■日時＝6月3日(金)、午後6時30分～8時30分 ※原則毎月第1金曜日■場所＝エル・ソフィア■内容＝大切な方を自死(自殺)で亡くした方がつどい、その悲しみを分かちあう■申込＝不要 ※当日直接会場へ■問先＝こころといのち支援係 ☎3880-5432

暮らし・まちづくりは、6面に続きます

地域包括支援センター介護(予防)教室(6月分)

申・問先 (地域包括支援センター)	日時	内容等
中川 ☎3605-4985	24(金)、 午後2時～3時	年金生活者の家計管理 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
西綾瀬 ☎5681-7650	1(水)、 午後2時～3時30分	エンディングノート 後悔しない葬儀教室 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(先着順) 申込＝電話
はなはた ☎3883-0048	23(木)、 午前10時30分～正午	認知症サポーター養成講座 場所＝花畑地域学習センター 定員＝40人(先着順) 申込＝電話
日の出 ☎3870-1184	①17(金) ②22(水)、 いずれも午後1時30分～3時	①脳を鍛えて認知症予防「せいかつ」 ②夏に向けてしっかり対策「熱中症・脱水・食中毒を予防しよう」 場所＝①総合ボランティアセンター ②千住東住区センター いずれも、定員＝40人(先着順) 申込＝電話
保木間 ☎3859-3965	4(土)、 午前10時～正午	消費者講座「気をつけよう消費者被害」 場所＝スイムスポーツセンター 定員＝50人(先着順) 申込＝電話
本木関原 ☎5845-3330	15(水)、 午後1時～3時	調理実習「暑さに負けない体を作る食事」 場所＝本木関原住区センター 定員＝15人(先着順) 申込＝電話

※先着順は5月26日から受け付け開始(月～土曜日、午前9時～午後5時)

審議会等の公開(6月分)

傍聴方法など、くわしくはお問い合わせください。

審議会等	日程	時間	場所	問先
足立区地域保健福祉推進協議会介護保険・障がい福祉専門部会	3(金)	午後2時30分～4時30分	ギャラクシティ	介護保険課 介護保険係 ☎3880-5887
足立区環境審議会人づくり・自然環境専門部会	16(木)	午後2時～4時	区役所	環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049
足立区環境審議会地球温暖化対策専門部会	20(月)	午後3時～5時		地域包括ケアシステム推進担当 ☎3880-5885
足立区地域包括ケアシステム推進会議 第2回介護予防・日常生活支援総合事業推進部会	24(金)	午前10時～正午		都市計画課 ユニバーサルデザイン担当 ☎3880-5768
第4回足立区移動等円滑化協議会(バリアフリー協議会)	29(水)	午前10時～正午		都市計画課 都市計画係 ☎3880-5280
第54回足立区都市計画審議会		午後2時30分～4時30分		建築調整課 用途照会係 ☎3880-5943
足立区建築審査会	30(木)	午後2時～4時		都市計画課 ユニバーサルデザイン担当 ☎3880-5768
第10回足立区ユニバーサルデザイン推進会議				こころとからだの健康づくり課 糖尿病対策担当 ☎3880-5433
足立区保健福祉推進協議会健康あだち21専門部会				

児童手当の6月期(2月～5月分)の振り込みは6月2日(木)以降

※金融機関により数日遅れる場合あり。6月上旬に児童手当現況届を送付。提出がない場合、6月分からの手当の支給停止■問先＝児童給付係 ☎3880-6492

6

お知らせ・情報コーナー

凡例

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

竹ノ塚駅付近の下り急行線高架化

24年11月に着手した鉄道高架
化工事（東武伊勢崎線竹ノ塚駅付
近約1.7km）の第一段階として、下
り急行線が5月29日(日)の始発電車
から、高架橋の上を走ります。■
問先=立体化担当 ☎3880-5484

男と女のホンネでふぉーらむ
「男女共同参画社会の形成と
女性の活躍推進」

■日時=6月25日(土)、午後2時30分
～4時30分 ■場所=エル・ソフィア
■内容=鹿嶋敬氏（内閣府男女共
同参画会議議員）による基調講演／
区内で起業した3人の女性によるパ
ネルディスカッション ■定員=200

千住温水プールは学校利用などのため一時利用を休止する日があります

以下の日程でプールの利用が一時休止になります。

日程			
6月	2(木)・14(火)・21(火)・23(木)・24(金)・28(火)・30(木)	11月	22(火)
7月	1(金)・5(火)・7(木)・8(金)・12(火)・14(木)・15(金)・ 21(木)・22(金)・25(月)～29(金)	29年1月	24(火)
8月	1(月)・26(金)・30(火)	29年2月	7(火)・14(火)・ 21(火)
9月	1(木)・2(金)・6(火)・8(木)・9(金)・27(火)		

※いずれも、総合受付窓口は営業。休止時間帯など、くわしくはお問い合わせください。
■問先=千住温水プール(スイミー) ☎3882-2601

第1回区議会臨時会・第2回区議会定例会

■日時等=表1・2 ※本会議・委員会の傍
聴は、区議会事務局で受け付け。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。磁気ループ（難
聴者補助設備）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、お問い合わせせ
ください。
■問先=議事係
☎3880-5797

表1 第1回区議会臨時会日時等

日時		会議名
5/27(金)	午前10時	議会運営委員会
30(月)	午後1時	臨時会

表2 第2回区議会定例会日時等

日時		会議名
6/ 9(木)	午前10時	議会運営委員会
10(金)	午後1時	本会議
13(月)	午前10時	総務委員会
	午後1時30分	文教委員会
14(火)	午前10時	議会運営委員会
	午後1時	本会議
15(水)	午前10時	区民委員会
	午後1時30分	産業環境委員会
16(木)	午前10時	厚生委員会
	午後1時30分	建設委員会
17(金)	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
20(月)	午前10時	災害・オウム対策調査特別委員会
	午後1時30分	エリアデザイン調査特別委員会
21(火)	午前10時	議会運営委員会
22(水)	午後1時	本会議

※臨時会および本会議はJ:COM足立で生中継を予定（6月14日を除く）

人（先着順） ※保育あり（要電話
予約、6カ月～就学前の子ども、5
月26日から先着10人）■申込=不
要 ※当日直接会場へ■申・問先
=男女参画プラザ ☎3880-5222

屋外プール団体貸し出し

■貸出期間・利用時間=7月15日
～8月31日、午後6時～8時 ※7
月16日(土)、8月20日(土)を除く ■対
象=次のすべてに当てはまる団体
…営利を目的としない／利用の際
「日赤水上安全法救助員」有資格者
を配置できる／団体内で責任を
持って指導・監視体制がとれる ■
内容=屋外プール（一般用〈50m〉）
の貸し出し ※申請時に申し出が
あった場合、監視員を配置可 ■利
用料金=▷全面…3万7,200円 ▷
3分の1面…1万2,400円 ■申込=
電話または窓口 ■受け付け開始日
=6月1日(水) ※利用日の8日前ま
で受け付け ■場・申・問先=総合
スポーツセンター ☎3859-8211

■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 FAX…ファクス番号
🌐…ホームページアドレス
✉…Eメールアドレス

催し物

地域活動お役立ち講座
「足立区の不思議な
魅力に迫る」

■日時=6月25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
=東京未来大学モチベーション行
動科学部・石阪督規教授から区の
魅力と地域を元気にするコツを学
ぶ ■定員=50人（5月26日から先
着順） ■申込=電話または区のホー
ムページから専用フォームに入力
または住所、氏名、年齢、電話番号、
Eメールアドレス、「地域活動講座」
をファクス ■期限=6月23日(木)必

着 ■申・問先=区民参画支援係
☎3880-5020 FAX3880-0133

特別親子講座「いきものワク
ワクたんけん隊」

■日時=6月19日(日)、午後1時～3
時 ■対象=区内在住・在勤・在学
の5歳以上の子どもと保護者 ■内
容=佐々木洋氏（プロ・ナチュラリ
スト）と中央公園内の自然観察をす
る ■定員=15組（抽選） ■費用=1
人100円 ■申込=電話・窓口または
住所、全員の氏名（フリガナ）、電
話番号、「いきものワクワクたんけ
ん隊」をファクス・ハガキで送付 ■
期限=6月12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

来て見て話してITサロン(6月・7月分)

■日程等=表3 ■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
■申込=不要 ※当日直接会場へ

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。証明書の提示が必要) ■
申込=不要 ※当日直接会場へ

表3 ITサロン(6月・7月分)日程等

場・問先		日程
生涯学習センター(学びピア21内) ☎5813-3730		6/1・8・15・22、7/6・13・20 いずれも水曜日
地域学習センター	伊興 ☎3857-6537	6/11・18、7/9・16 いずれも土曜日
	梅田 ☎3880-5322	6/5(日)・18(土)、7/3(日)・16(土)
	興本 ☎3889-0370	6/12・26、7/10・24 いずれも日曜日
	江北 ☎3890-4522	6/11(土)・25(土)
	佐野 ☎3628-3273	6/4(土)・18(土) ※7月分は要問い合わせ
	鹿浜 ☎3857-6551	6/7(火)・19(日)、7/5(火)・17(日)
	新田 ☎3912-3931	6/4(土)・12(日)、7/2(土)・10(日)
	竹の塚 ☎3850-3107	6/10(金)・16(木)、7/2(土)・8(金)・21(木)
	中央本町 ☎3852-1431	6/11・25、7/9・23 いずれも土曜日
	舎人 ☎3857-0008	6/2(木)・21(火)・25(土)、7/7(木)・30(土)
保塚	花畑 ☎3850-2618	6/4(土)・17(金)、7/2(土)・15(金)
	保塚 ☎3858-1502	6/9・23、7/14・28 いずれも木曜日

※参議院議員選挙の影響により、日時が変更になる場合あり

宿泊施設インフォメーション(8月分)

◆鋸南自然の家、日光林間学園(区・宿泊施設)

■利用日等=表4 ■対象=区内在住・在勤の方、その同伴の方、区内の社
会教育団体 ※1人のみや、未成年者のみでの利用不可 ■利用料金=大人
1泊2食3,650円など ■申込=抽選申し込みハガキを利用施設に郵送 ※抽
選申し込みハガキは区民事務所、地域学習センターなどで配布 ■申込期
間=6月1日～10日消印有効 ※6月15日(水)以降に抽選結果を通知。抽選
の結果空室がある場合は、7月1日から利用希望日の3日前までに電話予約

表4 宿泊施設利用日等(8月分)

利用施設	利用できる日	受付時間
鋸南自然の家 (予約専用) ☎0470-55-4770	1～3・6～13・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・2・5～12・15～24・27	

※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あり。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
🌐www.mizunokaori.com/

乳がん・子宮頸がん検診無料
クーポン券を6月中旬に送付

■対象=▷乳がん…40歳の女性 ▷子宮頸がん…20歳の女性 ※年齢は28年4月1日現在。4月20日以降に区
へ転入した方はお問い合わせください。 ■問先=健診保健サービス係 ☎3880-5121

左記マークがある
申し込みは、
P2左中を参照

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

7

足立シティオーケストラ 室内楽演奏会2016

■日時=6月19日(日)、午後2時開演
※午後1時30分開場 ■場所=竹の
塚地域学習センター ■内容=管楽、
弦楽のアンサンブル(モーツァル
ト作曲「ディベルティメント第1番」
／ダンツィ作曲「木管五重奏曲ト
短調」ほか) ■定員=306人(先着
順) ※全席自由 ■申込=不要
※当日直接会場へ ■問先=文化団
体支援係 ☎3880-5986

講座「自分に自信をつける 方法」(2日制)

■日時=6月11日(土)、7月9日(土)、午
前10時～午後0時30分 ■場所=エ
ル・ソフィア ■対象=20歳以上の

女性 ■内容=自分への理解を深め、
その場に合った自己表現をするた
めのトレーニングやストレスケアの
方法を学ぶ ※グループワークあ
り ■定員=20人(5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、電話・
ファクス番号、保育希望の有無(希
望の場合は子どもの名前〈フリガ
ナ〉、年齢)、「6月11日講座」をファ
クス ■申・問先=男女参画プラザ
☎3880-5222 ☎3880-0133

郷土博物館の映画会

■日時=6月11日(土)、午前11時
～正午 ※無料公開日 ■内容=

「トルコの管楽器ズルナ」／「ドイ
ツのソーセージづくり」の上映 ■
申込=不要 ※当日直接会場へ ■
場・問先=郷土博物館
☎3620-9393

陶芸体験教室

■日時=6月18日(土)、午前10時
～11時30分／午後1時～2時30
分 ■場所=都市農業公園内工房棟
■対象=区内在住・在勤・在学の方
■内容=自由作品を1人1点作る
※作品の引き渡しは8月中旬
以降 ■定員=各16人(抽選) ■費
用=500円(材料費) ■申込=全
員の住所、氏名(フリガナ)、年齢、
電話番号、希望時間、「6月18日
陶芸体験教室」を往復ハガキで送
付 ※返信面にも宛名を記入。1

通で2人まで。重複申し込み不可
■期限=6月8日(水)必着 ■申・問
先=障がい福祉センター社会リハ
ビリテーション室 〒121-0816
梅島3-31-19 ☎5681-0131

区民のひろば

=催し物=

☆太極拳無料体験講習会 6月
7日(火)、午後1時～2時45分／
千住スポーツ公園相撲場(千
住大橋駅徒歩5分)／上級指導
員の模範演技と指導。初心者
歓迎 ※室内用運動靴持参／
60人(要予約)／電話または住
所、氏名をファクス／太極拳
を学ぶ会
☎5808-0268 ☎3876-5311

あだちの遊び場



※開館(園)時間などは各施設によって異なる

桑袋ビオトープ公園

〒121-0061花畑8-2-2

☎3884-1021 ☎3884-1041 ☎http://ces-net.jp/biotop/

イチ
オシ

植物染めで布うちわづくり

■日時=6月26日(日)、午前10時～午
後3時 ■内容=園内で野草を採取し
て染液を作り、その染液で染めた布
を使ってうちわを作る ■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 ■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・ファクス番号、「植物染めで布うちわづくり」をファクス・
往復ハガキで送付 ※往復ハガキは返信面にも宛名を記入 ■期限
=6月14日(火)必着



▲好きな模様をつけよう

都市農業公園

〒123-0864鹿浜2-44-1

☎3853-4114 ☎3853-3729 ☎http://www.seibu-la.co.jp/adachi-agri/

イチ
オシ

園芸講習会「食虫植物ハエトリソウの育て方」

■日時=7月2日(土)、午前10時30分～正午 ■場所=人と自然の共生
館 ■内容=ハエトリソウの育て方や植え替えの方法を学ぶ ■定員=
10人(抽選) ■費用=1,000円(材料費) ■期限=6月20日(月)必着

ハーブ教室「ラベンダースティック&サシェ作り」

■日時=6月25日(土)、午前10時30分～正午／午後1時30分～3時 ■場所=
工房棟 ■内容=ラベンダーの束にリボンを編み込んだ、ラベンダースティ
ックとサシェ(香り袋)を作る ■定員=各16人(抽選) ■費用=1,500円(材
料費など) ■期限=6月13日(月)必着

——いずれも——

※場所は都市農業公園内。小学2年生以下の方は保護者同伴 ■申込=窓口、
ホームページまたは全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話番号、
希望時間(ハーブ教室のみ)、イベント名をファクス・往復ハガキで送付
※往復ハガキは返信面にも宛名を記入。1通で2人まで。重複申し込み不可

ギャラクシティ

〒123-0842栗原1-3-1

☎5242-8161 ☎http://galaxcity.jp/

イチ
オシ

プラネタリウムライブ「光と音の世界遺産」

■日時=6月25日(土)、午後2時30分～3時30分 ■内容=写真家・貫
井勇志が撮影した美しい世界遺産の映像と、弦楽・ピアノによる世
界遺産をイメージした音楽(浜渦正志作曲)の生演奏 ■定員=▷事
前…120人(5月28日から先着順) ▷当日…50人(先着順) ■費
用=500円 ※小・中学生は100円 ■申込=▷事前…電話 ▷当日
…不要 ※午前9時から観覧券を配布

スポーツチャンバラ体験

■日時等=7月3日(日) ▷午前10時～10時40分…4歳～就学前の子ど
も ▷午前11時～11時40分…小学1～3年生 ※保護者同伴 ■内容
=誰でも楽しめるニュースポーツとして発展してきた「スポーツチャ
ンバラ」を体験 ■定員=各10人(5月29日から先着順) ■申込=電話

生物園

〒121-0064保木間2-17-1

☎3884-5577 ☎http://www.seibutuen.jp/

イチ
オシ

ヒツジのショー

■日時=6月4日(土)、午後1時10分～1時25分 ■
内容=ヒツジのマシュマロがメー演技を披露
※入園料が必要 ■申込=不要 ※当日直接会場へ



▲毛刈り姿でお迎え

荒川ビジターセンター

〒120-0034千住5-13-5
「学びピア21」4階

☎5813-3753 ☎http://ces-net.jp/ara-vc/

イチ
オシ

川のようちえん「水辺の生きものをさがそう」

■日時=6月19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 ■内容=荒
川の干潟で生き物を探す ■定員=20人(抽選) ■申込=窓口または
全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、「川のようちえん」を
往復ハガキで送付 ※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=6月5日(日)必着

川あるきの日

■日時=6月5日(日)・19日(日)、午前10時～正午 ※午前9時50分から集
合場所で参加証配布 ■場所=▷6月5日…わんど広場(荒川ビジターセ
ンター集合) ▷6月19日…江北橋～扇大橋右岸(江北橋下右岸集合) ■
内容=草花や昆虫などを観察しながら歩く ■定員=20人(先着順) ※就
学前の子どもは保護者同伴 ■申込=不要 ※当日直接会場へ

ヘルプマークを
覚えてね



援助や配慮を必要としていることが外見からはわからない方が身に
つけています。 ■問先=障がい施策推進担当 ☎3880-5407

6月11日(土)・12日(日)は
区役所全館を閉館

衛生害虫駆除のため庁舎ホール・駐車場・展望レストランなど
の利用ができません。 ■問先=本庁舎管理係 ☎3880-5824

8

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

FAX…ファクス番号

🌐…ホームページアドレス

✉…Eメールアドレス

足立

エンタメインフォ

ミュージカル・ワークショップ
(3日制)

■日時=7月8日(金)、午後7時～8時30分／9日(土)、午後2時～8時／10日(日)、午前10時～午後6時■場所=シアター1010・10階稽古場1■対象=区内在住・在勤・在学中中学生以上の方■内容=演出家・板垣恭一による、歌・踊り・演技を学ぶミュージカルのワークショップ※発表会あり■定員=30人程度(抽選)■申込=窓口または申込用紙を郵送※申込用紙はシアター1010、地域文化課で配布するほか、区またはシアター1010のホームページからもダウンロード可■申込期間=5月26日～6月15日必着

—いずれも—

■申・問先=シアター1010 〒120-0034千住3-92
▷ミュージカル・ワークショップ…☎5244-1021
▷「百物語」シリーズアンコール上演…☎5244-1011

🌐http://t1010.jp/

白石加代子「百物語」シリーズ
アンコール上演

■日時=8月27日(土)、午後6時開演／28日(日)、午後3時開演 ※各30分前開場■場所=シアター1010・11階劇場■内容=白石加代子の「百物語」シリーズより、南條範夫「燈台鬼」と筒井康隆「五郎八航空」の2本立て公演■定員=各701人(▷電話・ホームページ…5月27日から**先着順**▷窓口…5月29日から**先着順**)■費用=5,000円 ※フレンズ会員は4,500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

—いずれも—

■場所=西新井文化ホール■申込=ホームページから専用フォームに入力または窓口■申先=ギャラクシティ、地域学習センターなど■問先=ギャラクシティ ☎5242-8161

🌐http://galaxcity.jp/

会田桃子グランオルケスタ
アルゼンチンタンゴショー

■日時=8月5日(金)、午後7時開演 ※午後6時30分開場■内容=国内外で活躍する演奏家やダンサーによる本格的なアルゼンチンタンゴのステージ■定員=902人(6月2日から**先着順**)■費用=3,800円 ※区内在住・在勤・在学の方は3,500円。就学前の子どもは入場不可。全席指定

—いずれも—

■場所=西新井文化ホール■申込=ホームページから専用フォームに入力または窓口■申先=ギャラクシティ、地域学習センターなど■問先=ギャラクシティ ☎5242-8161

🌐http://galaxcity.jp/

わらび座
舞楽詩「風の又三郎」

■日時=9月22日(祝)、午後2時開演 ※午後1時30分開場■内容=生誕120周年を迎えた宮沢賢治の作品を舞台化した、伝統芸能や和洋楽器の演奏を取り入れたパフォーマンス■定員=902人(6月8日から**先着順**)■費用=3,500円 ※区内在住・在勤・在学の方は3,000円。友の会会員は2,500円。高校生以下の方は1,500円。就学前の子どもは入場不可。全席指定

—いずれも—

■場所=西新井文化ホール■申込=ホームページから専用フォームに入力または窓口■申先=ギャラクシティ、地域学習センターなど■問先=ギャラクシティ ☎5242-8161

🌐http://galaxcity.jp/

 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(5月～7月分)

講座の予約はインターネットからできます

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=5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6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、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				
小中学生のびのび広場 ◆小・中学生	6/5～26の毎週日曜日 午後1時～5時	各15人	無料	当日
おはよう教室「健康太極拳」	6/7～28の毎週火曜日 午前10時～11時30分	各50人	1回510円	
歌声サロン 昭和歌謡を歌おう	6/11(土) 午後2時～4時	140人	500円	
リバーサイドコンサート	6/18(土) 午後2時～3時	60人	無料	事前
特別展「古代ギリシャ 時空を超えた旅」NHK講演会	7/2(土) 午後2時～3時30分	200人	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				
すくすくベビーオイルマッサージ 【ママの日】 ◆1歳未満の子どもと母親	7/7(木) 午前10時～正午	12組	1,020円	事前
高齢者のための パソコン知りたい便利テク ◆おおむね60歳以上でマウス操作と文字入力のできる方	7/14(木) 午前10時～午後3時	20人	2,700円	
高齢者のためのスマートフォンの使い方教室 ◆おおむね60歳以上でスマートフォンをお持ちの方	7/15(金) 午後2時～4時	20人	無料	
ビデオ編集体験会 ◆16歳以上でパソコン操作のできる方	7/17(日) 午前10時～正午	4人	無料	
すくすくベビーオイルマッサージ 【ファミリーの日】 ◆1歳未満の子どもと保護者	7/24(日) 午前10時～正午	8組	1,020円	
磯(いそ)・森・夜 夏休み子ども自然体験教室 (2泊3日) ◆小・中学生	8/3(水)、午前8時～5(金)、午後5時30分 ※場所は大房岬自然の家 (千葉県南房総市富浦町多田良)	36人 (中学生6人まで)	小学生 23,000円 中学生 20,000円	
★「中世古文書を読み解くⅢ」 武将の書状編(3日制)	7/3・10、8/7 いずれも日曜日 午後2時～4時	50人	1,500円	印 6/20必着
★「論語」でたどる孔子の生涯 と思想の流れ(3日制)	7/6(水)・13(水)・21(木) 午後2時～4時	50人	1,500円	印 6/22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				
ヒップホップダンスサークル体験 A・B(4日制) ◆A：5歳～小学3年生 ◆B：小学4～6年生	6/8～29の毎週水曜日 A：午後4時15分～5時 B：午後5時～5時45分	各 30人	40円	事前
心も身体もスッキリ かんたんピラティス	6/15(水) 午後7時15分～8時30分	15人	650円	
世界でひとつ MY箸(マイはし)を作ろう ◆どなたでも(小学2年生以下の方は保護者同伴)	6/19(日) 午前9時30分～正午	20人	1,840円	事前 [ネット不可]
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	6/23(木) 午前10時～11時30分	10組	1,080円	事前
子連れでもOK みんなのピラティス&ヨガ	6/24(金) 午後0時45分～1時45分	15人	550円	

不法投棄は犯罪です

5月30日～6月30日および12月1日～31日は不法投棄防止強化月間です。不法投棄を行った者は法律で罰せられます。不法投棄の相談は、不法投棄総合窓口へお問い合わせください。■問先=不法投棄総合窓口 ☎3880-5300

5月26日(木)、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				
健康 太極拳A・B（11日制） A：基礎クラス B：経験者クラス	7/5～9/27の毎週火曜日 （7/19、9/20を除く） A：午前9時15分～10時30分 B：午前10時45分～正午	各 25人	3,960円	事前
お肌に優しいアロマの虫よけ スプレー	7/9（土） 午前10時30分～正午	12人	1,500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				
ウォーキング&ストレッチ	6/2・16・23・30 いずれも木曜日 午後1時15分～3時15分	各 20人	1回 300円	当日
スポーツスタッキングひろば ◆どなたでも	6/4（土）・18（土） 午後2時～4時	各 20人	無料	
梅田まなぼー ◆小・中学生	6/4～25の毎週土曜日 午後2時～5時	各 15人	無料	
Lコンサート 初夏の弦楽五重奏 ◆どなたでも	6/18（土） 午後7時～8時30分	80人	1,000円	事前 [ネット不可]
ケータイサロン ◆おおむね50歳以上の方	6/26（日） 午前10時～11時30分	20人	無料	事前
ピョピヨランド「乳児手遊び &読みがたり」 ◆5歳以下の子どもと保護者	6/27（月） 午前11時～11時20分	15組	無料	当日
忙しいママのための時間管理術 ◆3カ月～1歳未満の子どもと母親	7/4（月） 午前11時～正午	20組	600円	事前
 ヘルシーディナー 夏野菜とパスタ（2日制）	7/6（水）・20（水） 午後7時～9時	20人	2,900円	
盆踊りを覚えよう ◆どなたでも	7/9（土） 午後2時～4時	50人	無料	
アロマで認知症予防スプレー作り ◆16歳以上の女性	7/26（火） 午後6時～7時30分	10人	1,460円	
ヨックモックのクッキー教室 「ラングドシャーのみみつ」 ◆小学生と保護者	7/28（木） 午後2時～4時30分	16組	20円	 6/10必着
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
ヴァイオリンとピアノの ミニコンサート ◆どなたでも	5/29（日） 午前11時30分～正午	50人	無料	当日
親子リトミック（3日制） ◆4カ月～1歳の子どものと保護者	6/4・11・18 いずれも土曜日 午前9時40分～10時20分	30組	60円	事前
産後子連れOK マタニティ ヨガA・B（2日制） ◆産前・産後の方（妊娠中の 方は医師と家族からの了承 が必要）	6/14（火）・28（火） A：午前10時～11時 B：午前11時20分～午後 0時20分	各 10人	1,600円	
初心者向け 自分で浴衣を 着てみませんか（3日制） ◆16歳以上の女性	6/19・26、7/3 いずれも日曜日 午後1時30分～3時30分	5人	3,000円	
親子でも参加できる 子どものための書き方教室 （4日制） ◆5歳～小学2年生（就学前の 子どもは保護者同伴）	6/21～7/12の毎週火曜日 午後4時～4時45分	8組	3,680円	
大人のための きれいな字の書き方 「ひらがな編」（4日制） 託児：6カ月～3歳の子どもの	7/1～22の毎週金曜日 午後1時30分～3時	12人 （託児 4人）	2,600円 （託児付き 4,600円）	
英語大好きキッズになろう A・B（6日制） ◆A：1歳6カ月以下の子ど もと保護者 ◆B：1歳7カ月～3歳の子 どもと保護者	7/4・11、8/29、 9/5・12・26 いずれも月曜日 A：午前10時～10時50分 B：午前11時10分～正午	各 12組	4,800円	
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歳の子どもの	7/4・11・25 いずれも月曜日 午後1時～2時	10人 （託児 4人）	1,530円 （託児付き 3,060円）	
ママリフレッシュ赤ちゃんすや すやベビーダンス（3日制） ◆首が据わって抱っこ可能な 3カ月～2歳の子どものと保護者	7/6・27、8/3 いずれも水曜日 午前11時～午後0時15分	12組	3,000円	
明るくいいきいき スポーツ吹き矢（3日制）	7/6・13・27 いずれも水曜日 午後1時30分～3時30分	25人	1,750円	
初心者のための太極拳教室 （9日制）	7/7～9/15の毎週木曜日 （8/11、9/8を除く） 午前10時30分～正午	10人	4,050円	
古典に親しむ（2日制）	7/7（木）・14（木） 午後2時～4時	20人	無料	
子どものためのクラシック バレエA・B（10日制） ◆A：3歳～小学1年生 ◆B：小学2～6年生	7/7～9/29の毎週木曜日 （9/8・15・22を除く） A：午後3時45分～4時45分 B：午後5時～6時	各 15人	9,768円	

講座名（◆対象）	日時	定員	費用	申し込み方法
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
自分で考える子どもに育てる コミュニケーション「親業」	7/8(金) 午後1時30分～3時30分	30人	500円	事前
はじめてのピラティス (4日制)	7/10～31の毎週日曜日 午後4時～5時	20人	2,200円	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
江北囲碁サロン ◆小学生以上の方	6/4(土)・18(土) 午後2時～4時	各 10人	1回 110円	当日
クジラのフレームとUVレジン でアクセサリー作り教室 ◆どなたでも(就学前の子 どもは保護者同伴)	6/12(日) 午前10時～11時	10人	1,230円	事前
浴衣をきれいに着て夏祭り に行こう(3日制) ◆16歳以上の女性	6/15・22・29 いずれも水曜日 午後1時30分～3時30分	15人	1,650円	
ミュージックベル ミニコンサート ◆どなたでも	6/19(日) 午後1時30分～2時	30人	無料	当日
フルーツミニコンサート ◆どなたでも	6/19(日) 午後2時～2時30分	30人	無料	
 糖尿病対策　健康体操と 薬膳料理について学ぼう	6/27(月) 午前10時～正午	20人	無料	事前
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
福祉まつりハート&ハート2016 ◆どなたでも	6/5(日) 午前10時～午後3時15分	なし	無料	当日
プリザーブドフラワー 初夏のアレンジ	6/7(火) 午前10時～正午	20人	3,200円	事前
気軽に簡単　ストレッチと リズムダンス(6日制)	6/17～7/22の毎週金曜日 午後1時～2時	15人	3,060円	
さのけん玉ひろば ◆どなたでも	6/18(土) 午後1時30分～4時	10人	無料	当日
親子で楽しくえいご(3日制) ◆1～3歳の子どもと保護者	6/20・27、7/4 いずれも月曜日 午前10時30分～11時30分	10組	親1人子1人3,000円 (子が1人増えること に1,800円追加)	事前
指でござしアート 春夏秋冬を描こう	6/21(火) 午後1時～3時	10人	600円	
佐野写真サロン	6/25(土) 午前10時～正午	10人	100円	当日
親子で作る サンドイッチA・B ◆4歳～小学3年生と保護者	6/26(日) A:午前11時～正午 B:午後2時～3時	各 12組	300円	事前
気軽に楽しく フラサークル体験(3日制) ◆16歳以上の女性	7/1・8・15 いずれも金曜日 午前11時～正午	16人	30円	
暮らしの中で楽しむいけ花	7/4(月) 午後1時～3時	10人	1,550円	
サロンde(で)脳トレ ◆どなたでも	7/6(水) 午前10時30分～正午	20人	150円	
誰でも手軽に楽しめる 健康スポーツ吹き矢(2日制)	7/7(木)・21(木) 午後3時30分～5時	15人	1,100円	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
小学生囲碁教室(9日制) ◆小学生	7/3～9/25の毎週日曜日 (7/17、8/14・21、9/18を除く) 午前10時30分～午後0時30分	15人	1,980円	事前
 寄り道サロン 薬膳ごはんデトックス (2日制)	7/5(火) 午前10時～正午 7/12(火) 午前10時～午後1時	15人	2,000円	
誰でも簡単にできる パステル画体験(2日制)	7/7(木)・21(木) 午後1時～4時	20人	500円	
身体にやさしい太極拳 (11日制)	7/7～9/29の毎週木曜日 (8/11、9/22を除く) 午後1時30分～3時	20人	4,950円	
すっきり美しく初めてのヨガ (4日制) ◆16歳～おおむね60歳の女性 託児：1歳6カ月～3歳の子ども	7/7～8/4の毎週木曜日 (7/28を除く) 午後3時45分～4時45分	20人 (託児 6人)	2,440円 (託児付き 3,360円)	
鹿浜寄席 ◆小学生以上の方	7/10(日) 午後2時～3時30分	20人	1,000円 (小・中学生 は500円)	当日
今日から始める　シニア向け スマートフォン教室 ◆おおむね60歳以上の方	7/20(水) 午後2時～4時	20人	無料	事前 (鹿浜地域学習 センターのみ で受け付け)
まなぼー体験 手作りうちわで涼しくなろう ◆小学生	7/22(金) 午後2時～4時	10人	100円	事前
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	7/25～9/5の毎週月曜日 (8/8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)	



10

申し込み方法は
8面参照

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
(5月～7月分)

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				
新田うたごえひろば	6/18(土) 午後2時～3時	20人	100円	事前
 親子で夏のフルーツサンドと磯(いそ)の香りのロールサンド作り ◆4歳～小学3年生と保護者	6/19(日) 午前11時～午後0時30分	12組	300円	
「おはじきサッカー」練習会 ◆どなたでも	6/19(日) 午後2時～4時	12人	無料	
bjリーグアカデミーが教える「ボールゲーム」(4日制) ◆小学1～3年生	6/22～7/13の毎週水曜日 午後4時～4時45分	20人	2,240円	
 男の料理「辛すぎない大豆入り麻婆茄子(マーボーナス)ほか」 ◆16歳以上の男性	6/25(土) 午前11時～午後1時	16人	500円	
おもちゃの病院 ◆どなたでも	6/25(土) 午後1時～4時	20人	無料 (場合によって一部負担あり)	当日
 野菜で健康 和の彩り3品「鶏肉(とりにく)とレモンを主役に」	6/28(火) 午前10時30分～午後1時30分	16人	1,500円	事前
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
簿記入門講座(10日制)	6/17～9/9の毎週金曜日 (7/1・8/8/12を除く) 午後3時30分～5時	20人	8,900円	事前
サッカー地で作る子どものゆかた(5日制) ◆18歳以上の方	6/20～8/1の毎週月曜日 (7/11・18を除く) 午後1時30分～4時30分	10人	3,200円	事前 [ネット不可]
着ぐるみ人形劇「赤ずきんちゃん」(劇団バフ) ◆3歳以上の方(小学生以下の方は保護者同伴)	6/25(土) 午後2時～3時30分	300人	1,000円 (小学生以下の方は500円)	事前 (竹の塚地域学習センター窓口のみでチケット販売)
はじめて学ぶ韓国語(10日制)	7/12～9/20の毎週火曜日 (7/26を除く) 午後1時30分～2時40分	20人	7,500円	事前
チューズデー・ダンシング・キッズ(12日制) ◆小学生	7/12～9/27の毎週火曜日 午後5時～6時	20人	7,320円	
キッズ・ダンスレッスン(10日制) ◆小・中学生	7/14～9/29の毎週木曜日 (8/11、9/22を除く) 午後6時～7時	20人	6,100円	
もコンサート「ピアノ&ピアノ」 ◆どなたでも	7/16(土) 午後2時～4時	300人	1,000円	事前 [ネット不可]
コード刺繍(ししゅう)ソウタシエで作るビーズのブローチ ◆20歳以上の女性	7/23(土) 午前10時～正午	10人	1,200円	事前
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
野菜手入れの基本を学ぼう「春夏編」(3日制)	6/12、7/10、8/14 いずれも日曜日 午前10時～11時 ※場所は栗島小学校	10人	1,030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	6/18(土) 午後3時～4時 ※場所は弘道	10人	450円	事前
すすくすべピーマッサージ ◆3カ月～1歳未満の子どもと保護者	6/23(木)、7/14(木) 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,020円	
インドカレー店で「お父さんが喜ぶナンづくり」 ◆4歳～小学生と保護者	6/25(土) 午後3時～4時30分 ※場所は青井	10組	1,300円	
中国語入門編「発音の基礎」(9日制)	6/27～9/26の毎週月曜日 (7/11・18、8/8、9/12・19を除く) 午後6時20分～7時20分	20人	6,750円	
中国語初級編「簡単な日常単語」(9日制) ◆16歳以上で中国文字を読める方	6/27～9/26の毎週月曜日 (7/11・18、8/8、9/12・19を除く) 午後7時30分～8時30分	20人	6,750円	事前
掃除のコツはプロに聞け「ズボラ掃除術」	6/30(木) 午前11時～正午	30人	無料	
パーソナルカラー「自分色で見た目が変わる」(3日制) ◆16歳以上の女性	7/2・9・16 いずれも土曜日 午後1時～3時	10人	3,000円	
ちょっと知るだけですごく楽しいデジカメ撮影術(5日制)	7/2～30の毎週土曜日 午後7時～9時	20人	2,500円	
平田農園で農業体験をしよう「じゃがいもの収穫」 ◆4歳～小学生と保護者	7/3(日) 午前10時～正午 ※場所は青井	20組	500円	事前 [ネット不可]
韓国語入門編「発音の基礎」(11日制)	7/9～9/24の毎週土曜日 (8/13を除く) 午前10時～11時	20人	8,250円	事前

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				
普通救命講習会 「普通救命技能認定証を取得」	7/10(日) 午前9時～正午	20人	1,400円	事前
認知症サポーター養成講座 入門編	7/30(土) 午後1時～3時	20人	無料	
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
東和地域学習センターは6月～29年8月末まで改修工事のため、講座情報なし。				
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	6/8(水)・22(水) 午後1時30分～2時50分	各 25人	1回 430円	当日
フェルトでつくる マトリョーシカのつるし飾り (2日制)	6/17(金)・24(金) 午後2時～4時	10人	810円	事前
わくわく子育て おうちほん講座 ◆妊娠中・子育て中の方	6/21(火) 午前10時30分～11時30分	15人	無料	
ママと一緒にわくわく親子体操 (4日制) ◆2・3歳の子どもと母親	6/24～7/15の毎週金曜日 午後0時30分～1時30分	15組	2,160円	
子育てサポーター養成講座 (3日制)	6/27、7/4・11 いずれも月曜日 午前10時～正午	20人	無料	
楽しく読もう近代文学 夏目漱石「彼岸過迄」(4日制) ◆中学生以上の方	7/3、8/7、9/4、10/2 いずれも日曜日 午前10時～午後0時30分	20人	400円 (本購入の方 は1,804円)	
パパと一緒にのびのび体操 ◆2・3歳の子どもと父親	7/10(日) 午前10時～11時	15組	540円	
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 託児：1歳6カ月～就学前の子ども	7/10(日) 午前10時～11時30分	10人 (託児 3人)	530円 (託児付き 960円)	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
園芸ボランティア活動支援	6/7～28の毎週火曜日 午前10時～11時30分	各 10人	無料	当日
ユーモア川柳	6/12(日) 午後1時30分～3時30分	20人	800円	
花畑おもちゃ病院 ◆どなたでも	6/24(金) 午後1時～4時	なし	無料 (場合によって 一部負担あり)	
女子トレ会「ピラティス」 ◆16歳以上の女性	6/26(日) 午前10時～11時30分	10人	700円	事前
大人のぬり絵広場	6/28(火) 午前10時～正午	16人	650円	
浴衣着付け教室(3日制) ◆16歳以上の女性	6/29、7/6・13 いずれも水曜日 午前10時～正午	15人	990円	
昭和歌謡曲ショートコンサート ◆どなたでも	6/30(木) 正午～午後0時30分	なし	無料	当日
ゆっくりミニテニス(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	7/7～8/4の毎週木曜日 午前9時30分～10時30分	12人	4,120円	事前
かんたんミニテニス(5日制)	7/7～8/4の毎週木曜日 午前11時～正午	12人	4,120円	
キッズテニスA・B(5日制) ◆A：4～6歳の子ども ◆B：小学生	7/7～8/4の毎週木曜日 A：午後3時30分～4時30分 B：午後4時45分～5時45分	各 12人	4,120円	
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	7/14(木)・28(木) 午前10時～11時30分	各 10組	1回 1,130円	
美文字講座(2日制)	7/14(木)・21(木) 午後7時30分～8時30分	15人	1,180円	
美しい姿勢を作る フラメンコ「入門」(5日制)	7/16～8/13の毎週土曜日 午前9時45分～10時45分	20人	2,250円	
編み物好き向け あみぐるみ教室(3日制) ◆かぎ針が使用できる方	7/16・23・30 いずれも土曜日 午後1時30分～3時30分	15人	1,490円	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
こそだて英語 親子で楽しもう(3日制) ◆3歳以下の子どものと保護者	6/12・26、7/10 いずれも日曜日 午前10時30分～11時30分	10組	3,000円	事前
子ども同伴可 心とカラダ のほぐし&引き締めヨガ	6/18(土) 午前10時30分～11時30分	15人	550円	
パパも育児を楽しもう 子どもと一緒に工作とリズム遊び ◆1歳6カ月～3歳の子どものと父親	6/19(日) 午前10時30分～11時45分	10組	660円	
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～ハイハイ ができる前の子どものと母親	6/21(火) 午前10時30分～11時30分	12組	550円	

5月26日(木)、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

11

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				
健康寿命をのぼそう 体操サークル体験 ◆おおむね60歳以上の方	6/27、7/4・18 いずれも月曜日 午前10時～11時30分	各 10人	1回 10円	事前
肌に優しいアロマの 虫よけスプレー作り	6/28(火) 午前10時30分～正午	10人	1,590円	
楽しくじっくり太極拳A・B (12日制) A：基礎クラス B：経験者クラス ◆おおむね40歳以上の方	7/1～9/30の毎週金曜日 (8/12、9/23を除く) A：午前9時10分～10時30分 B：午前10時45分～午後0時15分	A:15人 B:20人	5,160円	
赤ちゃんと楽しく ペビーヨガ ◆首が据わった2カ月～あんな よができる前の子どもと母親	7/6(水) 午後1時30分～2時20分	10組	560円	
楽しく続ける ゆったり健康太極拳(6日制) ◆おおむね60歳以上の方	7/12～9/27の第2・4火曜日 午前10時～11時30分	20人	2,580円	
スイムスポーツセンター(うきうき館) 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133				
アクティブエアロ	6/3・10・17 いずれも金曜日 午後7時30分～8時40分	各 30人	1回 450円	当日持
マスターズ水泳トレーニング ◆18歳以上の方	6/11(土) 午後5時～8時30分	25人	830円	
しっかりエアロ	6/12・19・26 いずれも日曜日 午前10時30分～11時40分	各 30人	1回 450円	事前
体すっきり 盆踊り(3日制)	7/15・22・29 いずれも金曜日 午前10時30分～11時30分	10人	1,560円	
朝のショートレッスン	毎週水曜日(6/1を除く) 午前9時15分～10時	各 20人	1回 300円	
アクアエクササイズ	毎週水曜日(6/22を除く) 午前11時20分～午後0時20分	各 30人	1回 660円	
コアサーキット	毎週木曜日(6/30を除く) 午後7時30分～8時15分	各 20人	1回 610円	当日持
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(右記参照)へ				
美姿勢体創ひめトレ(10日制) ◆16歳以上の女性	6/27～9/12の毎週月曜日 (7/18、8/15を除く) 午後3時30分～4時30分	30人	4,500円	事前
フィットネス・フラ(8日制)	7/1～8/26の毎週金曜日 (8/12を除く) 午後1時～2時10分	30人	3,600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	5/28、6/11・25 いずれも土曜日 午後7時30分～8時20分	なし	入場料 のみ	当日持
アクア・エクササイズ	5/31、6/7・14 いずれも火曜日 午前11時30分～午後0時20分	各 45人	入場料 のみ	
水中のびのびストレッチ	毎週水曜日 午後0時30分～0時45分 毎週金曜日 午後7時30分～7時45分	なし	入場料 のみ	

講座名（◆対象）	日時	定員	費用	申し込み方法	
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。					
ワンポイントレッスン	毎週水曜日 午後0時45分～1時20分 毎週金曜日 午後7時45分～8時20分	なし	入場料 のみ	当日持	
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211					
ヤゴ救出大作戦 ◆中学生以下の方と保護者	6/5（日） 午前10時～11時30分	300人	200円	当日	
月曜ヨガ（7日制）	6/20～9/5の毎週月曜日 （7/11・18・25、8/8・15を除く） 午後7時～8時	30人	3,150円	事前	
キッズダンス初級クラス （10日制） ◆小学生	6/29～10/5の毎週水曜日 （8月を除く） 午後3時30分～4時30分	20人	4,000円		
やさしいヨガ（11日制）	7/1～9/30の毎週金曜日 （7/15・22、8/12を除く） 午前10時～11時15分	30人	4,950円		
卓球教室 A・B（10日制） A：初級コース B：中級コース	7/5～9/20の毎週火曜日 （8/9・16を除く） 午後3時30分～5時30分	各 16人	9,100円		
トリム体操（10日制） ◆おおむね50歳以上の方	7/6～9/28の毎週水曜日 （7/20、8/10・17を除く） 午前10時～11時30分	30人	4,500円	当日持	
ボクシングエクササイズ	毎週月曜日（6/13を除く） 午後3時30分～4時40分	各 30人	1回 440円		
しっかりエアロ	毎週土曜日（6/18を除く） 午前11時～午後0時10分	各 50人	1回 440円	当日持	
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					
スキルアップレッスン	6/4（土）・11（土） 午後6時30分～7時20分	各 10人	1回 660円	当日持	
マスターズ水泳コース	6/6（月） 午後7時30分～8時30分	15人	660円		
子どものための着衣水泳&AED 心肺蘇生（そせい）法体験会 ◆小学生以上の方	6/19（日） 午後6時～8時30分	15人	560円 （中学生以下の 方は210円）	事前	
50歳からの貯筋体操（金曜日） A・B（5日制） ◆おおむね50歳以上の方	7/1～29の毎週金曜日 A：午前10時20分～11時10分 B：午前11時20分～午後0時10分	各 13人	2,250円		
50歳からの貯筋体操（火曜日） A・B（5日制） ◆おおむね50歳以上の方	7/5～8/2の毎週火曜日 A：午前10時20分～11時10分 B：午前11時20分～午後0時10分	各 13人	2,250円		
親子ふれあい遊び（3日制） ◆6カ月～1歳3カ月の子ども と保護者	7/6・13・27 いずれも水曜日 午前10時～10時45分	12組	2,490円		
子どもリトミック（3日制） ◆1歳3カ月～2歳の子とも と保護者	7/6・13・27 いずれも水曜日 午前11時～11時45分	12組	3,150円	当日持	
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	6/8（水）・22（水） 午前11時～正午	各 20人	1回 10円		
いきいきウォーキング ◆おおむね60歳以上の方	6/10（金） 午前10時30分～11時30分	20人	210円	当日持	

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

遺言書
作成

死後事務
委任契約

相続手続
代行

尊厳死宣言

遺言、相続は
実績豊富な
専門行政書士へ

しんせい行政書士事務所

☎ 03-5284-8047

(メール) kodaka_shinsei@poppy.ocn.ne.jp
(受付) 受付 8 時～ 18 時 (代表) 行政書士 小高 大輔
東京都行政書士会所属 会員番号 第 9180 号

未来を見据えた資産の
組み換えご提案いたします。



底地・老朽アパート
共有持分不動産
買取り・管理・相続対策

のご相談は  東京都市開発株式会社 にお任せください。

＝ まずはお気軽にお電話ください ＝

☎ 0120-777-623

ご相談・ご査定 無料 (受付時間/9:00～18:00 日、祝日を除く)

東京都千代田区永田町2丁目17番13号 東京都市開発ビル
免許番号 宅地建物取引業 国土交通大臣(3)第6194号

1年間、健やかに生活するためにも
早めに健診を受けましょう!

◆5月の連休明けから5月末に
かけて、以下①～③の順番
で「受診券」が発送されます。

① 足立区国保特定健診(40～65歳)
② 足立区国保特定健診(66～74歳)
③ 後期高齢者医療健診(75歳～)



「受診券」は
黄色
の封筒で
届きます

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

思い立ったら特定健診・・・
「無料」です
弥生小学校6年 井手 勇希

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>

12

6月4日(土)・5日(日)、午前10時～午後4時

しょうぶまつり
& スタンプラリー

約140種・8,100株のハナショウブが見ごろのしょうぶ沼公園と、東綾瀬公園(ハト公園)を結ぶスタンプラリーが楽しめます。 ※5月26日～6月12日、午後6時～8時30分はハナショウブをライトアップ。まつりの日は30分延長

しょうぶ沼公園の催し

■内容=ハナショウブの説明会／地元商店街による模擬店／出張生物園／友好都市の物産展／としのう朝市／しょうぶ茶屋／東京メトロブース／俳句教室／ジャズ演奏会／出張みどりのカフェなど ※5日、午後2時から緑の募金を300円以上した方にハナショウブを進呈(なくなり次第終了)

シャトルバス

■内容=しょうぶ沼公園と小岩菖蒲園(江戸川区)を約30分で結ぶ無料バスを運行

スタンプラリー

■内容=しょうぶ沼公園～東綾瀬公園(ハト公園)に設置された5個のスタンプを集めると完歩賞を進呈。また、ハト公園で友好都市の特産品などが当たる抽選会に参加可 ※いずれも引き換えは賞品がなくなり次第終了。スタンプ台紙は区役所などで配布するほか、当日会場でも配布(午前10時～午後3時)

東綾瀬公園の催し

■内容=地元商店街の模擬店／各種PR展／大道芸／東京メトロブースなど

新企画

世界の食広場
in ハト公園

■場所=東綾瀬公園(ハト公園)
■内容=「世界の料理」をテーマにした多国籍フードイベント

問い合わせ先=しょうぶ沼公園の催し、シャトルバス…みどり推進課 みどり事業係 ☎3880-5919
▷スタンプラリー、東綾瀬公園の催し、世界の食広場…(一財)足立区観光交流協会 ☎3880-5853

くわしくは、[足立区 しょうぶまつり](#) [検索](#)

幻想的なきらめきを満喫

ホタル見night! 2016

6月3日～19日の金・土・日曜日、
午後6時～9時

生物園 夜間特別開園

※午後5時に閉園後、午後6時に再開園。最終入園は午後8時30分。午後6時以降、小学生以下の方は16歳以上の方の同伴が必要

あっと驚く! ホタルの生態

驚き1

卵から光る!?

ゲンジボタルは卵、幼虫、蛹、成虫に至るすべての段階で光ります。

驚き2

食事をしない!?

ゲンジボタルの幼虫は淡水に生息する貝類を食べますが、成虫になると何も食べません。水だけを飲みます。

驚き3

光り方が違う!?

ゲンジボタルはオス・メスで光り方が違います。オスは飛びながら光り、メスは草や木の葉にとまって、小さな光を出します。

そのほかのホタルイベント

ホタルの屋外ミニツアー

■日時=6月3日～19日の金・土・日曜日、午後7時30分開始 ※10分間隔で1日8回、各8分程度
■内容=自然を模した水路で、羽化したばかりのホタルの光を観察 ■定員=各15人(先着順)

屋のホタル観賞会

■日時=7月2日～18日の土・日曜日、祝日、午後1時開始 ※30分間隔で1日7回、各10分程度 ■内容=座ってゆっくりとホタルの光を観賞 ■定員=各40人程度(先着順)
※就学前の子どもは保護者同伴
※入園料が必要 ■申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ

施設情報

■所在地=保木間2-17-1 ■開園時間=午前9時30分～午後5時 ※6月3日～19日の金・土・日曜日は午後6時～9時も開園。最終入園は午後8時30分
■問い合わせ先=生物園 ☎3884-5577
HP <http://www.seibutuen.jp/>

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

あなたは1年後の筋力低下を
食い止められる自信はありますか?

「最近短距離も歩けない…」
「立ち上がれなくなった…」
「1人でトイレにはなりたくない…」

しっかり運動がしたい!!
そして食事も入浴もしたい!!
そんなサービスを求めている方必見!!
早い方でも多数ご利用頂いています。



2nd Gym+

ご見学を頂いた方に、もちろん
「今治タオル」
プレゼント!!

まずはお電話ください
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)プ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

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!

株式会社 洋かつらセンター
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・常磐線線路さわ)

5月25日
6月30日迄

丸井
北千住駅
西口
広場
丸井
北千住店

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
療養費
支給申請が
できます!
※申請には
医師の同意が
必要です。



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

世帯と人口 28年5月1日現在 (外国人含む) 世帯数: 332,514 人口: 680,426人 (男: 341,275人、女: 339,151人)

再生紙を
使用しています
330,200