



2016年（平成28年）2月25日 第1728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/>



聞くのがいちばん（毎日、午前8時～午後8時）

お問い合わせコールあだち ☎3880-0039

あだち



広報

新企画

あなたが撮った写真で 「あだち広報」が見ちガエル！



あなたの撮った写真があだち広報の1面を飾ります。あなたが思う「足立の四季」を、写真で表現してみませんか。

■問い合わせ先＝広報係 ☎3880-5815

▲区内在住の小野瀬大輔さんが撮影
これからの時季、区内で見られる
ニホンアマガエルをパシャリ！

新企画の
くわしい内容は
2面へ

今号の主な内容

4面

27年6月1日から自転車
の交通違反の罰則が強化

6面

公共施設の現状や実態を
調査・分析しています

8～11面

近所 de まなびナビ

2

新企画

あなたの撮った写真が「あだち広報」の1面に！

■申込・問い合わせ先＝報道広報課 広報係 〒120-8510中央本町1-17-1 ☎3880-5815

あだち広報の1面を飾る写真を募集します。
「足立の四季」の表情や美しさなどを写真に収め、
あなたの手で新たな「あだち広報」を作ってみませんか。

- 対象
- 区内在住・在勤・在学の方
- 内容
- 「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 ※区内で撮影した写真のみ。28年度あだち広報で使用予定。使用する号の発行約1カ月前に掲載決定を連絡
- 申し込み方法
- L版写真(未加工、カラー)の裏面に住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、撮影場所、写真の説明を記入し、郵送または持参 ※写真は返却不可。掲載決定後、作品データ(3MB程度)を提出
- 申込期限
- 4月25日(月)必着
- ※注意事項など、くわしくは区のホームページをご覧ください。



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

郵送申し込み記入例

区

上手 〒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

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」(4月～6月分)

■日時等＝表1 ■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通につき1講座、1人3通まで。同一講座への重複申し込み不可 ■期限＝3月11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・こども総合相談担当(こども支援センターげんき内) ☎3852-3535

栄養教室「離乳食から幼児食へのステップアップ」

◆中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内)

■日程＝3月11日(金) ■対象＝26年11月12日～27年4月11日生まれの子どもと保護者

◆千住保健総合センター

■日程＝3月16日(水) ■対象＝26年11月17日～27年4月16日生まれの子どもと保護者

——いずれも——

■時間＝午前10時30分～11時30分

■内容＝1歳児の食生活の話／レシピ紹介 ■定員＝20組(2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

子ども予防接種週間(3月1日～7日)は日曜日に予防接種外来を実施

■日時＝3月6日(日)、午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)

■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。病児の診療は不可。当日は予防接種相談も受け付け可 ■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(当日時間内のみ) ☎3840-3223 区・保健予防係 ☎3880-5892

献血(3月分)

体調などの条件により、献血できない場合があります。

日程	場所	時間
3(木)	西新井消防署(伊興2-5-11)	午前9時30分～11時30分／午後0時45分～3時30分
10(木)	綾瀬警察署(谷中4-1-24)	午前9時30分～11時30分／午後0時45分～4時
18(金)	西新井駅西口	午前10時～11時30分／午後0時45分～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

休日接骨院当番所(3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
6(日)	こはた接骨院(西新井本町1-10-9)	3856-2730
	保木間加藤接骨院(保木間1-25-12)	5851-9618
13(日)	かわはた整骨院(六月1-16-8トモエビル1階)	3850-1125
	誠真接骨院(綾瀬2-18-6-105)	5680-5516
20(祝)	すずき整骨院(谷在家3-22-5-102)	3857-1556
	千住原島接骨院(千住3-25-49)	3888-0144
21(休)	ふくだ接骨院(西新井1-19-7)	3855-6848
	松原接骨院(花畑4-14-12)	3885-5338
27(日)	おさかべ接骨院(西綾瀬2-21-2)	3880-4880
	みやかわ整骨院(伊興5-21-9)	5647-9739

※いずれも時間は午前9時～午後5時

■問先＝▷施術…各当番所 ▷制度…区・健診事業係 ☎3880-5121

表1 風の子カルチャー(4月～6月分)日時等

場所	曜日	時間	講座名	日程
A	月	午前	チャレンジ着付け	4/4・11・25、5/9・23・30
	火	午前	フラダンス入門A	4/12・19・26、5/10・17・24
	木	午前	初めてのミシン教室	4/7・14・28、5/12・19・26
		午後1時～2時30分	レッツ・ヒップホップ	4/14・21・28、5/12・19・26
	金	午後	ピラティス教室 リズム&ストレッチ体操	4/8・15・22、5/6・13・20・27
B	火	午前	フラワーアレンジメント	4/19、5/31、6/28
	木	午前	アロマテラピー	4/14・21、5/12・26、6/9・23
C	水	午前	子育て中のネイルアート	日程など、くわしくはホームページ (http://kazenoko-culture.jimdo.com/)をご覧ください。
			ベビーマッサージ	
			こそだて英語B	
	金	午前	フラダンス入門B	
			編みましよう 籐(とう)クラフト	
	午後	ヨーガ教室B		
D	金	午前	バレエ入門	4/1・8・15・22、5/6・13・20・27、6/3・10・17・24
			こそだて英語A	4/8・22、5/13・20、6/3・17
			基礎からの編み物	4/1・15、5/6・27、6/10・24
E	金	午前	パッチワークA	4/8・22、5/13・27、6/10・24
F	木	午前	ヨーガ教室A	4/7・14・21・28、5/12・19・26、6/2・9・16・23・30

※場所の「A」は東和地域学習センター、「B」はこども支援センターげんき、「C」は愛恵まちづくり記念館(関原の森内。駐車場は使用不可)、「D」は勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)、「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

放射線量の調査(雨天時を除く、平日)

日付(2/1～15)	1	2	3	4	5	8	9	10	12	15
測定値(マイクロシーベルト/時)	0.07	0.07	0.07	0.07	0.07	0.07	—	0.07	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＝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左中を参照

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

3

 健康・衛生

**栄養士向けセミナー
「時間栄養学を活用した
栄養指導の手法を学ぶ」**

■日時＝3月22日(火)、午後2時～4時 ■対象＝区内在住・在勤の管理栄養士、栄養士 ■内容＝女子栄養大学栄養クリニックで実践している栄養指導について、事例を交えて学ぶ ■定員＝30人(2月26日から**先着順**) ■申込＝電話または施設名、氏名、電話番号、「栄養士向けセミナー」をファクス ■場・申・問先＝竹の塚保健総合センター保健栄養担当
☎3855-5046 ☎3855-5089

 福祉・高齢医療

**介護予防「はつらつ教室」
(8日制)**

■日時等＝表2 ■対象＝区内在住の65歳以上で、介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方 ■内容＝水中ウォーキングなど ■問先＝介護予防係 ☎3880-5885

**73歳以上の区民に
無料マッサージ(3月分)**

■日時等＝▷8日(火)・22日(火)…竹

表2 はつらつ教室(8日制)日時等

場・申・問先	日時等
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 ☎3860-6903	4/22～6/17の毎週金曜日(4/29を除く)、午後1時～2時30分 定員＝20人(選考) 申込＝申込書をファクス・郵送または持参 申込期間＝2/26～4/12必着(3/22(火)を除く)
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 ☎5616-2525	4/21～6/16の毎週木曜日(5/5を除く)、午後1時～2時30分 定員＝20人(選考) 申込＝申込書をファクス・郵送または持参 申込期間＝2/26～4/12必着(3/14(月)を除く)

※申込書は開催場所で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可

地域包括支援センター介護(予防)教室(3月分)

申・問先 (地域包括支援センター)	日時	内容等
さの ☎5682-0157	23(火)、 午後2時～3時30分	メタボリックシンドローム「賢い病院のかかり方」 場所＝ゆうあいランド・さの(佐野2-30-12) 定員＝30人
千住本町 ☎3888-1510	22(火)、 午後2時～3時30分	「だまされない」と思う人ほどだまされるサギ・悪質商法の最新手口 場所＝生涯学習センター(学びピア21内) 定員＝50人
中川 ☎3605-4985	15(火)、 午後2時～3時	講習会「遺言のいろは」 場所＝中川地域センター(長門住区センター分館) 定員＝50人
日の出 ☎3870-1184	①3(木) ②16(火)、 いずれも 午後1時30分～3時	①脳を鍛えて認知症予防「そうごう」 ②講演「高齢者を狙う悪質商法にご用心」 場所＝①千住あずま住区センター分室 ②総合ボランティアセンター いずれも、定員＝40人

※いずれも、■申込＝電話(2月26日から**先着順**。月～土曜日、午前9時～午後5時)

の塚障がい福祉館 ▷13日(日)・27日(日)…勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ※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

**28・29年度の後期高齢者
医療保険料の見直し**

◆28・29年度の保険料
■内容＝▷均等割額…年間4万2,400円 ▷所得割率…9.07% ■限度額＝57万円 ※現行の保険料軽減策は引き続き実施。保険料の決定方法など、くわしくは被保険者に2月下旬に送付する「あだち長寿医療だより」を参照
◆保険料・制度の説明会
■日時等＝表3 ■申込＝不要 ※当日直接会場へ
——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

表3 保険料・制度の説明会日時等

場所	日時
勤労福祉会館 (綾瀬プルミエ内)	3/13(日)、 午前10時～11時
区役所 庁舎ホール	3/1(火)、 午後2時～3時
竹の塚 地域学習センター	3/6(日)、 午前10時～11時

もの忘れ相談(3月分)

■日程等＝表4 ■対象＝65歳以上の方と家族 ■申込＝電話または窓口 ■問先＝介護予防係
☎3880-5885

表4 もの忘れ相談(3月分)日程等

場・申・問先 (地域包括支援センター)	日程
さの ☎5682-0157	24(木)
中央本町 ☎3852-0006	17(木)
西新井 ☎3898-8391	5(土)
一ツ家 ☎3850-0300	17(木)

 仕事・産業

**区公式ホームページ
バナー広告募集**

■内容＝区公式ホームページのトップページに掲載する広告を募集 ※料金は1カ月につき2万円。1カ月単位で最長12カ月まで申し込み可。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。 ■申・問先＝広報係 ☎3880-5815

 公募・ボランティア

野鳥モニター

■対象＝次のすべてに当てはまる方…20歳以上／区内在住・在勤・在学または区内の自然環境にかかわる活動をしている／野鳥を識別できる ※4月に実施予定の基礎研修会への参加が必要 ■内容＝奇数月に、指定した地域の野鳥の生息調査と報告／活動報告会・研修会などへの出席 ■任期＝基礎研修会終了後～29年3月31日 ■報酬＝野鳥生息調査報告1件につき1,000円 ■募集人数＝3人程度(選考) ※申し込み方法など、くわしくは募集要項を参照。募集要項は3月9日(水)までに電話または窓口で請求 ■期限＝3月16日(火)必着 ■申・問先＝環境事業係
☎3880-5860

表5 郵便等投票の対象

手帳などの種類	障がいの種類・要介護状態区分	障がいの程度
身体障害者手帳	両下肢／体幹／移動機能	1・2級
	心臓／じん臓／呼吸器／ぼうこう／直腸／小腸	1・3級
	免疫／肝臓	1～3級
戦傷病者手帳	両下肢／体幹	特別項症～第2項症
	心臓／じん臓／呼吸器／ぼうこう／直腸／小腸／肝臓	特別項症～第3項症
介護保険被保険者証	要介護状態区分	要介護5

※身体障害者手帳に「社会生活活動制限」の記載がある方を除く
※表に当てはまり、上肢障がい1級または視覚障がい1級の方は、代理人による投票制度あり。投票方法など、くわしくはお問い合わせください。

 暮らし・まちづくり

**選挙は様々な方法で
投票が可能です**

◆障がいなどのある方は郵便で投票ができます
■対象＝表5のいずれかに当てはまり、自分で投票用紙に記入ができる方 ■内容＝「郵便等投票証明書」の交付を受けることで、郵便での投票が可能 ■申込＝本人または代理人が、身体障害者手帳、戦傷病者手帳、介護保険被保険者証のいずれかを持参 ※確認後、申請書を配布。申請書の氏名は必ず本人の直筆が必要。後日、「郵便等投票証明書」を発行。証明書発行までに1カ月以上かかる場合あり
◆海外からの投票
■対象＝海外に3カ月以上住所を有する方 ■内容＝在外選挙人名簿へ登録することにより、国政選挙(衆議院議員選挙および参議院議員選挙)に限り投票が可能 ※登録方法など、くわしくはお問い合わせください。
——いづれも——
※今夏に予定している参議院議員選挙で利用を希望する場合、早めの申請をお願いします。 ■申・問先＝選挙管理委員会事務局 選挙係
☎3880-5531

 催し物

**障がい者サークルによる
展示会「フープ展」**

■日時＝3月7日(月)～11日(金)、午前10時～午後5時 ※7日は午後1時開始、11日は午後1時終了 ■場所＝ギャラクシティ ■内容＝区内で活動する障がい者のサークルによる絵画・陶芸などの合同展 ■申込＝不要 ※当日直接会場へ ■問先＝障がい福祉センターあしすと社会リハビリテーション室 ☎5681-0131

催し物は、
4面に続きます

4

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

催し物は、
3面からの続きです



催し物

日本文化に触れる その3
「日本舞踊の魅力」

■日時＝3月27日(日)、午後2時～3時■内容＝日本舞踊界で数々の賞を受賞している若手の新鋭・若見匠祐助氏による舞踊会■定員＝100人(2月26日から先着順) ※小学生以下の方は保護者同伴。3歳以下の子どもは入場不可■費用＝1,000円 ※小学生以下の方は500円■申込＝電話・窓口または代表者住所、氏名、電話番号、参加人数、「日本舞踊」をファクス■場・申・問先＝花畑記念庭園・桜花亭
☎3885-9795 📠3860-0608

科学ブロックで動く
清掃車を組み立てよう

■日時＝3月20日(祝)、午後2時～4時■場所＝ギャラクシティ■対象＝小学3～6年生■内容＝科学ブロックサークルの小・中学生の指導のもと、レゴブロックのサイエンス&テクノロジーセットで清掃車を組み立て、動く仕組みを学ぶ■定員＝10人(2月29日から先着順)■申込＝区のホームページ内の専用フォームに入力またはファクス■申・問先＝青少年教育担当
☎3880-5273 📠3880-5641

アートアクセスあだち
音まち千住の縁 友政麻理子
「知らない路地の映画祭」

■日時＝3月11日(金)～13日(日)、午後2時開始／午後6時開始 ※11日は午後6時開始分のみ。各30分前開場■場所＝千住庁舎■内容＝作家・

友政麻理子と区民と一緒に制作した映画を、かつての映画館(ミリオン座)があった場所で上映■定員＝各30人(2月26日から先着順)■申込＝電話またはホームページ■申・問先＝「アートアクセスあだち 音まち千住の縁」事務局(火・木曜日を除く、午後1時～6時) ☎6806-1740
🌐http://aaa-senju.com/contact

■問先＝区・プロモーション係
☎3880-5803

陶芸体験教室

■日時＝3月19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5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、「3月19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＝3月9日(水)必着■申・問先＝障がい福祉センターあしすと社会リハビリテーション室 〒121-0816梅島3-31-19 ☎5681-0131

キャンプの達人になろう

■日時＝3月27日(日)、午前10時～午後4時■場所＝宮城ゆうゆう公園■対象＝中学生以上の方■内容＝テント設営、炊事、安全管理などを学ぶ ※20歳以上の方のみ宮城ゆうゆう公園少年キャンプ場の利用に必要な修了証を取得可(3年更新制)■定員＝20人(2月26日から先着順)■費用＝500円(材料費)■申込＝電話■申・問先＝青少年事業係 ☎3880-5275

あなたも特別区(東京23区)職員をめざしませんか

◆28年度特別区職員採用試験
■採用試験・選考日程＝表1■試験案内配布場所＝東京23区の区役所、特別区人事委員会事務局任用課 ※各告示日以降に配布。受験資格など、くわしくは試験案

内またはホームページを参照■問先＝特別区人事委員会事務局任用課 採用係 ☎5210-9787
🌐http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm
区・人事係 ☎3880-5831

表1 28年度特別区職員採用試験・選考日程

試験種	告示	申し込み受付		1次試験・選考	最終合格発表
		郵送	インターネット		
I 類採用試験	3/11(金)	4/1～4/13	4/1～4/15	6/5(日)	▷8/24(水)…技術系(※) ▷8/31(水)…技術系以外
I 類採用試験【土木・建築新方式】	6/13(月)	6/13～7/20	6/13～7/22	9/4(日)	11/11(金)
Ⅲ類採用試験				9/11(日)	
経験者採用試験・選考				9/4(日)	12/7(水)
身体障がい者を対象とする採用選考	7/6(水)	7/6～8/17	7/6～8/19	9/11(日)	11/11(金)

※技術系…土木造園(土木)、土木造園(造園)、建築、機械、電気

それって違反です!!

27年6月1日から
自転車の交通違反の
罰則が強化されました

自転車運転者が3年以内に2回以上危険行為をくり返すと、個別指導を含む3時間の講習(講習手数料標準額5,700円)が命じられます。従わなかった場合、5万円以下の罰金が科せられます。■問先＝交通対策課推進係 ☎3880-5912

27年は区内で130件の自転車事故が発生しています。自転車も車両です。交通ルールを守り、安全に利用しましょう。

危険行為例



ビュー坊
テレビ(※)に
CM出せます!

※…区からのお知らせなどを配信する電子看板

表2 広告料金一覧

ビュー坊テレビ 設置場所等		広告料 ※区内事業者は()内の料金			
		1カ月	3カ月	6カ月	12カ月
北千住エリア(8台)	北千住東口交番横・東口バス停横・西口交番横・西口エスカレーター下・西口ペDESTリアンデッキ上2台、千住大橋公園、関屋の里プチテラス	35,000円(17,500円)	100,000円(50,000円)	180,000円(90,000円)	288,000円(144,000円)
綾瀬エリア(2台)	綾瀬駅西口、北綾瀬駅前	15,000円(7,500円)	43,000円(21,500円)	77,000円(38,500円)	123,000円(61,500円)
全台セット(10台)	上記エリアを合わせた全台	40,000円(20,000円)	114,000円(57,000円)	205,000円(102,500円)	328,000円(164,000円)

※1コマ分の料金。いずれも税込み

■放映開始日＝5月1日(日)■放映時間＝午前9時～午後5時の間で原則7回 ※1コマ30秒以内■内容＝北千住駅や綾瀬駅周辺に設置されているビュー坊テレビで放映するCMを募集 ※審査あり。音は原則無音。広告主が写真素材データを提供し、区がCMを制作することも可■費用＝表2■申込＝申請書、放映用CMデータ(自社

制作。広告制作を希望する場合は写真素材データ)を区へ郵送またはEメール ※申請書は報道広報課 広報係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可■期限＝放映を希望する月の前々月の20日■申・問先＝報道広報課 広報係 ☎3880-5514
✉eizo-koho@city.adachi.tokyo.jp



▲都内初! 電子看板で民間CMを放映(写真はイメージです)

「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カ月児健診を受診した子どもと保護者■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

特別親子講座

「カルビー親子おやつ教室」

■日時＝3月27日(日)、午後1時30分～3時 ■対象＝区内在住で小学生以上の方と保護者 ※食物アレルギーのない方 ■内容＝カルビー(株)が取り組むリサイクル活動(ジャガイモの皮、こげたポテトチップスなど)とパッケージの見方の話／野菜当てクイズ／ポテトチップスの製造工程を動画で紹介 ※シリアルを試食あり ■定員＝20組(2人1組、抽選) ■費用＝

200円 ■申込＝電話・窓口または住所、全員の氏名(フリガナ)、子どもの年齢、電話番号、「カルビー親子おやつ教室」をファクス・ハガキで送付 ■期限＝3月20日(祝)必着 ■場・申・問先＝あだち再生館(月曜日、祝日休館) 〒120-0011中央本町2-9-1 ☎3880-9800 ㊟3880-9801

区民企画講座

「みんなで作ろうお花見ピザ」

■日時＝3月29日(火)、午前10時～午後1時 ■場所＝エル・ソフィア■

対象＝区内在住・在学の小学3～6年生 ■内容＝生地からピザを作り、みんなで作って食べる楽しさを体験する ■定員＝24人(2月26日から先着順) ■費用＝100円 ■申込＝電話または区のホームページ内の専用フォームに入力または住所(町名

まで)、氏名(フリガナ)、年齢、電話・ファクス番号、「ピザ作り」をファクス ■申・問先＝男女参画プラザ ☎3880-5222 ㊟3880-0133

催し物は、
6面に続きます

足立
エンタメ インフォ

ウィズ ヤマモト万歳コンサート
withボディパーカッション&和太鼓教室発表会

■日時＝3月19日(土)、午後2時開演 ※午後1時30分開場 ■内容＝ボディパーカッション&和太鼓教室の発表会と、ヤマモト万歳による和太鼓とピアノのコンサート ■定員＝500人(先着順) ※2歳以下の子どもは入場不可 ■申込＝不要 ※当日直接会場へ

シアター1010ギャラリー
リニューアルオープンイベント「ちびっこ1010まつりPart4」

■日時＝3月26日(土)・27日(日)、午前10時／午後1時30分開始 ■対象＝区内在住・在勤・在学の方 ■内容＝「動物戦隊ジュウオウジャー」、「魔法つかいプリキュア!」のキャラクターショー／エアードーム／スライダー／握手会など ■定員＝各500人(抽選) ■申込＝住所、氏名、会社名または学校名(区外在住の方のみ)、希望日時、人数(4人まで)を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。重複申し込み不可 ■期限＝3月10日(木)消印有効

新版喜劇 極楽町一丁目 一嫁姑千年戦争

■日程＝6月3日(金)・5日(日)、午後2時開演／6月4日(土)、午前11時・午後3時30分開演 ■内容＝浜木綿子、前川清、加藤茶ほかによる、「家庭内紛争」を面白おかしく描いた抱腹絶倒のコメディ舞台 ■定員＝各701人(電話・ホームページは3月5日から先着順、窓口は3月7日から先着順) ■費用＝9,000円 ※区内在住・在勤の方は8,500円。フレンズ会員は8,100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内の専用フォームに入力 ――いずれも――

■場・申・問先＝シアター1010 〒120-0034千住3-92 ☎5244-1011 ㊟<http://www.t1010.jp/>

地区計画原案の縦覧(作成前の案の公表)

6月23日に施行される「風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律」の改正に伴い、区内の一部の地区計画を変更します。なお、現在の建築規制の内容は変わりません。地区計画の変更に伴い、計画図書の縦覧や意見書の提出ができます。

■公告日＝3月10日(木) ■縦覧期間＝3月10日～24日 ■意見書提出期間＝3月10日～31日 ■縦覧場所・意見書提出先・問先＝都市計画係 ☎3880-5280

◆対象の区域

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

六町地区 ▷防災街区整備地区計画…足立一・二・三・四丁目地区／関原一丁目地区／千住仲町地区／西新井駅西口周辺地区 ▷沿道地区計画…足立区環状七号線B地区／足立区環状七号線C地区／足立区環状七号線D地区／国道4号A地区(日光街道) ※位置や内容など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

第7回中学生「東京駅伝」大会

足立区が男女とも初優勝！ 初の総合優勝！

2月7日(日)、第7回中学生「東京駅伝」大会(※)が味の素スタジアム・都立武蔵野の森公園特設周回コースで開催されました。足立区は過去開催された大会のすべてで、総合3位以内に入賞していましたが、惜しくも優勝を逃してきました。今大会は、圧巻のレース運びで男女それぞれ初優勝を果たし、足立区初となる総合優勝も勝ち取りました。今後も足立区が誇るアスリートたちの活躍に、ご声援をお願いします。

※…都内区市町村に在籍し、区市町村ごとに選抜された中学2年生チームによる駅伝競走

【男子の部(計17人)】

距離	記録
42.195km	2時間20分39秒

【女子の部(計16人)】

距離	記録
30km	1時間50分56秒

■問先＝教育政策担当

☎3880-5962



▲思いを込めて、たすきをつなぐ



◀力強い走りで記録を伸ばす



▲悲願の総合優勝を獲得

熱意ある挑戦者求む
～足立区ビジネスプランコンテスト～

申込期間
4月11日～
5月9日

■申・問先＝創業支援係(あだち産業センター内) ☎3870-8400

■内容＝斬新なアイデアで新事業や新製品・新サービスの開発などに挑戦する企業を対象に、ビジネスコンテストを開催 ※募集要項は区のホームページからダウンロード可。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。

◆創業プランコンテスト

■対象＝28年4月1日現在、未創業または創業5年未満の事業者 ■助成金額＝最大200万円 ※特に優秀と認められたプランには、最優秀賞30万円などの副賞あり

◆ビジネスチャレンジコース

■対象＝28年4月1日現在、創業3年以上の事業者 ■助成金額＝最大1,000万円 ※1年度につき500万円で2年継続の場合

審議会等の公開(3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
足立区住宅政策審議会	1(火)	午後2時～4時	区役所	住宅課 住宅計画係 ☎3880-5963
第3回足立区移動等円滑化協議会	16(水)			都市計画課 景観計画係 ☎3880-5738
足立区地域保健福祉推進協議会 子ども支援専門部会	17(木)	午後6時30分～8時		子ども家庭課 子ども施策推進担当 ☎3880-5266
第2回足立区地域包括ケアシステム推進会議	23(水)	午後2時～4時	ギャラクシテイ	高齢サービス課 地域包括ケア整備担当 ☎3880-5885
足立区地域保健福祉推進協議会	28(月)		区役所庁舎ホール	福祉管理課 調整担当 ☎3880-6223
足立区環境審議会	29(火)	午前10時～正午	区役所	環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049
足立区情報公開・個人情報保護審議会	30(水)			区政情報課 情報公開担当 ☎3880-5225

3月1日～7日は区内全域で春の火災予防運動を展開

■問先＝千住消防署 ☎3882-0119 足立消防署 ☎3852-0119 西新井消防署 ☎3853-0119 区・災害対策課 ☎3880-5836

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 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

催し物は、
5面からの続きです

📷

催し物

ふれあいまつり(3月分)

■日時=5日(土)、午前10時～午後5時／6日(日)、午前10時～午後4時
■内容=登録団体の作品展示や活動発表 ※染め物などの体験コーナーあり
■申込=不要 ※当日直接会場へ
■場・問先=梅田地域学習センター(エル・ソフィア内) ☎3880-5322

「あだち日曜教室」学習発表

■日時=3月13日(日)、午後1時30分～3時
■場所=区役所庁舎ホール
■内容=知的障がいがある青年たちによる音楽・ダンスの発表、写真・絵の作品展示など
■申込=不要 ※当日直接会場へ
■問先=青少年事業係 ☎3880-5275

(一財)足立区観光交流協会
イベント情報

◆柳家ヱ治の「お寺で落語」
■日時=3月26日(土)、午前10時30分～11時30分
■場所=安養院本堂(千住5-17-9) ■内容=芭蕉

の句碑がある古寺で、桜に春を感じ、区内在住の噺家の落語を楽しむ
■定員=60人(抽選) ※小学3年生以下の方は保護者同伴
■申込=住所、氏名、電話番号、人数(2人まで)、「お寺で落語」をファクス・ハガキで送付
■期限=3月4日(金)消印有効
■申・問先=(-財)足立区観光交流協会 〒120-8510中央本町1-17-1
☎3880-5853 FAX 3880-5769

◆千住街歩き「桜にときめく千住散策」
■日時=3月30日(水)、午前9時30分～正午
■内容=大踏切通りの桜並木や柳原千草園など、千住に咲く桜をめぐる
■定員=40人(抽選)
■申込=電話または住所、氏名、電話番号、「千住街歩き」をファクス
■申込期間=2月25日(水)～29日(日)
■申・問先=NPO法人千住文化普及会 ☎・FAX 3888-2343
■問先=(-財)足立区観光交流協会 ☎3880-5853

下り急行線
完成記念

東武伊勢崎線
竹ノ塚駅付近

「下り急行線
レールウォーク」
希望の線路を歩こう

■日時=5月8日(日)、午前10時～午後4時
■場所=下り急行線高架橋(赤山街道付近)
■対象=区内在住・在勤・在学の小学生以上で、自力で階段の昇降が可能な方 ※小学生はヘルメット持参。保護者の同伴が必要
■内容=完成した下り急行線の高架橋の上を歩く
■定員=400人

程度(抽選) ■申込=全員の住所、氏名、年齢、性別、電話番号をハガキで送付 ※1枚につき4人まで
■期限=3月25日(金)消印有効
■申・問先=レールウォーク事務局 〒121-0813竹の塚4-4-14 ☎3884-2192
■問先=区・立体化担当 ☎3880-5484

わんフェス

愛犬家のみんな
大集合だワン!

犬を飼育していない方も楽しめる。魅力的な犬に会いに行こう

■日時=3月21日(日)、午前10時～午後4時 ※犬の同伴可。
イベントのスケジュールなど、くわしくはホームページをご覧ください。

■場所=元漕江公園 ■申込=不要 ※当日直接会場へ。駐車場は限りあり
■問先=生物園 〒121-0064保木間2-17-1 ☎3884-5577
🌐http://www.seibutuen.jp/wanfes/index.html

●イベントブース
ディスクドッグショー(体験あり)／コンサート(動物をテーマにした楽曲など)／介助犬・聴導犬デモンストレーション

●テントブース
物販(犬用のおやつやおもちゃ)コーナー／軽食コーナー／聴導犬・介助犬、ディスクドッグ、生物園の紹介コーナー／保護犬の飼い主探し／犬の写真撮影会／ペットマナー啓発コーナー

●多目的広場
ドッグラン(有料)／ワンちゃんお散歩教室・相談会

▲華麗なパフォーマンスを見に行こう

公共施設の現状や実態を
調査・分析しています

施設白書の作成から見てきた公共施設の課題

公共施設などの状況と、区を取り巻く現状や将来にわたる見通しを客観的に把握・分析するための資料として、施設白書を作成しています。こうした調査・分析を進める中で、大きく次の3つの課題がみえてきました。

■問先=施設再編整備計画担当課 ☎3880-5946

◆約7割の公共施設が
築30年を経過

区が保有する公共施設の約67%は、改修などの必要が出てくる築30年を経過しています(図1)。また、公共施設の約60%が学校施設となっています(図2)。

◆「今のまま」の維持には
膨大な費用が必要

全ての施設を今のままで維持・更新していくためには、今後13年間で平均して、現在の約2倍(223億7千万円※)の費用が毎年必要と試算しています。
※…総務省試算条件に基づき算出

◆人口構造の変化により
施設の必要性も変化

少子高齢化により人口構造が変化の中で、公共施設に対する区民ニーズも変化しています。今後、地域の実情に応じた施設の最適な配置が必要になります。

図1 区施設の築年度ごとの面積

図2 面積別公共施設の割合

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

あだちの遊び場

3月・4月の催し

ギャラクシティ 〒123-0842栗原1-3-1

☎5242-8161 (午前9時～午後8時) <http://galaxcity.jp/>

イチ オシ 大人のためのくつろぎタイムコンサート 「ヴァイオリンとギターによる、Spring Concert」

■日時＝3月16日(水)、午後7時30分～8時10分 ■対象＝18歳以上の方 ■内容＝江藤有希氏(ヴァイオリン)と笹子重治氏(ギター)の生演奏にのせて、星空のもとゆったりとしたひとときを楽しむ ■定員＝▷事前…100人(2月27日から先着順) ▷当日…70人(先着順) ■費用＝500円 ■申込＝▷事前…電話 ▷当日…不要 ※午前9時から観覧券を販売

◆読み語り「奇跡の一本松 大津波をのりこえて」

■日時＝3月6日(日)、午後2時／午後3時開始 ※各30分程度 ■対象＝3歳～中学生 ※就学前の子どもは保護者同伴 ■内容＝津波を生きのび、人々を励ましている一本松を描いた絵本「奇跡の一本松 大津波をのりこえて」の読み語り／作者・なかだえり氏の故郷・岩手県陸前高田市での思い出や奇跡の一本松についての話 ■定員＝各20人(先着順) ■申込＝不要 ※当日直接会場へ

◆「こども・みーていんぐ」第5期生募集

■対象＝▷こどもジュニア…小学2・3年生 ▷こども・みーていんぐ…小学4～6年生 ※いずれも4月現在 ■内容＝プログラムの企画やイベントの運営／オリジナルキャラクター「へんてこりん星人」作り／館内装飾など ■定員＝各30人(抽選)

◆「盛り上げ隊」第5期生募集

■対象＝中学生・高校生 ■内容＝こども・みーていんぐの運営サポートやイベントの企画・運営など ■定員＝20人(抽選)
——いずれも——

■活動期間＝4月～29年3月 ※月1回程度定例会あり ■申込＝住所、氏名(フリガナ)、学校名、4月現在の学年、保護者氏名、電話番号、保護者のEメールアドレスまたはファクス番号を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限＝3月22日(火)必着

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 遊びの学校「親子で荒川サイクリングツアー」

■日時＝3月19日(土)、午前10時～午後3時 ※雨天時は3月26日(土)に延期 ■場所＝荒川ビジターセンター～岩淵水門(往復) ■対象＝小学生と保護者 ※小学4年生以上の方は1人で参加可 ■内容＝荒川を自転車でサイクリングして、自然や歴史を学ぶ ※自転車持参 ■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(学年)、電話番号、「親子で荒川サイクリングツアー」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 ■期限＝3月9日(水)必着



▲荒川河川敷を約16km走る

◆川あるきの日

■日時＝3月20日(祝)、午前10時～正午 ※午前9時50分から都市農業公園管理事務所前で参加証配布 ■場所＝都市農業公園～鹿浜橋左岸 ■内容＝荒川の五色桜、草花や昆虫など、生き物や植物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

生物園

〒121-0064保木間2-17-1

☎3884-5577 <http://www.seibutuen.jp/>

イチ オシ 家族でつり教室

■日時＝3月26日(土)、午後1時30分～4時30分 ※雨天中止 ■場所＝元漕江公園 ■対象＝小学生と保護者 ■内容＝講師の指導のもと、公園内の池で釣りに挑戦 ■定員＝15組(抽選) ■費用＝2,000円(道具代など) ■申込＝住所、全員の氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話番号、「家族でつり教室」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限＝3月12日(土)必着



▲ギンブナなどの池の魚と真剣勝負

◆ヒツジのショー

■日時＝3月5日(土)、午後1時10分～1時25分 ■内容＝ふれあいコーナーの人気者、ヒツジの「マシュマロ」が演技を披露 ■申込＝不要 ※当日直接会場へ。入園料が必要

◆ポニーの乗馬体験

■日時＝3月13日(日)、午前11時～正午／午後1時～3時 ※荒天中止 ■場所＝元漕江公園 ■対象＝小学1年生以下の方 ■内容＝小さくても力持ちなポニーに乗って、元漕江公園を散歩する ■定員＝100人(先着順) ■費用＝200円 ■申込＝不要 ※当日直接会場へ

都市農業公園

〒123-0864鹿浜2-44-1

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

イチ オシ 防災について考える1日 がんばろう日本 そなえパークの日

■日時＝3月20日(祝)、午前10時～午後4時 ■場所＝芝生広場など ■内容＝けむり体験／クラフトコーナー／防災クイズラリー／防災グッズの販売など、災害が起こったときのための備えや心構えを学ぶ ■定員＝▷防災クイズラリー…100人(先着順) ▷クラフトコーナー…40人(先着順) ■申込＝不要 ※当日直接会場へ

◆ハーブミニ講座「カモミール」

■日時＝3月19日(土)、午後1時30分～3時 ※午後1時受け付け開始 ■場所＝工房棟 ■内容＝カモミールの育て方や効能、使い方を学ぶ ■定員＝20人(先着順) ■申込＝不要 ※当日直接会場へ

◆ハーブ教室「アロマケーキ&エッグポマNDER作り」

■日時＝3月26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＝アロマオイルやドライハーブを使って、部屋の装飾品として使うアロマケーキとエッグポマNDERを作る ■定員＝各20人(抽選) ■費用＝1,500円(材料費など) ■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、「アロマケーキ&エッグポマNDER作り」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。1通で2人まで。重複申し込み不可 ■期限＝3月14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

桑袋ビオトープ公園

〒121-0061花畑8-2-2

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

イチ オシ ビオトープ公園クイズラリー

■日時＝3月6日(日)、午後2時～3時 ※午後1時45分受け付け開始 ■内容＝園内に設置したヒントをもとに、生き物や自然に関するクイズを解く ■定員＝20人(先着順) ※就学前の子どもは保護者の参加が必要 ■申込＝不要 ※当日直接会場へ



▲ヒントを頼りに全問正解をめざそう

◆自然のあそび屋台

■日時＝3月13日(日)、午後2時～2時30分 ■内容＝生き物観察や自然素材を使ったクラフトなど、この時季ならではの遊びを園内に出す屋台で紹介 ■申込＝不要 ※当日直接会場へ

中央図書館の
臨時休館(3月分)

■期間＝1日～10日 ■問先＝中央図書館 ☎5813-3740

申し込み・問い合わせの際には
よく確認を

間違い電話に困っている方がいます。電話番号をよく確認し、用件を話すときは必ず相手を確認しましょう。またEメールでの問い合わせの際には、区からの返信が届くよう、メール受信の設定を確認しましょう。

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

☎…電話番号

☎…ファクス番号

■場・申・問先…場所・申込先・問い合わせ先

☎…ホームページアドレス

※費用の記載がないものは無料

☎…Eメールアドレス

第10回TASKものづくり大賞で
(有)A&Kが奨励賞を受賞

区内企業の(有)A&Kが製作した子ども乗せ自転車用雨よけカバー製品「HIRO子供乗せ自転車チャイルドシートレインカバー透明シート強化加工」が、全101製品の中から見事、第10回TASKものづくり大賞(※)の奨励賞を受賞しました。
(※)…台東区(T)、荒川区(A)、足立区(S)、墨田区(S)、葛飾区(K)の5区共同で、ものづくり産業の活性化を図るため毎年、新製品を募集し優秀作品を表彰している

問先=工業係 ☎3880-5869

窓は曇りにくく、縫い目は破れにくい特殊加工が施されている



東京未来大学連携イベント

第2回 ボローニャ 世界の絵本展

日時=3月12日(土)・13日(日)、午前11時～午後3時 場所=東京未来大学(千住曙町34-12) 対象=区内在住・在勤の方 内容=「いたばしボローニャ子ども絵本館」所蔵の貴重な海外絵本の展示 ※手にとって読むことも可。13日、午前10時30分からビブリオバトル(本の紹介)の観覧あり

申込=電話 申・問先=東京未来大学絵本事務局(平日、午前10時～午後4時) ☎5813-2525

大学連携の問い合わせ先=区・大学連携担当 ☎3880-5840

宿泊施設インフォメーション(5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=3月1日～10日消印有効 ※3月15日(火)以降に抽選結果を通知。抽選の結果空室がある場合は、4月1日から利用希望日の3日前までに電話予約

表1 宿泊施設利用日等(5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	3～5・7・14・21・28	午前9時～午後5時 ※土・日曜日、 祝日を除く
日光林間学園 (予約専用) ☎0288-53-3681	1～7・14・21・28	

※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。

◆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)先のわかるものの提示が必要 利用料金=区民優待料金 ※くわしくはお問い合わせください。 申込=電話またはホームページ 受け付け開始日=利用希望日の6カ月前の同日 申・問先=ゆがわら水の香里(毎日、午前9時～午後8時) ☎0465-62-1830
http://www.mizunokaori.com/



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
(3月・4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=2月26日(金) 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3月20日(祝)、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				
おもてなし韓国語サロン(初級) ◆簡単な韓国語が読める方	3/1～29の毎週火曜日 午後7時～8時30分	各30人	1回500円	当日
高校生集う オールあだち文化祭 ◆どなたでも	3/20(祝) 正午～午後5時	なし	無料	
プログラミングに挑戦 オリジナルゲームを作ろう ◆中学生以上の方	3/26(土) 午後3時30分～5時30分	20人	無料	事前
第4回地域の大黒柱 おやじバンド合戦 ◆どなたでも	3/27(日) 午後1時30分～5時30分	なし	無料	当日

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				
ギャラクシティ連携「春の星空観望会」 ◆どなたでも(中学生以下の方は保護者同伴)	3/28(月) 午後6時30分～8時	30人	無料	事前
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	4/7(木) 午前10時～正午	12組	1,020円	
歌舞伎のいろは(観劇付き) (8日制)	4/7～6/2の毎週木曜日 (5/5を除く) 午後2時～3時30分	50人	13,000円	
手軽で効果的 時間管理術 のススメ(2日制)	4/10(日)・17(日) 午前10時30分～正午	40人	1,400円	
女性のための ゆったりヨガ教室A・B (10日制) ◆16歳以上の女性 託児:就園前の子ども	4/15～7/15の 毎週金曜日(4/29、 5/20・27、6/10を除く) A:午前9時20分～10時20分 B:午前10時45分～11時45分	各 40人 (託児 A:5人 B:10人)	5,300円 (託児付き 10,500円)	
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	4/24(日) 午前10時～正午	8組	1,020円	3/28必着
★みんなで考える 日本の食と農(3日制)	4/10・17・24 いずれも日曜日 午後2時～4時	30人	1,500円	
★北斎「富嶽三十六景」千住浮世絵の謎と碑を巡る(2日制)	4/16(土)午後2時～4時 4/23(土)午前9時～正午	100人	1,000円	
※★マークのついている講座のハガキ申し込みの宛名は「あだち区民大学塾事務局(生涯学習センター内)」(所在地は、生涯学習センターと同じ)。問い合わせ先は☎5813-3759(月～金曜日、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				
ママと一緒にリトミック ひろば「手遊びと音遊び」 ◆5カ月～2歳の子どものと保護者	3/8(火) 午前10時30分～ 11時15分	10組	440円	当日
スキルアップをめざす バスケットボールクリニック	3/12(土) 午後1時30分～2時30分	20人	900円	事前
脳トレで予防 認知症を知ろう	3/14(月) 午後1時30分～3時	20人	無料	
ペーパーナプキンで デコパージュ石けん作り	3/19(土) 午前10時～正午	10人	1,080円	
赤ちゃん大喜びの ベビーマッサージひろば ◆2カ月～1歳未満の子どもと保護者	3/24(木) 午前10時～11時30分	10組	1,080円	
子連れでもOK みんなの ピラティス&ヨガ	3/25(金) 午後0時45分～1時45分	20人	550円	
 親子で簡単クッキング お花 見にもってこいのベジ料理 ◆小学生と保護者	3/26(土) 午前10時～正午 ※場所は伊興住区センター	10組	1,300円	

3月10日(木)は
「東京都平和の日」

都では、東京大空襲などをはじめ戦災で亡くなられた方々の冥福と世界平和を祈念する式典を開催し、その中で、午後1時から1分間の黙とうを行います。皆さんも黙とうにご協力ください。 問先=都・文化事業課 ☎5388-3141 区・人権推進係 ☎3880-5497

2月26日(金)、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

9

講座名（◆対象）	日時	定員	費用	申し込み方法
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				
ママサロン「針を使わず 布絵本作り」A・B ◆A：2カ月～1歳未満の 子どもと母親 ◆B：1歳の子どもと母親	3/15(火) A：午前9時50分～10時40分 B：午前11時～11時50分	各 17組	1,200円	事前
早わかり行政書士合格の コツ(7日制)	4/3～5/22の毎週日曜日 (5/1を除く) 午後6時30分～7時10分	20人	19,900円	
おもてなし料理「お魚のおろし方」 ◆小学生以上の方(小・中 学生は保護者同伴)	4/10(日) 午前11時～午後2時	20人 (一般8人、 親子6組)	1,700円 (親子は 3,160円)	
すぐに使える韓国語 会話トレーニング(10日制)	4/10～6/26の毎週日曜日 (5/1・29を除く) 午後2時～3時	25人	7,050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	4/13(水) 午後4時～6時	20人	600円	
セルフリンパケア 「不眠解消でこころ軽やか」 ◆16歳以上の女性	4/14(木) 午後7時～8時30分	20人	600円	
Lコンサート バイオリン2重奏 ◆どなたでも	4/16(土) 午後7時～8時30分	200人	1,000円	事前 [ネット不可]
スイーツ教室 「2種類のシュークリーム」	4/17(日) 午後1時30分～4時30分	16人	2,410円	事前
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
興本地域星空観望会「月と星 を天体望遠鏡でみよう」 ◆小学生以上の方(中学生以 下の方は保護者同伴)	3/12(土) 午後7時～8時30分	10組	無料	事前
バイオリンとピアノのミニコンサート ◆どなたでも	3/13(日) 午後2時30分～3時30分	50人	無料	当日
 糖尿病予防 身体に 良い薬膳料理と健康体操	3/17(木) 午後1時30分～3時	10人	500円	事前
わ・す・れ・な・い 3・11 チャリティーコンサート ◆どなたでも	3/19(土) 午後1時～3時30分	50人	無料	当日
性翁寺 木余り如来と足立姫伝説 シニア向け スマート フォンの使い方を学ぼう ◆おおむね60歳以上の方	3/20(祝) 午後1時～3時	10人	230円	事前
	3/23(水) 午前10時～正午	20人	無料	
かんたんヨーガ(6日制)	4/5～6/21の毎週火曜日 (4/12・26、5/3・ 10・24、6/14を除く) 午後1時30分～2時40分	35人	3,060円	
夜間 「はじめてのピアノ教室」 A・B(8日制)	4/6～6/15の毎週水曜日 (4/27、5/4・25を除く) A：午後6時45分～7時45分 B：午後8時～9時	各 8人	9,000円	
子どものための 「はじめてピアノ教室」 A・B(10日制) ◆3歳～小学3年生	A：4/8～6/24の毎週金曜日 (4/29、5/6を除く) B：4/9～6/25の毎週土曜日 (4/30、5/7を除く) 午後5時～6時	各 8人	11,000円	
大人のための 「はじめてピアノ教室」 (10日制)	4/9～6/25の毎週土曜日 (4/30、5/7を除く) 午後3時45分～4時45分	8人	11,000円	
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	4/14～6/23の毎週木曜日 (5/5を除く) A：午後3時45分～4時45分 B：午後5時～6時	各 20人	9,768円	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
バランスの良い字の 書き方と書き順を 学びなおそう(3日制)	3/10・24・31 いずれも木曜日 午後1時30分～3時	20人	1,950円	事前
フレームを選びUVレジンで オリジナルアクセサリー作り ◆どなたでも(就学前の子 どもは保護者同伴)	3/12(土) 午前10時～11時	10人	1,230円	
防火衣を着て消防車と写真撮影をしよう ◆6歳～小学2年生(就学前 の子どもは保護者同伴)	3/26(土) 午前10時～11時	20人	無料	
みんなで楽しく交通ルール を学んでみよう ◆どなたでも(小学3年生以 下の方は保護者同伴)	3/26(土) 午前11時～正午	30人	無料	
春休み小学生ビーズアクセ サリーづくりに挑戦 ◆小学生と保護者	3/29(火) 午前10時～正午	10組	2,040円	
ノルディックウォーキング で荒川を歩こう体験教室	3/30(水) 午後1時30分～3時	20人	550円	
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	4/1(金)・15(金) 午前10時30分～正午	各 10組	1回 1,180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				
大人のための字の書き方を学ぼう ひらがな編（2日制）	4/1（金）・8（金） 午後1時30分～3時	10人	1,300円	事前
ベリーダンス教室（12日制） ◆16歳以上の女性	4/1～6/24の毎週金曜日（4/29を除く） 午後1時30分～2時30分	20人	5,400円	
親子ヨガ教室 ◆3カ月～1歳5カ月の子どもと母親	4/5（火）・19（火） 午後0時30分～1時30分	各20組	1回 460円	
五色桜の歴史とウォーキング教室	4/6（水） 午前9時～正午	20人	無料	
産後ストレッチとベビータッチ ◆2～10カ月の子どもと母親	4/6～27の毎週水曜日 午前10時30分～正午	各10組	1回 1,040円	
体幹ピラティス（6日制） ◆16歳以上の女性	4/6～5/18の毎週水曜日（5/4を除く） 午後3時30分～4時30分	25人	2,700円	
ニガテ克服 跳び箱の飛び方を学ぼうA・B（2日制） ◆A：4歳～就学前の子ども ◆B：小学生	4/7（木）・14（木） 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	680円	
みんなで楽しくドッチビーで遊ぼうA・B（2日制） ◆A：4歳～就学前の子ども ◆B：小学生	4/21（木）・28（木） 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	680円	
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
絵手紙サークル体験（2日制）	3/8（火）・15（火） 午前10時～正午	10人	無料	事前
ぬくもり感じる心のケアアロマでハンドマッサージ	3/11（金） 午前10時30分～正午	12人	1,450円	
地域を見る知る 足立歴史散策ツアー 竹の塚・伊興編	3/17（木） 午後1時～4時	16人	250円	
ミニキャンパスに飾る水引きの花束を作ろう	3/25（金） 午後2時～4時	16人	1,150円	
親子で楽しい 算数パズルひろば ◆小学3～6年生と保護者	3/27（日） 午後1時30分～3時	8組	無料	
声を出して読む「枕草子」（6日制）	4/2～9/3の毎月第1土曜日 午後2時～4時	20人	無料	
暮らしの中で楽しむいけ花	4/4（月） 午後2時～4時	10人	1,550円	
元気いきいき体操A・B（6日制） ◆おおむね60歳以上の方	4/8～5/20の毎週金曜日（4/29を除く） A：午前10時～11時30分 B：午後1時30分～3時	A：20人 B：50人	2,640円	
着物リメイクでリバーシブルのベストを作ろう（3日制）	4/12・26、5/10 いずれも火曜日 午前10時～正午	16人	1,800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	4/6～5/11の毎週水曜日（5/4を除く） 午前10時～11時30分	40人	2,550円	事前
身体にやさしい太極拳（12日制）	4/7～6/30の毎週木曜日（5/5を除く） 午後1時30分～3時	20人	5,400円	
ボディシェイプ（3日制） ◆16歳以上の女性 託児：1歳6カ月～3歳の子ども	4/11・18・25 いずれも月曜日 午前10時15分～11時45分	40人（託児10人）	1,530円（託児付き2,550円）	
2歳からの親子体操 スキンシップ編（4日制） ◆2・3歳の子どもと保護者	4/15～5/13の毎週金曜日（4/29を除く） 午前10時～11時	20組	2,640円	
4歳からのちびっこ体操 体力アップ編（4日制） ◆4歳～就学前の子ども	4/15～5/13の毎週金曜日（4/29を除く） 午後3時30分～4時30分	40人	1,760円	
小学生からのこども体操 体力アップ編（4日制） ◆小学生	4/15～5/13の毎週金曜日（4/29を除く） 午後4時40分～5時40分	45人	1,760円	
山崎製パン 柏もち風サンドとパンでイチゴパフェA・B ◆小学生と保護者	4/17（日） A：午前11時～午後0時30分 B：午後2時～3時30分	各8組	300円	
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	3/7～28の毎週月曜日 午前10時～午後4時30分	各12人	無料	当日
 料理が本当に初めての男性でも作れる簡単薬膳カレー ◆16歳以上の男性	3/26（土） 午前11時～午後0時30分	16人	1,300円	事前
「おはじきサッカー」練習会 ◆どなたでも	3/27（日） 午後2時～4時	20人	無料	
新田ミニコンサート「ジャズ生演奏のゆうべ」 ◆どなたでも	3/31（木） 午後6時30分～8時	50人	700円	事前
元気いきいき体操（7日制） ◆おおむね60歳以上の方	4/7～5/26の毎週木曜日（5/5を除く） 午後1時30分～3時	20人	3,080円	
皮から作る本格ゆで餃子（ぎょうざ）と焼きまんじゅう	4/14（木） 午前10時30分～午後1時30分	16人	1,500円	

東日本大震災5周年追悼に伴う黙とう

3月11日(金)は、東日本大震災から5年目にあたります。当日、国立劇場で実施される追悼式では、発災時刻の午後2時46分から1分間の黙とうを行います。皆さんも黙とうにご協力ください。■問先=総務係 ☎3880-5821

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
(3月・4月分)

講座名（◆対象）	日時	定員	費用	申し込み方法
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
新聞の楽しい読み方セミナー ◆小学2年生以上の方	3/26(土) 午後2時～3時30分	30人	800円	事前
春休みわくわくサイエンス 「東芝未来科学館へ行こう」 ◆小・中学生	3/29(火) 午前8時～午後6時 ※場所は川崎	45人	2,710円	事前 【ネット不可】
大きな声をだすための演劇 レッスン体験講座 ◆小学生以上の方	4/9(土) 午後6時30分～9時	30人	10円	
歌声ファイン「元タカラジェンヌと一緒に歌おう」 ◆20歳以上の方	4/13(水) 午後2時～3時30分	150人	500円	
Lustre（ラスター）ピアノと歌の竹の塚コンサート ◆小学生以上の方	4/16(土) 午後2時～3時30分	300人	1,000円	
元タカラジェンヌによる市民参加ミュージカル＆レビュー ◆どなたでも	4/24(日) 午後3時～5時	300人	1,500円	【竹の塚地域学習センター窓口のみで受け付け】
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
東京ガスの安心安全ガスの防災 ◆小学3年生以上の方	3/9(水) 午後3時～4時	40人	無料	事前
こども仮装大会と第十一中学校マーチングバンドパレード ◆4歳～小学生（小学2年生以下の方は保護者同伴）	3/19(土) 午後1時～3時 ※場所は弘道	50人	無料	事前 【ネット不可】
みんなで作ろう「地域安全マップ」 ◆小学生	3/20(祝) 午後1時～5時	10人	1,050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	3/24(木)、4/14(木) 午前10時30分～正午	各10組	1回1,020円	
歌舞伎を知ろう、歌舞伎を観よう（2日制）	3/26(土) 午前10時～11時30分 6/11(土) 午後2時30分～4時30分	20人	3,900円	事前 【ネット不可】
使った水はどこへ行く「水再生センター見学会」 ◆小学生と保護者	3/28(月) 午前10時～11時30分 ※場所は小菅	15組	無料	事前
こども向け英会話 春休みスペシャルA・B（2日制） ◆A：3歳～小学1年生 ◆B：小学2～6年生	3/31(木)、4/1(金) A：午前10時30分～11時20分 B：午前11時30分～午後0時20分	各10人	1,600円	
五反野のヘアサロンでお仕事体験「美容師にチャレンジ」 ◆5歳～小学生（小学3年生以下の方は保護者同伴）	4/4(月) 午前9時～10時30分 ※場所は弘道	8人	1,000円	
ストレッチとリズム体操（7日制） ◆おおむね50歳以上の方	4/4～5/30の毎週月曜日（4/11、5/2を除く） 午後3時30分～4時50分	50人	3,080円	
みんなで一緒に「リトミックと演奏会」A・B ◆A：1～3歳の子どもと保護者 ◆B：4～6歳の子どもと保護者	4/5(火) A：午前10時～11時 B：午前11時15分～午後0時15分	各30組	500円	事前
こども体操1日体験コース ◆小学1～4年生	4/12(火) 午後4時40分～5時40分	30人	330円	
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
将棋サロン ◆4歳以上の方	3/5(土)・19(土) 午後1時～3時	各16人	1回200円（中学生以下の方は無料）	当日
おもちゃの病院 ◆どなたでも	3/9(水) 午後1時～4時	20人	無料	事前
頭の健康 脳カツサロン ◆おおむね50歳以上の方	3/15(火) 午後1時30分～3時	20人	150円	
おやこあそびサロン ◆おおむね1～10歳の方と保護者	3/27(日) 午後1時～4時	10組	無料	
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
楽しく異文化コミュニケーション ◆中学生以上の方	3/21(木) 午後2時～4時	30人	無料	事前
おとなの少年倶楽部ミニ四駆	3/27(日) 午後1時～4時	20人	100円（見学者は10円）	
楽しく読もう近代文学 夏目漱石「門」（3日制） ◆中学生以上の方	4/3、5/1、6/5 いずれも日曜日 午前10時～午後0時30分	20人	300円（本購入の方は732円）	
筋力アップエクササイズ（7日制） ◆16歳以上の男性	4/5～5/24の毎週火曜日（5/3を除く） 午後8時～9時15分	15人	3,710円	
ベビーマッサージ（4日制） ◆2カ月～1歳未満の子どもと母親	4/13～5/18の毎週水曜日（4/27、5/4を除く） 午前10時～11時	14組	3,380円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
子ども英会話A・B・C (11日制) ◆A：小学1・2年生 ◆B：小学3～6年生 ◆C：小学5年生～中学生の 英会話講座経験者	4/13～7/20の 毎週水曜日 (4/27、5/4・25、 6/22を除く) A：午後3時30分～4時30分 B：午後4時40分～5時40分 C：午後5時50分～6時50分	A・B： 各 20人 C： 10人	A・B： 7,370円(ノ ートを注文する場 合は7,532円) C：13,090円 (テキストを 注文する場 合は13,865円)	事前
ママと一緒にわくわく親子体操(2日制) ◆2・3歳の子どもと母親	4/15(金)・22(金) 午後0時30分～1時30分	15組	1,080円	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
はじめての 空手サークル体験 ◆4歳以上の方	3/10、17、24 いずれも木曜日 午後6時30分～7時30分	各 20人	1回 50円	事前
花畑の歴史探訪教室 「大鷲神社の成り立ちを探る」	3/19(土) 午後1時～4時	20人	無料	
はじめての 苔(こけ)玉作り教室	3/23(水) 午前10時30分～正午	20人	1,830円	
昼のピアノミニコンサート	3/26(土) 正午～午後0時30分	30人	無料	当日
親子で学ぶ裏千家茶道教室 ◆小学生と保護者	3/26(土) 午後1時～3時	8組	800円	事前
女子トレ会「美背中エクササイズ」 ◆16歳以上の女性	3/27(日) 午前10時～11時30分	10人	700円	
ヘルシーエクササイズ (8日制)	4/1～5/27の毎週金曜日 (4/29を除く) 午後1時30分～3時	40人	3,600円	
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/6～5/25の毎週水曜日 (5/4を除く) 午後1時30分～3時	40人	3,150円	
美容ストレッチング ジャズダンス(7日制) ◆16歳以上の女性	4/7～5/26の毎週木曜日 (5/5を除く) 午後0時30分～2時	16人	3,150円	
美しい姿勢を作る フラメンコ 初級(3日制) ◆16歳以上の女性	4/9・16・23 いずれも土曜日 午前9時45分～10時45分	20人	1,350円	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
アロマで脳の若返り 認知症 や物忘れに良いスプレー作り	3/17(木) 午前10時30分～正午	8人	1,470円	事前
ビブリオバトル保塚の陣& 保塚文学サロン ◆中学生以上の方	3/19(土) 午後1時30分～ 4時30分	観戦： 40人 参戦： 8人	無料	観戦：当日 参戦：保塚 センターのみ で受け付け
韓国語(ハングル) 会話サークル体験(2日制)	3/22(火)・29(火) 午後2時30分～3時30分	15人	30円	事前
子育てパパ・ママのための家 計講座これからの学費と貯蓄 ◆就学前の子どもの保護者 (子ども同伴可)	3/27(日) 午前10時30分～ 11時30分	15人	無料	事前
ボンボンで楽しく踊ろう キッズチアダンス ◆小学生	3/30(水) 午前10時～11時	12人	1,210円	
外国人の方限定おいしい 「巻き寿司(すし)」を作ろう ◆区内在住で16歳以上の外国人	3/31(木) 午後2時30分～3時30分	15人	500円	事前 [ネット不可]
子連れで楽しむバレエスト レッチ&ピラティス(4日制) ◆就学前の子どもの母親	4/6～27の毎週水曜日 午前10時～11時	15人	2,200円	事前
ピラティス&ウェイトレ 初心者クラス(9日制)	4/6～8/3の第1・3・5水曜日 (5/4を除く) 午後7時30分～8時30分	18人	4,950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				
骨盤ゆがみ改善 ペルビック ストレッチ(7日制) ◆18歳以上の方	4/1～5/20の毎週金曜日 (4/29を除く) 午前10時15分～11時15分	20人	3,500円	事前
アンチエイジング・ラテン エクササイズ(7日制) ◆18歳以上の方	4/1～5/20の毎週金曜日 (4/29を除く) 午前11時30分～午後0時30分	20人	3,570円	
水中ウォーキング(6日制)	4/2～5/14の毎週土曜日 (4/16を除く) 午後1時30分～2時20分	30人	4,080円	
ボディコンディショニング レッスン魔法のボール (5日制)	4/4～5/9の毎週月曜日 (4/18を除く) 午前9時30分～10時45分	30人	3,100円	
ママビクス(5日制) ◆5カ月～1歳3カ月の子ど もと保護者	4/4～5/23の毎週月曜日 (4/18、5/2・16を除く) 午前11時30分～午後0時30分	15組	2,800円	
スキルアップジュニア スイミング(6日制) ◆小・中学生	4/7～5/19の毎週木曜日 (5/5を除く) 午後5時30分～6時20分	10人	4,980円	
3B(サンビー)体操(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/8～5/20の毎週金曜日 (4/29、5/6を除く) 午前10時30分～11時30分	10人	2,650円	

2月26日(金)、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
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				
きれいに歩こう シェイプアップウォーキング(5日制) ◆おおむね30歳以上の方	4/11～5/23の毎週月曜日 (4/18、5/16を除く) 午前11時～正午	20人	3,000円	事前
快眠促進 ナイトヨガ(6日制) ◆18歳以上の方	4/13～5/25の毎週水曜日 (5/4を除く) 午後7時～8時30分	20人	3,180円	
千住スポーツ公園 〒120-0044 千住緑町2-1-1 ☎3879-7643 ※千住スポーツ公園の催しの問い合わせは総合スポーツセンター(下記参照)へ				
フィットネス・フラ(11日制)	4/8～6/24の毎週金曜日 (4/29を除く) 午後1時～2時10分	30人	4,950円	事前
ストレッチポールひめトレ(8日制) ◆16歳以上の女性	4/11～6/13の毎週月曜日 (4/18、5/16を除く) 午後3時30分～4時30分	30人	3,600円	
ママビクス(6日制) ◆5カ月～1歳5カ月の子どもと母親	4/15～5/27の毎週金曜日 (4/29を除く) 午後2時30分～3時30分	20組	3,420円	
親子ビクス(6日制) ◆1歳6カ月～3歳の子どもと保護者	4/15～5/27の毎週金曜日 (4/29を除く) 午後3時45分～4時45分	20組	3,420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	2/27、3/5・12 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
水中ウォーキング教室A・B(6日制) ◆おおむね50歳以上の方	4/7～5/26の毎週木曜日 (4/21、5/5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	4,080円	3/10必着
アクア・エクササイズ・レッスン	毎週火曜日(3/22を除く) 午前11時30分～午後0時20分	各45人	入場料のみ	当日持
水中のびのびストレッチタイム	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	
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	
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
月曜ヨガ(8日制)	4/4～6/6の毎週月曜日 (4/11、5/9を除く) 午後7時～8時	30人	3,600円	事前
わいわいエアロビクス(7日制)	4/7～5/26の毎週木曜日 (5/5を除く) 午後7時15分～8時25分	35人	3,150円	
テニスステップアップ教室(8日制) ◆16歳以上のテニス初級者	4/9～5/28の毎週土曜日 (予備日6/4・11・18) 午前9時～10時30分	26人	13,040円	
卓球教室A・B(10日制) A: 初級コース B: 中級コース	4/12～6/21の毎週火曜日 (5/3を除く) 午後3時30分～5時30分	各16人	9,100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				
トリム体操(10日制) ◆おおむね50歳以上の方	4/13～6/22の毎週水曜日 (5/4を除く) 午前10時～11時30分	30人	4,500円	事前
キッズダンス初級クラス (10日制) ◆小学生	4/13～6/22の毎週水曜日 (5/4を除く) 午後3時30分～4時30分	30人	4,000円	
キッズダンスステップ アップクラス(20日制) ◆小学4～6年生(ダンス経験 のある小学1～3年生も可)	4/13～10/5の毎週水曜日 (5/4と8月の水曜日を除く) 午後4時45分～5時45分	30人	8,000円	
幼児サッカー(10日制) ◆4歳～就学前の子ども	4/15～6/24の毎週金曜日 (4/29を除く) 午後3時～4時15分	40人	2,300円	
小学生合気道(10日制) ◆小学生	4/15～6/24の毎週金曜日 (4/29を除く) 午後4時30分～5時30分	30人	2,300円	
お気軽体操(5日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/18～5/23の毎週月曜日 (5/9を除く) 午前10時～11時10分	25人	2,250円	
キッズサッカー(10日制) ◆小学1・2年生	4/18～7/4の毎週月曜日 (5/9、6/13を除く) 午後4時～5時30分	40人	2,300円	
東綾瀬公園温水プール(すいすいらんど綾瀬) 〒120-0004 東綾瀬3-4-1 ☎5616-2500				
3・4歳児水泳教室 水慣れ (5日制) ◆オムツの取れた3・4歳の子ども	4/2～5/7の毎週土曜日 (4/16を除く) 午後0時30分～1時20分	15人	4,150円	3/10必着
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～就学前の子ども	4/2～5/7の毎週土曜日 (4/16を除く) 午後2時30分～3時20分	A： 15人 B： 20人	4,150円	
小学生水泳教室(5日制) A：浮きバタ足 B：呼吸なしクロール ◆小学生	4/2～5/7の毎週土曜日 (4/16を除く) 午後3時30分～4時20分	各 15人	4,150円	事前
小学生背泳ぎ・ 平泳ぎキック(5日制) ◆小学生	4/2～5/7の毎週土曜日 (4/16を除く) 午後4時30分～5時20分	15人	4,150円	
小学生呼吸付きクロール A・B(5日制) ◆小学生	4/2～5/7の毎週土曜日 (4/16を除く) A：午後4時30分～5時20分 B：午後5時30分～6時20分	各 15人	4,150円	
水中ウォーキング(6日制)	4/5～5/17の毎週火曜日 (5/3を除く) 午前11時30分～午後0時20分	30人	4,080円	
親子水遊び(5日制) ◆就学前の子どもと保護者	4/9～5/14の毎週土曜日 (4/16を除く) 午前11時30分～午後0時20分	20組	4,350円	3/10必着
小学生水泳教室(7日制) ◆小学1～3年生	4/23～6/11の毎週土曜日 (5/21を除く) 午後1時30分～2時20分	20人	3,710円	
平野運動場 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
ノルディックウォーキング ◆おおむね60歳以上の方	3/9(水) 午前11時～正午	20人	10円	当日持
いきいきウォーキング ◆おおむね60歳以上の方	3/11(金) 午前10時30分～11時30分	20人	110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

区内指定医療機関で
がん検診
を受けましょう!



メタボ先生

【3月までに区内指定医療機関で受けられるがん検診】

検診の名称	対象者(平成28年3月31日現在の年齢)
子宮頸がん検診	20歳以上で前年度未受診の女性
乳がん検診	40歳以上で前年度未受診の女性
前立腺がん検診	60歳～64歳の男性

◆足立区のがん検診は区民を対象に実施しています。
※上記以外にも、大腸がん、胃がん、肺がんの各検診もあります。
◆自己負担金や対象年齢等、詳しい内容は「足立保健所保健予防課 健診事業係 TEL:3880-5121(直通)」へお問い合わせください。

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>

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 東京都足立区柳原 2-12-5
東京都行政書士会所属 会員番号 第 9180 号 キマイラビル 203

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 03-5875-6633

見積り無料

信頼と実績の
株式会社サーベイ

検査・修繕

〒124-0006
東京都葛飾区堀切 2-60-9

12

足立区

観光写真コンクール

入賞作品展

3月7日~21日

第30回

場所 区役所1階区民ロビー 費用 無料

申し込み方法 不要 ※当日直接会場へ

「観光部門」と「イベント部門」の2部門310点の中から、入賞した21点を展示します。 ※入賞者の氏名は敬称略。次回の募集は10月ごろを予定

■問い合わせ先= (財)足立区観光交流協会 ☎3880-5853

観光部門特選

「鏡の川」高野 洋樹

撮影場所：花畑記念庭園

イベント部門特選

「急接近」堤 隆

撮影場所：二ヶ淵江公園

観光部門特選

「雪降る庭園」渡邊 勝利

撮影場所：花畑記念庭園

イベント部門特選

「足立の花火」小野田 淳二

撮影場所：荒川河川敷

足立区長賞

「帰路夕景」小林 君子

撮影場所：荒川河川敷

観光部門 (応募数186点)

準特選 大南 郁夫 飯田 芳正 清野 一嘉

入選 鈴木 久男 田所 俊一 小西 直昭 原田 公 野原 一雄

イベント部門 (応募数124点)

準特選 小池 基夫 最上 誠 増田 ヒロ子

入選 福原 勝宏 栗田 洋子 伊藤 嘉昭 小林 誠一 関谷 達海

第6回 あだちポスターチャレンジ

心をつかむ!

区では様々な事業の内容が正しく、かつインパクトをもって区民の皆さんに届くよう、発信力あるポスター作りに努めています。職員渾身の作品をぜひご覧ください。

■問い合わせ先=プロモーション係 ☎3880-5803

投票方法

インターネット投票

3月1日~16日

区役所1階区民ロビーで投票

気に入った作品に投票してね!

投票BOX

3月8日~16日

午前9時~午後5時(土・日曜日、祝日を除く)にポスターチャレンジ投票会場(区役所1階区民ロビー)で投票

前回は「スポーツカーニバル2014」

前回は「あだちのコミュニティサイクル」

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

女性用 男性用 医療用

2月25日~3月31日

ウィッグ専門店

お手入れ簡単 10歳着返ります

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)

入園・入学の記念に

幼稚園へ 小学・中学・高校へとそれぞれの出発のとき。思い出に残る1枚を写真館で…ぜひご家族で。

六切 1ポーズ ¥13,000~(税別)より

この広告を御持参のお客様には 価格を10%OFFに致します。 期間：平成28年4月30日まで

お問合せ・資料のご請求は下記まで。

須賀写真館

☎03-3883-8210

足立区西保木間1-16-2 駐車場完備 (金曜・第4木曜定休)

http://www.photostudio-suga.co.jp

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?

「最近距離も歩けない…」 「立ち上がれなくなった…」 「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…」

フィットネスジムのようなデイサービスが 平成28年1月18日 西新井にオープン!!

しっかり運動がしたい! そして食事も入浴もしたい!! そんなご要望を叶えます!!

ご見学を頂いた方に、もちろん 「今治タオル」プレゼント!!

お問合せはコチラ

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

世帯と人口 28年2月1日現在 (外国人含む) 世帯数：329,589 人口：678,570人 (男：340,336人、女：338,234人)

再生紙を 使用しています 328,800