



2015年(平成27年)11月25日 第1722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/>

節電のお願い：皆さんの日ごろの節電が、CO₂を削減する地球温暖化対策につながります。

今年の冬も無理のない節電にご協力をお願いします！



足立区節電キャラクター：節子ちゃん

あだち

広報



日本が誇る米どころ 新潟県 魚沼市

足立と魚沼の交流

昭和57年、スキー教室での交流をきっかけに友好都市の提携が始まった小出町(現魚沼市)。その後、平成16年に小出町は5町村と合併し、現在の魚沼市となりました。

区では今年から「KYU+Aプロジェクト」を立ち上げ、区内や近郊の大型商業施設などで物産展を開催するなど、新たな切り口で交流を深めています。

■問い合わせ先=(有)区・観光交流協会

☎3880-5853

おいしい新米が
お待ちしております



文化や自然に触れ合える魚沼市の魅力は、**12面**でお知らせします。

アクセス

レンタカーを借りるのもオススメ

電車で約2時間(移動時間含む)



車で約3時間



▲背景:黄金に染まる魚沼の大地 撮影協力:JA北魚沼

今号の主な内容

3面

障がい者施設
28年度新規通所者募集

5面

「区民の視点」で
区政を評価(26年度)

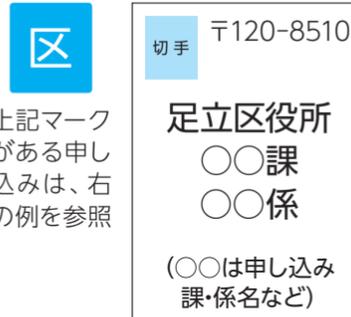
8~11面

近所 de まなびナビ

■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



送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
申し込み不可 ■期限=12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

健康・衛生

ウォーキング教室
(12月～28年3月分)

■日時等 =▷12月13日(日)…旧日
光街道 千住宿・草加宿健脚コ
ース(12km・千住ほんちょう公園集
合)▷1月10日(日)…ハト公園・柴
又公園コース(7km・ハト公園(都
立東綾瀬公園内)集合)▷2月14
日(日)…竹の塚第七公園・花畑公園
コース(7km・竹の塚第七公園集合。
糖尿病講座あり)▷3月13日(日)
…舎人公園・見沼通船堀公園健脚
コース(14km・舎人公園集合)
※いずれも午前8時30分集合。雨
天中止 ■対象=区内または近郊に
在住の方 ■内容=ウォーキング専
門指導員による歩き方の指導、ス
トレッチなど ■定員=各60人(11
月26日から先着順) ■申込=電話
または住所、氏名、年齢、電話番号、
希望コース(1人3コースまで)、「ウ
ォーキング教室」をファクス ■申・
問先=振興係

☎3880-5826 FAX 3880-6028

40歳前の健康づくり健診
(2日制)

■受付日時 =▷実施日…28年1月

16日(土)、午前9時～10時▷結
果日…28年2月13日(土)、午前9時
10分～9時30分 ■場所=竹の塚
保健総合センター ■対象=区内に
住民登録があり、健診の機会がな
い18～39歳の方 ※年齢は28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(過去に受
診済みの方などは対象とならない
場合あり)) /健康教室(保健・栄
養・歯科の学習) ※年度につき
1回のみ受診可 ■定員=40人(11
月26日から先着順) ※保育あり。
くわしくはお問い合わせください。
■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

パーキンソン病と
上手に付き合うコツ
「最新治療と日常生活の工夫」

■日時 =12月14日(月)、午後2時
～3時30分 ■場所=勤労福祉会館
(綾瀬プルミエ内) ■対象=パー
キンソン病の方と家族 ■内容=専門
医師による講演 ■定員=40人
(11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

子育て・教育

栄養教室「離乳食から幼
児食へのステップアップ」

■日時 =12月9日(水)、午前10時
30分～11時30分 ■場所=竹の塚
保健総合センター ■対象=26年8
月10日～27年1月9日生まれの子
どもと保護者 ■内容=1歳児の食
生活の話/レシピ紹介 ■定員=
20組(11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

子どもと一緒に参加できる親
の学び場「風の子カルチャー」
(28年1月～3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

怒鳴らない子育て「CSP(コモ
ンセンスペアレンティング)
講座(実践編)」(7日制)

■日時 =28年1月20日～3月2日
の毎週水曜日、午前10時～正午
■対象=3歳～小学生の保護者 ■
内容=より良い親子関係のために
具体的なしつけの方法を学ぶ ■定
員=15人(抽選) ※保育あり(要
予約、1歳～就学前の子ども) ■
申込=住所、氏名、子どもの名前・
年齢、電話番号、保育希望の有無、
「CSP(実践編)」をハガキで送付
■期限=12月22日(火)必着 ■場・
申・問先=こども総合相談担当(こ
ども支援センターげんき内)
〒121-0816梅島3-28-8

☎3852-3535

表1 風の子カルチャー(28年1月～3月分)日時等

Table with columns: 場所, 曜日, 時間, 講座名, 日程. It lists various activities like 'チャレンジ着付け', 'フラダンス入門A', '基礎からの編み物', etc., across different days and times.

※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)。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

夏だけではない! 食中毒に注意
新型ノロウイルスが流行中

ノロウイルスによる都内の食
中毒件数は、9月の時点で26年
の2倍以上にまで達するなど例
年に比べ大幅に増加しています。
原因として、新たな遺伝子型の

- ①ノロウイルスは感染力が強い
ノロウイルスは非常に強い感
染力があります。ごくわずかな
量でも感染して発症するので、
拡大を防ぐためには適切な対策
が必要です。
- ②食材の加熱は十分に
食材は85℃で1分以上中心ま
で加熱しましょう。
- ③嘔吐物の処理を徹底
嘔吐物を処理するときは、使
い捨て手袋やマスクを着用し、
ペーパータオルなどでふき取っ
た後、塩素系消毒液(0.1%次亜
塩素酸ナトリウム)を加え、密
封して処分します。ふき取った
場所も消毒し、最後にしっかり
手を洗いましょう。



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

もの忘れ相談(12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=介護予防係 ☎3880-5885

表2 もの忘れ相談(12月分)日程等

申・問先(地域包括支援センター)	日程
あだち ☎3880-8155	11(金)
江北 ☎5839-3640	
千寿の郷 ☎3881-1691	9(水)
千住本町 ☎3888-1510	14(月)
中央本町 ☎3852-0006	17(木)
西新井本町 ☎3856-6511	17(木)
保木間 ☎3859-3965	9(水)

介護予防「はつらつ教室」(8日制)

■日時等=表3 ■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

表3 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 FAX3860-6903	28年2/5~3/25の毎週金曜日、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=11/26~28年1/26 必着(12/21月、12/28~28年1/4、1/18月を除く)
千住温水プール 〒120-0034千住3-30 ☎3882-2601	28年1/13~3/2の毎週水曜日、午後1時~2時30分 定員=15人(選考) 申込=申込書を郵送または持参 申込期間=11/26~12/25必着(12/21月を除く)
東綾瀬公園温水プール(すいすいらんど綾瀬) ☎5616-2500	28年1/21~3/17の毎週木曜日(2/11を除く)、午後1時~2時30分 定員=20人(選考) 申込=電話または窓口 申込期間=11/26~28年1/13(12/14月、12/28~28年1/4、1/12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

内容=水中ウオーキングなど ■問先=介護予防係 ☎3880-5885

73歳以上の区民に無料マッサージ(12月分)

■日時等=▷8日(火)・22日(火)…竹の塚障がい福祉館 ▷13日(日)・20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

悠々会館の「にこにこお喜楽体創(健康体操)」(8日制)

■日時=28年1月14日~3月10日の毎週木曜日、午前10時30分~正午 ※2月11日を除く ■対象=区内在住で60歳以上の方 ■内容=

椅子に座って手・足・腰を動かし、自分で体のコンディションを整える運動など ■定員=30人(抽選) ■費用=240円(保険料) ■申込=住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、「お喜楽体創」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限=12月18日(金)必着 ■場・申・問先=悠々会館 〒121-0812西保木間4-9-1 ☎3859-9732

障がい者施設入所者募集

■募集施設=希望の苑(竹の塚7-19-9) ■対象=18歳以上で知的障がいのある方 ■内容=施設で生活しながらの自立訓練(生活訓練)、就労移行支援、生活介護 ■定員=若干名(選考) ■入所時期=28年4月以降 ■申込期間=11月25日~12月4日 ※申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。 ■問先=足立福祉事務所 援護課または各福祉課 援護係(下記表8)

仕事・産業

特定健診受診券などの送付用封筒の広告募集

■内容=28年度特定健康診査受診券などの送付用封筒に掲載する広告 ※内容審査あり。版下は申込者が作成 ■規格等=表9 ■申込=広告原稿、申込書を持参 ※申込書は保健予防課 健診事業係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■期限=12月4日(金) ■申・問先=健診事業係 ☎3880-5121

表9 特定健診受診券などの送付用封筒の広告規格等

掲載場所	規格(縦×横(cm))	掲載料金	予定印刷枚数
裏面6分の1面	7×8.5	6万円	22万枚
裏面3分の1面	7×18	12万円	

仕事・産業は、4面に続きます

献血(12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
7(月)	足立税務署(千住旭町4-21)	午前10時~11時30分/午後0時45分~3時45分
11(金)	ベルクス足立南花畑店(南花畑2-15-12)	午前10時~正午/午後1時15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 ☎5534-7550
▷実施場所など…区・衛生管理係 ☎3880-5891

障がい者施設 28年度新規通所者募集 ■問先=足立福祉事務所 援護課または各福祉課 援護係(表8)

■通所時期=28年4月以降 ■募集施設等=表4~7 ※特別支援学校卒業生で、就労継続支援B型の施設を希望する方は、事前に就労移行支援事業の利用が必要。申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください(表8)。 ■募集期間=11月25日~12月4日 ■定員=▷東光…生活訓練型・作業訓練型(表4)、各15人程度▷その他…各若干名 ※いずれも選考

表4 生活介護事業実施施設(生活・作業訓練を行いながら、自立を支援)

施設名等	対象
足立あかしあ園(青井4-30-5) ☎3849-1188	身体障がいと障害支援区分3以上の方
綾瀬あかしあ園(綾瀬7-2-5) ☎5682-7272	
竹の塚あかしあの杜のぞみ(竹の塚7-19-11) ☎5654-7731	
舎人あかしあ園(古千谷本町2-25-11) ☎3854-1741	
綾瀬なないろ園(綾瀬7-14-12) ☎5682-0730	知的障がいと障害支援区分3以上の方
綾瀬福祉園(東綾瀬1-26-2) ☎3605-7187	
神明福祉園(神明南2-6-18) ☎5682-5370	
竹の塚福祉園(竹の塚7-19-7) ☎5831-1741	
東光(鹿浜4-25-29) ☎5647-1131	知的障がい(身体障がいとの重複を含む)で障害支援区分3以上の方
障がい福祉センターあしすと生活体験室(梅島3-31-19) ☎5681-0131	
花畑共同作業所(東六月町5-20) ☎6684-3990	身体・知的障がいと障害支援区分3以上の方
葦の会作業所(東伊興1-14-7) ☎3857-8839	
綾瀬ひまわり園(綾瀬7-2-7) ☎3629-3231	知的障がいと障害支援区分3以上の方
梅田ひまわり工房(梅田5-27-11) ☎3880-3745	
江北ひまわり作業所(江北6-16-2-101) ☎3897-8948	
神明福祉作業所(神明南2-6-18) ☎5682-5370	
千住ひまわり作業所(千住仲町24-2) ☎5813-7211	
たすかるステーション竹の塚(島根4-21-20) ☎5851-8539	
東光(鹿浜4-25-29) ☎5647-1131	
西新井ひまわり工房(西新井2-11-4) ☎3856-7510	
西伊興ひまわり園(西伊興2-1-8) ☎3857-9214	
東六月町ひまわり作業所(東六月町5-20) ☎3884-7109	
谷在家福祉作業所(谷在家3-13-1) ☎3853-0632	

※いずれも50歳以上の方は障害支援区分2以上

表5 就労継続支援B型事業実施施設(作業・生活訓練を行いながら、自立を支援)

施設名等	対象
大谷田就労支援センター(大谷田1-44-3) ☎3605-6762	知的障がいのある方
花畑共同作業所(東六月町5-20) ☎6684-3990	
葦の会作業所(東伊興1-14-7) ☎3857-8839	
綾瀬なないろ園(綾瀬7-14-12) ☎5682-0730	
綾瀬ひまわり園(綾瀬7-2-7) ☎3629-3231	
希望の苑(竹の塚7-19-9) ☎5831-1801	
神明福祉作業所(神明南2-6-18) ☎5682-5370	
すたっかあと(綾瀬2-37-1小泉コーポ第6・1階) ☎6662-9001	
竹の塚ひまわり園(竹の塚7-19-7) ☎5831-1721	
のんの(保木間1-1-3) ☎5831-1015	
はなさく第二共同作業所(柳原1-1-15) ☎5813-3625	
ふらっと(舎人6-6-22) ☎5837-4495	
谷在家福祉作業所(谷在家3-13-1) ☎3853-0632	
就労支援施設ウィズユー(興野2-18-12) ☎5837-4830	発達・知的障がいのある方

表6 就労移行支援事業実施施設(就労に向けて必要な訓練を行う。最長2年の期限あり)

施設名等	対象
(仮)谷中新施設(谷中5-13-8) ☎3605-6762	身体・知的障がいのある方
就労準備センターわだち(舎人4-9-13) ☎5837-4495	
竹の塚ひまわり園就労移行支援(竹の塚7-19-7) ☎5831-1721	知的障がいのある方
就労支援施設ウィズユー(興野2-18-12) ☎5837-4830	
障がい福祉センターあしすと就労促進訓練室(梅島3-31-19) ☎5681-0133	発達・知的障がいのある方

表7 自立訓練(生活訓練)事業実施施設(個別の援助プログラムによる生活支援・訓練を行う。最長2年の期限あり)

施設名等	対象
就労支援施設ウィズユー(興野2-18-12) ☎5837-4830	発達・知的障がいのある方

表8 足立福祉事務所一覧

足立福祉事務所	電話番号
援護課(区役所内)	3880-5881
西部福祉課	3897-5011
千住福祉課	3888-3146
東部福祉課	3605-7520
北部福祉課	3883-6800

このマークは、野菜を食べやすい環境をつくり、糖尿病予防を進める「あだちベジタライフ~そうだ、野菜を食べよう~」関連事業です。

そのほかの関連事業など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=健康づくり係 ☎3880-5433

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全館を閉館

■日程=12月12日(出)・13日(出) ■問先=本庁舎管理係 ☎3880-5824

■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

仕事・産業は、
3面からの続きです



仕事・産業

27年度「ワーク・ライフ・
バランス推進企業」募集

■対象=次のすべてに当てはまる
中小企業…区内に本社がある/業
務効率の改善や、仕事と育児・介
護の両立支援を行っている/経営
者と従業員がともに働きやすい職
場環境づくりに取り組んでいる
■内容=審査により「ワーク・ライフ・
バランス推進企業」として認定
※認定企業には中小企業あっせん融
資の信用保証料の補助や社内研修
の講師派遣などの優遇あり
■認定
期間=28年4月1日~29年3月31日
※次年度の更新申請可
■期限=28
年1月22日(金) ※申し込み方法など、
くわしくは募集要項参照。募集要
項は電話で請求または区のホーム
ページからダウンロード
■申・問先
=男女参画プラザ ☎3880-5222

28年度小規模契約事業者の
登録

■対象=競争入札参加資格を持た
ない区内事業者
■内容=区が発注
する小規模契約の業者選定の対象
となるための登録
■登録区分=▷
工事契約…契約予定金額が130万
円未満で内容が軽易な工事・修繕
▷物品契約…契約予定金額が30万
円未満の物品購入
■申込=申込書
類を区へ郵送または持参 ※申込
書類は契約課で配布するほか、区
のホームページからもダウンロード
可
■申込期間=11月25日~12月25

日 ※くわしくは契約課前の掲示板
または区のホームページをご覧く
ださい。
■申・問先=▷工事契約…
契約課 工事契約係 ☎3880-5832
▷物品契約…契約課 物品契約係
☎3880-5833

マンスリー就職面接会

保育施設で働くための面接会

■日時=12月8日(火)、午後1時30
分~4時
■場所=ムーブ町屋(荒
川区荒川7-50-9)
■申込=不要
※当日直接会場へ。保育あり(12
月3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、先着5人)

福祉施設(介護・看護など)で働
くための面接会(事前予約制)

■日時=28年1月21日(木)、午後1時
30分~4時
■場所=東京芸術セン
ター21階・天空劇場
■申込=電話
※保育あり(28年1月18日(月)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—

■持ち物=履歴書(写真貼付)/職
務経歴書
■申・問先=▷予約…ハ
ロワーク足立事業所第二部門
☎3870-8895

▷保育…荒川区・就労支援係
☎3800-8710

区・就労支援係 ☎3880-5469



人材募集

貸付審査等専門員・
債権管理専門員(非常勤)

■対象=金融機関や公的機関など
で融資・債権回収の実務経験のあ
るまたは準じた経験のある方
■勤

務場所=区役所
■勤務内容=貸付
金の申請受け付け、督促・催告な
ど
■勤務条件=週4日・28時間
※社会保険・有給休暇あり
■雇用
期間=28年4月1日~29年3月31
日 ※勤務実績などにより更新あ
り
■報酬=月額21万円 ※交通
費あり
■募集人数=3人
■選考=
▷1次…書類 ▷2次…面接
■申
込=必要書類を区へ簡易書留で
郵送または持参 ※必要書類など、
くわしくは募集要項を参照。募集
要項は福祉管理課 債権係で配布
するほか、区のホームページから
もダウンロード可。応募書類は返
却不可
■期限=12月11日(金)必着
■申・問先=福祉管理課 債権係
☎3880-5731

図書館専門員(非常勤)

■対象=司書または司書補の資格
を有する方
■勤務場所=中央図書館
■勤務内容=図書案内、選書な
ど
■勤務条件=週4日・30時間以内
※土・日曜日、祝日勤務あり。社会
保険・有給休暇あり
■雇用期間=
28年4月1日~29年3月31日 ※勤
務実績などにより更新あり
■報酬=
月額20万円 ※交通費あり
■募集
人数=1人
■選考=▷1次…書類
▷2次…面接
■申込=履歴書(JIS様
式推奨、自筆、写真貼付)、資格証
明書の写し、小論文「区立図書館の

利用者を増やすために必要なこと
は何か」(400字詰め原稿用紙800字
程度、自筆)を簡易書留で郵送また
は持参
■期限=12月25日(金)必着
■申・問先=中央図書館 管理係(平日、
午前9時~午後5時) 〒120-0034
千住5-13-5 ☎5813-3749

区民事務所事務補佐員(非常勤)

■対象=区内または近郊に在住で、
高校卒業程度の学力を有する方
■勤務場所=千住区民事務所、竹の
塚区民事務所など
■勤務内容=各
種申請受け付け、端末入出力など
■勤務条件=週30時間以内 ※午
前8時30分~午後7時15分の間で1
日7時間30分以内。ローケーショ
ン勤務あり。社会保険・有給休暇
あり
■雇用期間=▷28年2月1日~
29年3月31日…3人 ※いずれも
勤務実績などにより更新あり
■報
酬=月額18万6,000円 ※交通費
あり
■選考=▷1次…書類 ▷2次
…面接・端末操作(28年1月13日(水))
■申込=履歴書(JIS様式推奨、写
真貼付)、作文「区民事務所での接
客で心がけること」(800字程度)を
区へ郵送または持参 ※履歴書余
白に希望雇用期間を記入。応募書
類は返却不可
■期限=12月7日(月)
消印有効
■申・問先=地域調整課
管理係 ☎3880-5855

長寿健康増進事業(28年1月分)

「趣味・生きがい・仲間づくりでイキイキ健康に」

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

表1 長寿健康増進事業(28年1月分)日時等

場・申・問先 (地域学習センター)	日時	内容	定員
興本 ☎3889-0370	10(日)、 午後2時~3時30分	笑って健康 新春興本寄席	20人
江北 ☎3890-4522	14(木)、 午前11時~正午	笑って健康 新春江北寄席	30人
新田 ☎3912-3931	29(金)、 午前10時30分~午後1時30分	長寿お祝い膳を 料理し食す	16人
東和 ☎3628-6201	24(日)、 午前10時30分~午後1時30分	悠々クッキング	12人
花畑 ☎3850-2618	14(木)、 午前10時30分~正午	笑って健康 新春寄席2016	50人

※いずれも11月26日から先着順

休日接骨院当番所(12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)	栗原名倉磯田整骨院(栗原1-20-8)	5242-2153
	玉沢接骨院(中央本町3-13-15渡辺ハイツ102)	3852-2403
13(日)	木村接骨院(本木北町3-7)	3854-1084
	松原接骨院(花畑4-14-12)	3885-5338
20(日)	飯塚接骨院(興野2-31-5)	3854-2353
	田口接骨院(東和4-9-8)	5682-2682
23(祝)	加藤接骨院(西新井4-37-13)	3857-9277
	羽鳥整骨院(青井2-7-14)	3840-3623
27(日)	おさか接骨院(西綾瀬2-21-2)	3880-4880
	小平鍼灸接骨院(千住中居町28-9)	3882-9191

※いずれも時間は午前9時~午後5時。年末年始(12月29日~28年1月3日)の案内は
あだち広報12月10日号に掲載予定

■問先=▷施術…各当番所 ▷制度…区・健診事業係 ☎3880-5121

地域包括支援センター介護(予防)教室(12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	14(月)、 午後2時~3時30分	年の瀬・お楽しみ会 場所=地域包括 支援センター千住西 定員=40人
千住本町 ☎3888-1510	15(火)、 午後2時~3時30分	医療費節約のすすめ 場所=生涯学習 センター(学びピア21内) 定員=30人
中川 ☎3605-4985	15(火)、 午後2時~3時	講習会「余裕をもって介護するために」 場所=中川地域センター(長門住区セ ンター分館) 定員=50人
西綾瀬 ☎5681-7650	2(水)、 午後1時30分~ 2時30分	悪質商法にだまされない 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
西新井 ☎3898-8391	12(土)、 午前10時~ 11時30分	認知症サポーター養成講座 場所=高 齢者在宅サービスセンター西新井(西 新井2-5-5) 定員=20人
はなはた ☎3883-0048	17(木)、 午前10時30分~正午	老い支度講座「エンディング」 場所= 花畑地域学習センター 定員=40人
日の出 ☎3870-1184	①11(金) ②25(金)、 いずれも 午後1時30分~3時	①脳を鍛えて認知症予防「ずこう」 ②望年会「来年の目標を立てよう」 場所=①総合ボランティアセンター ②千住あずま住区センター分室 いずれも、定員=40人

※いずれも電話申し込み、先着順。11月26日受け付け開始(月~土曜日、午
前9時~午後5時)



12月を「オール東京滞納STOP強化月間」として、都と区市町村が連携し、タイヤロックや
給与の差押えなど、集中して滞納対策を強化します。■問先=納税計画係 ☎3880-5850

国内でHIV感染者・
エイズ患者増加

10~70歳代の幅広い年齢層で感染などの報告があります。感染者は20~30歳代、患者は30~40歳代で多くなっ
ています。HIV抗体の無料匿名検査を受け、早期に診断・治療を受けましょう。■問先=感染症対策係 ☎3880-5747

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/>

**こども支援専門相談員・
養育相談員(非常勤)**

■**対象**=次のいずれかに当てはまる方…大学・大学院において、臨床心理学、教育学、社会福祉学を専攻し、修了またはそれらに準ずる課程を修了(卒業見込み可)／保健師、社会福祉士、精神保健福祉士、臨床心理士、臨床発達心理士、教員免許のいずれかの資格を有する
■**勤務場所**=こども支援センターげんき
■**勤務内容**=児童虐待の通

告受理から支援／要保護児童および要支援児童、特定妊婦への養育支援
■**勤務条件**=週4日・1日7時間30分 ※社会保険、有給休暇あり
■**雇用期間**=28年2月1日～3月31日／28年4月1日～29年3月31日 ※いずれも勤務実績などにより更新あり
■**報酬**=月額23万円 ※交通費あり
■**募集人数**=若干名
■**選考**=▷1次…書類 ▷2次…面接(12月12日(土)・21日(月))
■**申込**=申込書を郵送 ※申込書はこども支援センターげんきで配布する

ほか、区のホームページからもダウンロード可
■**期限**=12月4日(金)必着
■**申・問先**=こども支援センターげんき 調整係 〒121-0816 梅島3-28-8 ☎3852-2861

基本方針を審議
■**任期**=28年4月～30年3月
■**報酬**=1回7,000円
■**募集人数**=3人
■**選考**=▷1次…書類 ▷2次…面接
■**申込**=申込用紙、論文「足立区の景観まちづくりの課題と私ができること」(1,200字程度、様式自由)を区へ郵送または持参 ※申込用紙・公募要項は、都市計画課 景観計画係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可
■**期限**=28年1月4日(月)必着
■**申・問先**=都市計画課 景観計画係 ☎3880-5738

公募・ボランティア

景観審議会公募委員

■**対象**=区内在住・在勤・在学で、景観に関して専門知識を有する20歳以上の方
■**内容**=年2回程度の会議に出席し、調和と潤いのある都市景観の創造や、保全に関する

公募・ボランティアは、
6面に続きます

審議会等の公開(12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	1(火)	午前10時～正午	区役所	介護保険課 介護保険係 ☎3880-5887
第4回足立区基本構想審議会		午前9時～11時		基本構想担当課 基本構想担当 ☎3880-5748
足立区生活保護適正実施協議会医療扶助適正化部会	2(水)	午後7時～8時	足立区医師会館(中央本町3-4-4)	生活保護指導課 適正化推進係 ☎3880-6276
平成27年度第3回足立区成年後見制度審査会	9(水)	午後2時～4時	区役所	援護課 高齢援護係 ☎3880-5269
足立区建築審査会		午後2時30分～4時30分		建築調整課 用途照会係 ☎3880-5943
足立区地域包括ケアシステム推進会議医療・介護連携推進部会	14(月)	午後2時～4時	勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)	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 子ども支援専門部会	15(火)	午後6時～7時30分		子ども家庭課 子ども施策推進担当 ☎3880-5266
部長監査(区民部、地域のちから推進部)	17(木)	午前9時30分～正午	区役所	監査事務局 監査担当 ☎3880-5571
部長監査(福祉部)	18(金)	午前9時30分～11時		
足立区情報公開・個人情報保護審議会	22(火)	午前10時～正午		区政情報課 情報公開担当 ☎3880-5225
第5回足立区基本構想審議会	24(木)	午後1時30分～3時30分		基本構想担当課 基本構想担当 ☎3880-5748
足立区地域保健福祉推進協議会	25(金)	午後2時～4時		福祉管理課 調整担当 ☎3880-6223

宿泊施設インフォメーション(28年2月分)

◆**鋸南自然の家(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**=12月1日～10日消印有効 ※12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、28年1月4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(28年2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	6・13・20・27	午前9時～午後5時 ※土・日曜日、祝日を除く

※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。くわしくは施設にお問い合わせください。

パブリックコメント(12月分)

区民の方から意見を募集します。くわしくはお問い合わせください。

件名	期間	問先
足立区教育大綱(案)	12/7～28年1/7	政策経営課 経営戦略担当 ☎3880-5811

**「区民の視点」で
区政を評価(26年度)**

～成果重視の区政運営をめざして～

■**申・問先**=政策経営課 経営管理担当 ☎3880-5811

行政評価制度は、各部事業担当者および庁内評価委員会(区幹部職員6人で構成)による内部評価と、区民評価委員会(学識経験者委員5人と区民公募委員12人の合計17人で構成)による外部評価の2つで成り立っています。区は、この評価結果を次の計画や次年度の事業改善に生かしています。※区民評価委員会の報告書は区政資料室、区立図書館、区のホームページで閲覧可

◆**重点プロジェクト事業の全体評価は前年度から0.04ポイント上昇**

区にとって優先度の高い「重点プロジェクト事業(59事業)」と、「一般事務事業の一部(13事業)」を評価しました。重点プロジェクト事業の全体評価平均は4.22点(5段階評価)で前年度から0.04ポイント上昇しました。

5点満点評価の事業例 重点プロジェクト事業の一部を紹介します。

その1 妊産婦・乳幼児相談事業
(こんにちは赤ちゃん訪問)

事業の概要

3カ月以下の子どもがいる家庭を訪問し、育児不安の軽減、子どもの疾病予防などの適切な指導を実施する。

評価ポイント「前年度の提案と改善点」

提案	改善点
対象者への事業の案内を強化し、対象者全員の訪問を行ってほしい。	通知や電話などで事業の案内を強化し、前年度比52件増の4,680件の訪問を行いました。

そのほかココも評価

区施設内外でのポスター掲示や訪問できなかった家庭へのフォロー体制など、関係各所との連携が図れているのも高く評価します。

その2 介護予防教室事業
(パークで筋トレ、はつらつ教室など)

事業の概要

高齢者を対象に、身近な場所で介護予防に取り組む機会を提供し、要介護状態になることを予防する。

評価ポイント「前年度の提案と改善点」

提案	改善点
参加者数以外の数値的なデータも検討してほしい。	パークで筋トレ会場では専門機関と連携し、参加者のバランス機能・認知機能測定などを開始しました。

そのほかココも評価

パークで筋トレの指導者不足を補助員(サポママ)の活用で補うなど、自主活動化への流れをつくったことも高く評価します。

あなたの意見を区政に反映させてみませんか **「区民評価委員会公募委員」募集**

■**対象**=区内在住・在勤・在学で20歳以上の方
■**内容**=区が指定する事業の費用対効果や事業の手法などを点検し、事業の達成度や方向性などを評価
■**任期**=2年 ※年14回程度の会議を予定(4月～9月の平日の日中)
■**報酬**=1回8,000円
■**募集人数**=6人程度
■**選考**=▷1次…書類 ▷2次…面接
■**申込**=区のホームページ内の専用

フォームに入力または住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号、Eメールアドレス、作文「区政に対する考え」(400～800字、様式自由)を区へ郵送または持参 ※募集案内は政策経営課 経営管理担当、区民事務所、地域学習センターで配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。応募書類は返却不可
■**期限**=28年1月8日(金)必着

12月1日～7日に「交通安全キャンペーンを実施」 12月は特に事故が多発します。事故に遭わない・事故を起こさないために一人ひとりが交通ルールを守りましょう。 ■**問先**=交通対策課 推進係 ☎3880-5912

防犯・防火「駅頭キャンペーン」 ■**日時等**=▷12月5日(土)…北千住駅/綾瀬駅 ▷12月12日(土)…西新井駅/竹ノ塚駅 ※いずれも午後2時開始 ■**内容**=防犯・防火の呼びかけ/啓発グッズの配布 ■**問先**=危機管理係 ☎3880-5838

■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

公募・ボランティアは、5面からの続きです



公募・ボランティア

住宅政策審議会公募委員

■対象=区内在住・在勤・在学で、住宅や住環境に関して専門知識を有する20歳以上の方 ■内容=年3回程度の会議に出席し、生活の豊かさを実感できる住宅、住環境の実現のための住宅マスタープランの改定に関して審議 ■任期=28年3月～30年2月 ■報酬=1回8,000円 ■募集人数=3人 ■選考=▷1次…書類 ▷2次…面接 ■申込=申込用紙、論文「足立区の魅力ある豊かな住まいと住環境について」(1200字程度、様式自由)を区へ郵送または持参 ※申込用紙・公募要項は、住宅課 住宅計画係で配布するほか、区のホームページからダウンロード可 ■期限=12月25日(金)必着 ■申・問先=住宅課 住宅計画係 ☎3880-5963

上旬までには配達予定です。12月中旬になっても届かない場合は、お問い合わせください。 ■問先=区・マイナンバーカードコールセンター ☎3880-7133

あだち虹色寄附制度

あだち虹色寄附制度は、使い道を選んで寄附することでおあなたの思いを区の事業に反映する制度です。区民活動、教育、緑、環境、文化、福祉、その他の7種類から寄附する分野を選べます。 ※2,000円以上の寄附で税の優遇あり。申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。

◆26年度の寄附総額は2,386万8,802円(110件)

27年度上半期の寄附額は827万9,248円(126件)です。寄附に託された思いを区政に生かしていきます。 ■申・問先=▷寄附の方法など…区民参画推進課 区民参画支援係 ☎3880-5020 ▷税控除の内容…課税第一係～第四係 ☎3880-5230～5232 ☎3880-5418



暮らし・まちづくり

12月中旬になってもマイナンバーの「通知カード」が届かない方へ

マイナンバーの通知カードは、現在順次発送しています。12月

中川の堤防嵩上げ工事に伴う交通規制

■規制期間=11月下旬～28年3月(予定) ■規制区間=六木二丁目中川沿い ■内容=期間中、通行止め ※工事期間中は迂回などのご協力をお願いします。工事の概要など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

第4回区議会定例会

■日時等=表1 ※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、お問い合わせください。 ■問先=議事係 ☎3880-5797

表1 第4回区議会定例会日時等

日時	会議名
12/1(火) 午前10時	議会運営委員会
2(水) 午後1時	本会議
3(木) 午後1時	
4(金) 午後1時	
7(日) 午前10時	総務委員会
8(月) 午前10時	区民委員会
9(火) 午前10時	議会運営委員会
	午後1時
10(水) 午前10時	産業環境委員会
11(木) 午前10時	厚生委員会
	午後1時30分
14(日) 午前10時	文教委員会
15(月) 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
16(火) 午前10時	災害・オウム対策調査特別委員会
	午後1時30分
17(水) 午前10時	議会運営委員会
21(日) 午後1時	本会議

※本会議はJ:COM足立で生中継を予定(12月9日を除く)

ください。 ■問先=国土交通省 中川下流出張所 ☎3694-2757 区・企画調整担当 ☎3880-5917

都市計画の告示

■内容=東京都市計画生産緑地地区の変更 ■区域=入谷二丁目、扇二丁目、佐野一丁目、皿沼三丁目、西伊興一丁目、六木三丁目各地内 ※区のホームページでも閲覧可 ■告示日=11月13日(金) ■縦覧場所・問先=都市計画係 ☎3880-5280

歓喜の演Vol.15「合唱」参加者募集

■日時=▷練習…28年2月7日～29年3月19日の毎週日曜日、午後6時～8時30分 ▷本番…28年8月11日(祝)/29年3月20日(祝) ※時間などくわしくは練習で説明 ■場所=ギャラクシティなど ■対象=18歳以上の方 ■内容=▷28年8月11日…混声合唱組曲「二度とない人生だから」ミニコンサートとワークショップ ▷29年3月20日…モーツァルト作曲「レクイエム」を東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団とともに歌う ■定員=120人程度(選考) ■費用=3万4,000円(学生は1万7,000円) ※分納可。楽譜代(実費)、演奏会参加費(1万円程度)が別途必要 ■申込=住所、氏名、年齢、性別、電話・ファクス番号、「歓喜の演Vol.15」をファクス・ハガキで送付 ■期限=28年1月31日(日)必着 ■申・問先=ギャラクシティ「歓喜の演Vol.15合唱」係 〒123-0842栗原1-3-1 ☎5242-8161 FAX 5242-8165

公園・児童遊園の自主管理団体募集

◆清掃活動 ■内容=公園の管理をしながら地域コミュニティの輪を広げる/週1回以上の定期清掃と日常のごみ拾い、落ち葉の収集、施設点検、緊急連絡など

◆草刈り・除草活動 ■対象=清掃活動の協定を締結して、希望する団体 ■内容=草刈りや除草をして、草丈を適正に管理する

—いずれも— ※謝礼あり。金額や申し込み方法など、くわしくはお問い合わせ

ださい。 ■問先=施設維持係 ☎3880-5021



あだちの遊び場

荒川ビジターセンターの催し

◆川あるきの日 ■日時=12月6日(日)、午前10時～正午 ※午前9時50分から扇大橋下右岸で参加証配布 ■場所=扇大橋～江北橋 ■内容=草花や冬鳥などを観察しながら荒川河川敷を歩く ※就学前の子どもは保護者同伴

自分たちでつくる川のようちえん「あらかわでクリスマス」

■日時=12月13日(日)、午前10時～11時30分 ※午前9時から荒川ビジターセンターで参加証配布 ■場所=荒川ビジターセンター、荒川河川敷 ■対象=就学前の子どもと家族 ■内容=マメ科の植物・クズのつるなど、荒川の植物を使ってクリスマスリースを作る —いずれも—

■定員=20人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■申・問先=荒川ビジターセンター ☎5813-3753

ギャラクシティの催し

大人のためのくつろぎタイム 星空コンサート「星降るクリスマスコンサート」

■日時=12月16日(水)、午後7時30分～8時10分 ■対象=18歳以上の方 ■内容=プラネタリウムの星空の下、デュオユニットAYURIによるピアノとチェロの生演奏 ■定員=▷事前…100人(11月28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

出張としての「親子でミニ門松づくり」

■日時=12月23日(祝)、午前10時30分～正午 ■対象=5歳～小学生と保護者 ■内容=お正月飾りに使えるミニ門松を作る ■定員=12組(2人1組。11月28日から先着順) ■費用=500円 ■申込=電話 —いずれも—

■場・申・問先=ギャラクシティ(午前9時～午後8時) ☎5242-8161

11月12日に石井啓一国土交通大臣に署名を提出

地下鉄8号線(有楽町線)区内延伸の署名にご協力いただき誠にありがとうございました。

葛西用水沿線の町会・自治会、商店街が中心となり、皆さんの協力のもと署名活動を展開してきました。その結果、5万3,497筆の署名を集めることができました。心から感謝申し上げます。



■問先=整備推進係 ☎3880-5937

▲地域住民代表らが署名(5万3,497筆)を提出

12月は地球温暖化防止月間「パネル展示」

■期間=12月7日(月)～11日(金) ■場所=区役所1階区民ロビー ■内容=地球温暖化の現状や家庭でできる温暖化対策などのパネル展示 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=環境事業係 ☎3880-5860

12月1日(火)からウォームビズを実施

区施設では地球温暖化対策として、12月1日に設定します。皆様のご理解とご協力をお



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/

都市農業公園の催し

◆ノルディックウォーキング教室

■日時=12月11日・25日、28年1月8日・22日、2月12日・26日 ※いずれも金曜日、午前10時30分～正午。初参加またはフォームチェックを希望する方は午前10時集合 ■場所=都市農業交流館 ■内容=全身を使って歩くノルディックウォーキングを学び、公園内を歩く ※ポールの無料レンタルあり ■定員=各30人(先着順) ■費用=600円 ■申込=不要 ※当日直接会場へ

◆味噌づくり体験教室

■日時=28年1月17日(日)、午後1時～3時 ■場所=工房棟 ■内容=公園で収穫した無農薬・無化学肥料の大豆を使って味噌を作る ■定員=20人(抽選) ■費用=2,000円(材料費) ■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、「味噌づくり」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。1通で2人まで。重複申し込み不可 ■期限=12月28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 ■場・申・問先=都市農業公園 〒123-0864鹿浜2-44-1 ☎3853-4114 FAX 3853-3729

生物園の催し

◆ゴキブリ展

■期間=開催中～12月27日 ■内容=個性豊かなゴキブリが大集合

◆生物園のクリスマス展

■期間=11月26日～12月27日 ■内容=黄金に輝くチョウのサナギで彩られたツリーや、クリスマスイメージした水槽などを展示
◆28年の干支「申」と記念撮影
■日時=11月28日～12月20日の毎週土・日曜日、午後1時30分～3時 ■内容=年賀状にも使える、かわいいいリスザルとの記念撮影

持ち物=カメラ ■費用=200円
—いずれも—

※別途入園料が必要 ■申込=不要
※当日直接会場へ ■場・問先=生物園 ☎3884-5577

桑袋ビオトープ公園の催し

◆自然素材でミニクリスマスリースづくり

■日時=12月6日(日)、午後2時～3時 ※午後1時45分受け付け開始 ■内容=野草を使って輪を作り、木の実などを飾りつけてオリジナルのクリスマスリースを作る

◆木の実でつくろう 干支の置物

■日時=12月13日(日)、午後2時～3時 ※午後1時45分受け付け開始 ■内容=ドングリなどの木の実を使って、来年の干支にちなんだサルの置物を作る

—いずれも—

※就学前の子どもは保護者の参加が必要 ■定員=20人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=桑袋ビオトープ公園 ☎3884-1021



催し物

アトリウムコンサート

■日時=12月11日(金)、午後0時10分～0時45分 ■場所=区役所1階区民ロビー ■内容=足立区民合唱団による「小さい秋みつけた」「もみじ」「故郷」などの合唱の演奏 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=文化団体支援係 ☎3880-5986

冬花品評展示会

◆展示会

■日時=12月1日(火)、午後1時～5時/12月2日(水)、午前8時30分～正午 ■内容=区内の花農家が栽培したコギクやポインセチア、花苗のハボタンなどの展示

◆展示品の販売

■日時=12月2日(水)、午後2時30分開始 ※なくなり次第終了。購

入は1回1人1点(複数回購入可)
—いずれも—

■場所=区役所1階区民ロビー ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=農業係 ☎3880-5866

冬季区民教養講座「俳句と私」

■日時=12月6日(日)、午後1時～3時 ■場所=勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ■内容=多くの人を魅了する俳句について考える ■定員=100人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=郷土博物館 ☎3620-9393

陶芸体験教室

■日時=12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28年2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、「12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

=12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

多文化を知るおはなし会「韓国ってどんな国？」

■日時=12月12日(土)、午後2時～3時 ■対象=3歳～小学生 ※就学前の子どもは保護者同伴 ■内容=ネイティブスピーカーによるハングルでの読み語り、歌、文化の話 ■定員=50人(11月26日から先着順) ■申込=電話または窓口 ■場・申・問先=中央図書館 子ども読書推進係(11月30日(月)を除く、午前9時～午後5時) ☎5813-3745

催し物は、
8面に続きます

区民のひろば

=サークル会員募集=

☆初心者向け旅行英会話 毎月3回土曜日、午前11時～正午/ギャラクシティなど/50歳以上の方対象/月額4,000円/電話/佐藤 ☎080-4068-1125



東京藝術大学

◆千住 Art Path 2015

「ブキョウだけど、伝えたい」
■日時=12月12日(土)・13日(日)、午前10時～午後6時 ■場所=東京藝術大学千住キャンパス(千住1-25-1) ■内容=学生による制作・研究発表(音楽・音響作品の展示・演奏/舞台作品の上映/シンポジウムなど)▷12日(土)・13日(日)、午前10時～午後6時…ゲストツアー企画▷13日(日)、午後1時～3時…ゲストトーク企画(岡田利規氏) ※各時間など、くわしくはホームページをご覧ください。 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=千住 Art Path 2015実行委員会 ☎050-5525-2742
http://www.senjuartpath.com/

東京未来大学

◆クリスマスフェスタ(コンサート、ワークショップイベント)
■日時=12月12日(土)、午後1時30分～3時10分/午後4時30分～6時10分 ■対象=区内在住・在勤・在学の親子 ■内容=クリスマスの音楽や話を親子で楽しむ ■定員=各150人(11月26日から先着順) ■費用=500円 ※小学生以下の方は

大学連携の催し

◆アウトリーチ・コンサート「サクソ五重奏コンサート」
■日時=12月19日(土)、午後3時～4時 ■場所=佐野地域学習センター ■対象=区内在住・在勤・在学で小学生以上の方 ■内容=東京藝術大学卒業生を中心としたメンバーによるサクソ五重奏のコンサート ※9月5日に行われた竹の塚地域学習センターのコンサートと同じ公演内容 ■定員=50人(抽選) ■申込=住所、氏名、電話番号、参加人数(4人まで)、「サクソ五重奏コンサート」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限=12月7日(月)必着 ■申・問先=東京藝術大学アトリエゾンセンター(平日、午前11時～午後4時) 〒120-0034千住1-25-1 ☎050-5525-2744

無料 ■申込=電話または代表者住所・氏名、参加人数、電話番号をファクス ※ワークショップイベントの内容やコンサート出演者など、くわしくはホームページをご覧ください。 ■場・申・問先=東京未来大学(千住曙町34-12) ☎5813-2525 FAX 5813-2529
http://www.tokymirai.ac.jp/

大学連携の問い合わせ先=区・大学連携担当 ☎3880-5840

感震ブレーカー設置工事助成制度を開始

■対象等=表2 ■内容=地震を感知して自動的に電気を遮断する感震ブレーカーの設置に対し、助成金を支給 ※工事の前に申し込みが必要。27年度は50件助成予定 ■申・問先=建築防災係 ☎3880-5317

表2 感震ブレーカー設置工事助成制度対象等

助成対象	助成内容
一般対象世帯	特定地域(※1)内の昭和56年5月以前に建築された木造住宅に居住する個人 費用の3分の2(上限5万円(消費税は除く))
特例対象世帯	上記一般対象世帯に該当し、次のいずれかに該当する世帯…70歳以上の単身者/75歳以上の方のみ/一定基準(※2)の要介護者が含まれる/一定基準(※2)の障がい者が含まれる/非課税の方のみ 費用全額(上限8万円(消費税は除く))

※1…梅田、小台、千住、中川、宮城、本木周辺の地域。対象となる町丁名など、くわしくはお問い合わせください。
※2…基準の内容など、くわしくはお問い合わせください。

催し物は、
7面からの続きです

催し物

読み語りフォローアップ講座

■日時等=▷12月7日(月)…紙芝居の演じ方 ▷12月10日(木)…ボイストレーニング体験 ※いずれも午前10時～正午 ■場所=生涯学習センター(学びピア21内) ■対象=乳幼児への読み語りなどの活動を行う方 ■定員=各50人(11月26日から先着順) ■申込=電話または窓口 ■申・問先=中央図書館 子ども読書推進係(11月30日(月)を除く、午前9時～午後5時) ☎5813-3745

フリーステージ・アダチ Vol.19

■日時=12月5日(土)・6日(日)、午後1時30分開演 ※午後1時開場 ■場

所=竹の塚地域学習センター ■内容=楽器演奏、ダンス、踊り、太極拳、バレエなどの舞台上演 ■定員=各306人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=文化団体支援係 ☎3880-5986

資生堂の冬美容セミナー 「お化粧品と環境の関係とエコな美容法を学ぶ」

■日時=12月24日(木)、午後1時～3時 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=(株)資生堂の環境への取り組みの紹介/エコ&ビューティな冬の温か美容法を、デモンストレーションを交えて解説 ■定員=20人(抽選) ■費用=100円 ■申込=電話・窓口または住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「資生堂セミナー」をファクス・ハガキで送付 ■期限=12月17日(木)必着 ■場・申・問先=あだち再生館(月曜日、祝日休館) 〒120-0011中央本町2-9-1 ☎3880-9800 FAX3880-9801

12月4日(金)～9日(水) 「障がい者アート展」
一緒に見て 聴いて 楽しめる
障がい者週間記念事業

■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=障がい福祉センター あしすと自立生活支援室 ☎5681-0132 FAX5681-0137

12月5日(土)

オープニングセレモニー・イベント

■時間=午前10時～午後1時30分

■場所=区役所庁舎ホール

■内容=「足立区立第七中学校吹奏楽部」による演奏/ふれあい発表会(障がい者団体などによる歌や楽器の演奏)/「日本障害者ダンス推進会」による来場者とのダンス

アート作品展

■日時=12月4日(金)～9日(水)、午前9時～午後5時

■場所=区役所1階区民ロビー

■内容=障がい者団体や個人が作成した絵画・手工芸・陶芸などの展示/自主生産品の販売(12月5日(土)・6日(日)を除く)

お楽しみコーナー

■日時=12月5日(土)、午前10時10分～午後1時40分

■場所=区役所庁舎ホール前など

■内容=区内障がい者団体の自主生産品の販売や体験交流



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
(12月・28年1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=11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12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				
おもてなし韓国語サロン(初級) ◆簡単な韓国語が読める方	12/1～22の毎週火曜日 午後7時～8時30分	各30人	1回 500円	当日
女性のためのゆったりヨガ 教室A・B(8日制) ◆16歳以上の女性 託児:就園前の子ども	12/18～2/19の毎週金曜日 (1/1・29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)	4,240円 (託児付き 8,400円)	事前
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	1/11(月)～15(金) 午前10時～正午	20人	8,500円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
生涯学習センター 〒120-0034 千住5-13-5(学びピア21内) ☎5813-3730				
音楽家の旅(4日制)	1/13～2/10の毎週水曜日 (1/27を除く) 午後7時～9時	30人	3,000円	
スポーツボウリング(6日制)	1/15～2/19の毎週金曜日 午後2時～3時30分 ※場所は千住中居町	20人	5,460円 (貸靴希望者は別途 1,980円)	
ビデオ編集体験会	1/17(日) 午前10時～正午	4人	無料	事前
続々をはじめのフランス語(8日制) ◆フランス語を勉強したことのある方	1/17～3/27の毎週日曜日 (1/24・31、3/20を除く) 午後1時～2時30分	25人	8,580円	
心も身体もスッキリ 快適睡眠(快眠)のススメ	1/19(火) 午前10時30分～正午	40人	700円	
帝京科学大学連携 精神医療 からみるアニマルセラピー	1/23(土) 午前10時30分～正午	50人	無料	
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
伊興のコーヒー屋さん直伝 おいしく入れるコツ	12/13(日) 午前10時～11時	15人	760円	
社交ダンスサークル体験	12/18(金)・25(金) 午後7時～8時30分	各10人	無料	
しめ縄で お正月のドア飾りづくり	12/19(土) 午前10時～正午	8人	2,750円	事前
絵本から想像する つくって みようお菓子のおうち ◆小学4～6年生	12/23(祝) 午前10時～11時30分	10人	1,240円	
みんなで脳トレサロン 「体を動かして脳を刺激」	12/24(木) 午後1時15分～2時15分	15人	200円	当日
あだち環境かるたと にほんのあそび ◆小学生	12/26(土) 午後1時30分～3時	10人	無料	事前 (伊興地域学習センターのみで受け付け)
写真サロン	1/10(日) 午前10時～正午	10人	無料	事前
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				
パパサロン0歳「子育てえいご」 ◆2カ月～1歳未満の子どもと父親	12/12(土) 午前10時～11時	20組	700円	事前

紙門松の配布

■内容=町会・自治会連合会が12月上旬から町会・自治会を通じて各家庭に紙門松を配布 ※配布されない場合は最寄りの区民事務所で受け取り可 ■問先=足立区町会・自治会連合会事務局(地域調整課内) ☎3880-5864

11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
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 クリスマスコンサート	12/12(土) 午後7時～8時30分	100人	無料	当日
 ヘルシーディナー 「フランス料理」(2日制)	1/6(水)・20(水) 午後7時～9時	20人	2,600円	事前
アロマで乾燥肌ケアお肌 しっとり蜜ろうクリーム作り ◆16歳以上の女性	1/9(土) 午後6時～7時	10人	1,860円	
はじめての韓国語(10日制)	1/10～3/27の毎週日曜日 (3/6・20を除く) 午後2時～3時	25人	6,000円	
楽しく親子体操(10日制) ◆2・3歳の子どもと保護者 託児:6カ月～就学前の子ども	1/12～3/22の毎週火曜日 (3/1を除く) 午前9時30分～10時30分	25組 (託児 5人)	5,600円 (託児付き 9,700円)	
自分でほぐす「ゆったりボディ メンテナンス」(7日制) ◆16歳以上の女性	1/13～3/9の毎週水曜日 (1/27、2/24を除く) 午前11時～正午	15人	3,710円	
親子でABC A・B(6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	1/14～2/25の毎週木曜日 (2/11を除く) A:午前10時～10時50分 B:午前11時10分～正午	各 15組	4,490円	
楽しくこども体操(10日制) ◆小学1～3年生	1/14～3/24の毎週木曜日 (2/11を除く) 午後4時50分～5時50分	35人	3,300円	12/10必着
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
からだを使って動いてあそぼう キッズベビーダンス体験 ◆自立歩行できる1歳6カ月 ～就学前の子どもと保護者	12/9(水) 午前10時～10時45分	10組	520円	事前
赤ちゃんを抱っこして一緒に おどろう ベビーダンス体験 ◆首が据わって抱っこ可能な3 カ月～2歳の子どもと保護者	12/9(水) 午前11時15分～ 午後0時15分	12組	520円	
ガラスアート グラスリッ ツェンに挑戦(2日制)	12/19(土)・26(土) 午後1時30分～4時	5人	3,000円	
プロに学ぶ 家庭の掃除術セミナー	12/20(日) 午後1時～3時	30人	220円	
ハッピークリスマスコンサート ◆どなたでも	12/20(日) 午後2時～4時	50人	無料	
親子トランポリン(7日制) ◆3～6歳の子どもと保護者	1/12～2/23の毎週火曜日 午後3時30分～4時30分	15組	5,320円	事前
初心者のための太極拳教室 (11日制)	1/14～3/31の毎週木曜日 (2/11を除く) 午前10時30分～正午	30人	4,950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	1/14～3/24の毎週木曜日 (2/11を除く) A:午後3時45分～4時45分 B:午後5時～6時	各 20人	7,768円	
ばいばい メタボトレーニング(3日制)	1/17・24・31 いずれも日曜日 午後5時～6時	6人	2,400円	
大人のためのきれいな字の 書き方「写経編」(2日制)	1/22(金)・29(金) 午後1時30分～3時	12人	1,300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	12/5(土)・19(土) 午後2時～4時	各 10人	1回 110円	当日 [ネット可]
花壇づくりサロンin(イン) 江北	12/10(木) 午前10時～11時	10人	無料	事前
親子ヨガ教室 ◆3カ月～1歳5カ月の子 どもと母親	1/5(火)・19(火) 午後0時30分～1時30分	各 20組	1回 460円	
お母さんのための ママキッズヨガ ◆1歳5カ月～就学前の子 どもと母親	1/5(火)・19(火) 午後2時～3時	各 20組	1回 560円	
小学生囲碁教室(11日制) ◆小学生	1/10～3/27の毎週日曜日 (1/24を除く) 午前10時～正午	15人	2,420円	
楽しく一緒に懐メロを歌おう 江北歌声サロン	1/10(日) 午後1時30分～3時	30人	200円	
子どもヒップホップダンス 教室(11日制) ◆小学生	1/12～3/29の毎週火曜日 (3/22を除く) 午後5時～6時	30人	3,740円	
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	1/13・20・27 いずれも水曜日 午前10時30分～正午	各 10組	1回 1,040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				
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	1/15(金) 午前10時30分～正午	10組	1,180円	事前
親子トランポリン(8日制) ◆2歳～就学前の子どもと保 護者	1/15～3/4の毎週金曜日 午後3時15分～4時15分	15組	6,080円	
子どもトランポリン(8日制) ◆6歳～小学生	1/15～3/4の毎週金曜日 午後4時30分～5時30分	24人	2,160円	
和室でゆったり リラクソロジー ◆16歳以上の女性	1/21(木) 午後6時45分～8時	8人	1,090円	
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
楽しく踊ろう フォーク ダンスサークル体験(2日制)	12/8(火)・15(火) 午前11時～正午	10人	20円	事前
桜花亭園芸教室in(イン)佐野 クリスマスの寄せ植え	12/12(土) 午後2時～4時	15人	2,500円	
ひとりで着物を着てみよう 年末年始の装い(4日制) ◆16歳以上の女性	12/12(土)・20(日)、 1/17(日)・30(土) 午後2時～4時	15人	2,200円	
指でござりアート 春夏秋冬を描こう	12/15(火) 午後1時～3時	10人	600円	
乾燥肌に アロマで潤う 蜜ろうクリーム作り	12/18(金) 午前10時30分～正午	12人	1,850円	
ワンランク上を目指す バスケットボールクリニック ◆高校生以上の方	12/20(日) 午後1時30分～2時30分	20人	900円	事前 [ネット不可]
飾って食べられる クリスマスデコの アイシングクッキー ◆小学生以上の方(小学生は 保護者同伴)	12/23(祝) 午後1時～4時	12人	1,450円	
地域を見る知る 千寿七福神めぐりツアー ◆小学生以上の方(小学1～3 年生は保護者同伴)	1/6(水) 午前9時30分～午後0時30分 ※場所は千住地域	16人	250円	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
赤ちゃんおはなし会& ほのぼのサロン ◆2歳以下の子どもと保護者	1/7(木) 午前10時30分～11時30分	15組	無料	当日
元気いきいき体操(10日制) ◆おおむね60歳以上の方	1/13～3/16の毎週水曜日 午前10時～11時30分	40人	4,400円	事前
親子体操「知育遊び&手遊び &スキンシップ」(7日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	1/15～2/26の毎週金曜日 午前10時～11時	20組	3,920円	
ボディシェイプ(7日制) ◆16歳以上の女性 託児:1歳6カ月～3歳の子 ども	1/18～3/7の毎週月曜日 (2/8を除く) 午前10時15分～11時45分	40人 (託児 10人)	3,150円 (託児付き 5,530円)	
寄り道サロン スパイスから作る 薬膳カレー(2日制)	1/18(月) 午前10時30分～正午 1/25(月) 午前10時30分～午後1時	20人	1,500円	
まなぼー体験 ゆび編みで シュシュ&たわし作り ◆小学生	1/23(土) 午後2時～4時	15人	200円	
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
クリスマスの小さなコンサート ◆どなたでも	12/16(水) 午後3時～3時30分	20人	無料	事前
シェフが教える洋風おせち タコのルチアーナ風ほか	12/21(月) 午前10時30分～ 午後1時30分	16人	1,900円	
古文書から見る前田家	1/11(祝) 午後2時～4時	20人	無料	
笑顔で柔軟 楽しく演技 新体操サークル体験A・B (2日制) ◆A:3歳～就学前の子ども ◆B:小学生	1/14(木)・21(木) A:午後3時45分～4時30分 B:午後4時35分～5時55分	各 20人	20円	
燃焼系エアロで ビューティーアップ(6日制) ◆16歳以上の女性	1/15～2/19の毎週金曜日 午前10時～11時15分	20人	3,960円	
こども体操(9日制) ◆小学生	1/19～3/15の毎週火曜日 午後4時40分～5時40分	20人	2,970円	

広告

参加費無料の糖尿病市民講座 12月5日(土) 13:30～15:55 北千住駅近く(マルイの11階にて) 糖尿病との
つきあいかた

問合せ NPO法人ADMS(アダムス) ☎ 3840-2111 足立区中央本町3-4-4 足立区医師会館

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				
わくわくサイエンス グラス ハーブで音の仕組みを知ろう ◆小・中学生	12/13(日) 午前10時30分～正午	20人	200円	事前 [ネット可]
竹の塚 歌声ひろば ◆どなたでも	12/22(火) 午後1時30分～3時	50人	500円	当日
キッズ・ダンスレッスン (10日制) ◆小・中学生	1/14～3/31の毎週木曜日 (2/4・11を除く) 午後6時～7時	20人	5,300円	事前
竹の塚 ニューイヤー・ コンサート 2016 ◆どなたでも	1/16(土) 午後2時～5時	300人	無料	事前 [ネット可]
チューズデー・ ダンシング・キッズ(10日制) ◆小学生	1/19～3/29の毎週火曜日 (2/16を除く) 午後5時～6時	20人	5,300円	事前
ニコニコサロン「ベビーサイン」 ◆2カ月～1歳の子どもの保護者	1/22(金) 午前10時～10時45分	30組	770円	
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
サーズデー・ ダンシング・キッズ(8日制) ◆5歳～小学生	12/3～1/28の毎週木曜日 (12/31を除く) 午後4時10分～5時	20人	4,240円	事前
こころの歌声サロン	12/10(木) 午後1時30分～3時	50人	500円	当日
五反野のお花屋さんとクリ スマストア飾りを作ろう ◆小学生	12/12(土) 午後1時～2時 ※場所は中央本町	15人	800円	
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	12/12(土) 午後3時～4時 ※場所は弘道	10人	450円	事前 [ネット可]
インドカレー店で「クリスマ スナン」作り挑戦 ◆4歳～小学生と保護者	12/19(土) 午後3時～4時30分 ※場所は青井	10組	1,400円	
1～6歳みんな一緒に 「演奏会とリトミック」A・B ◆A:1～3歳の子どもの保護者 ◆B:4～6歳の子どもの保護者	12/22(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	
すくすくベビーマッサージ ◆3カ月～1歳未満の子どもの と保護者	12/24(木) 午前10時30分～正午	10組	1,020円	
ひとりでやってみよう 「3歳の子の器械体操」(2日制) ◆3歳の子どもの	1/5(火)・7(木) 午前10時30分～11時30分	25人	1,520円	事前
楽しく親子体操(10日制) ◆2・3歳の子どもの保護者	1/8～3/11の毎週金曜日 午前10時～11時	35組	5,600円	
ストレッチとリズム体操 (8日制) ◆おおむね50歳以上の方	1/18～3/28の毎週月曜日 (2/8、3/14・21を除く) 午後3時30分～4時30分	50人	3,520円	
こども体操(9日制) ◆小学1～4年生	1/19～3/15の毎週火曜日 午後4時40分～5時40分	30人	2,970円	
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
持久力と筋力をつける インターバル速歩(2日制) ◆おおむね60歳以上の方	1/7(木)・21(木) 午前10時30分～11時30分	30人	900円	
1歳親子の赤ちゃん エクササイズ1日体験 ◆1歳の子どもの保護者	1/17(日) 午前10時30分～11時30分	15組	550円	
楽しく親子体操(9日制) ◆2・3歳の子どもの保護者	1/19～3/15の毎週火曜日 午前10時15分～11時15分	30組	5,040円	
キラキラなポンポンで 楽しくチアダンス(8日制) ◆4歳～小学3年生	1/19～3/1の毎週火曜日 午後5時15分～6時 3/6(日) 午後1時30分～2時30分	20人	4,000円	事前
親子でスキンシップ 赤ちゃんマッサージ(4日制) ◆2カ月～1歳未満の子どもの と保護者	1/22～2/12の毎週金曜日 午前10時～11時	12組	3,860円	
親子トランポリン(6日制) ◆3歳～就学前の子どもの保 護者	1/25～3/7の毎週月曜日 (2/15を除く) 午後3時30分～4時30分	15組	4,560円	
教えて先輩ママ 「楽しくトイレトレーニング」 ◆8カ月～1歳6カ月の子ども の保護者	1/27(水) 午前10時30分～11時30分	10人	無料	
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
日曜寄席 ◆小学生以上の方	12/20(日) 午後2時～3時30分	20人	1,000円 (小・中学生 は500円)	事前

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
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 (英会話講座経験者)	1/6～3/30の毎週水曜日 (1/27、2/24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: 14人 B: 10人 C: 8人	A・B: 6,820円 (ノート代 別途162円) C:12,540円 (テキスト代 別途312円)	
ハワイアンリトミック A・B(4日制) ◆A:6カ月～1歳6カ月の 子どもと母親 ◆B:1歳7カ月～2歳6カ月の 子どもと母親	1/7～2/18の毎週木曜日 (1/14・28、2/11を除く) A:午前10時～10時50分 B:午前11時10分～正午	各 12組	3,960円	事前
パパと一緒にのびのび体操 ◆2～5歳の子どもの父親	1/10(日) 午前10時～11時	20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	1/10(日) 午前10時～11時30分	10人 (託児 3人)	530円 (託児付き 960円)	
筋力アップエクササイズ(5日制) ◆16歳以上の男性	1/12～2/9の毎週火曜日 午後8時～9時15分	15人	2,700円	
ベビーマッサージ(4日制) ◆2カ月～1歳未満の子どもの と母親	1/13～2/10の毎週水曜日 (1/27を除く) 午前10時～11時20分	14組	3,380円	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
クリスマスコンサート2015 ◆どなたでも	12/12(土) 午後3時30分～5時30分	150人	無料	当日
女子トレ会 「美しくびれエクササイズ」 ◆16歳以上の女性	12/27(日) 午前10時～11時30分	10人	700円	
赤ちゃんママのための ベビーマッサージ ◆2カ月～1歳未満の子どもの と母親	1/7(木)・21(木) 午前10時～11時30分	各 10組	1回 1,130円	
ヘルシーエクササイズ (10日制)	1/8～3/11の毎週金曜日 午後1時30分～3時	40人	4,500円	
大人の芸術 「石に顔を描こう」(2日制)	1/12(火)・26(火) 午前10時～正午	16人	1,900円	
元気いきいき体操(10日制) ◆おおむね60歳以上の方	1/13～3/16の毎週水曜日 午後1時30分～3時	40人	4,500円	事前
天然アロマでバスボム作り	1/14(木) 午前10時30分～11時45分	20人	630円	
美容ストレッチング ジャズダンス(10日制) ◆16歳以上の女性	1/14～3/24の毎週木曜日 (2/11を除く) 午後0時30分～2時	16人	4,500円	
地元新聞社が教える 広報紙作り講座	1/16(土) 午前10時～正午	20人	無料	
親子トランポリン(6日制) ◆2歳～就学前の子どもの保 護者	1/21～3/3の毎週木曜日 (2/11を除く) 午後3時30分～4時30分	15組	4,560円	
子どもトランポリン(6日制) ◆4歳～小学生	1/21～3/3の毎週木曜日 (2/11を除く) 午後4時40分～5時40分	24人	1,620円	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
お肌しっかり ミツロウクリーム作り	12/10(木) 午前10時30分～正午	8人	1,870円	
保塚ベビーサロン 赤ちゃん なでなでベビーマッサージ ◆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	12/15(火) 午前10時30分～11時30分	12組	550円	
親子で「ドレミファ」 リトミック(6日制) ◆あんよのできる1歳3カ月 ～就園前の子どもと保護者	1/15～3/18の 第1・3・5金曜日 午後1時30分～2時15分	12組	2,820円	
親子で楽しく英語であそぼう (3日制) ◆1歳6カ月～就園前の子ども と保護者	1/17・31、2/14 いずれも日曜日 午前10時30分～11時30分	10組	3,000円	事前
ストレッチポール講座 ゆがみ改善ストレッチ (7日制)	1/18～3/7の毎週月曜日 (2/8を除く) 午後1時30分～2時45分	10人	3,850円	
ピラティス&ウェイトレ 初心者クラス(6日制)	1/20～3/30の第1・3・5水曜日 午後7時30分～8時30分	18人	3,180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～就園前の子ども と父親	1/24(日) 午前11時～正午	10組	650円	
バランスボールで ゆったリラックス体操 (6日制) ◆おおむね40歳以上の方	1/27、2/3・24、 3/9・23・30 いずれも水曜日 午後1時30分～2時30分	15人	2,700円	

広告

マンション管理士・行政書士赤津事務所
当事務所ではマンション管理士賠償保険に加入しています

マンションの管理状況を診断いたします
無料マンション管理適正化診断サービス

☎03-5849-5740
東京都足立区谷中 5-10-20-102

11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
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				
チャレンジ 鉄棒・なわとびA・B(3日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学生	1/9(土)～11(祝) A:午前10時～10時50分 B:午前11時～11時50分	各 25人	2,100円	事前
キッズ水泳前期 冬でもチャレンジ25メートル(4日制) ◆小学生	1/9～2/13の毎週土曜日 (1/16・30を除く) 午後4時30分～5時20分	15人	3,320円	
ピラティス(4日制) ◆18歳以上の方	1/12～2/2の毎週火曜日 午前10時～11時	10人	2,000円	
水の抵抗で筋力アップ アクアレジスタンス(5日制)	1/13～2/17の毎週水曜日 (2/3を除く) 午後0時20分～1時20分	20人	3,300円	
親子トランポリン(6日制) ◆2歳～就学前の子どもと保護者	1/15～2/19の毎週金曜日 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	当日 12/10必着
こどもトランポリン(6日制) ◆5歳～小学生	1/15～2/19の毎週金曜日 午後4時40分～5時40分	24人	1,620円	
親子水泳(5日制) ◆小学1～3年生と保護者	1/17～2/28の毎週日曜日 (1/31、2/7を除く) 午後1時30分～2時20分	20組	4,350円	事前
水中ウォーキング(6日制)	1/23～3/12の毎週土曜日 (2/6・20を除く) 午後1時30分～2時20分	30人	4,080円	
チャレンジ体操教室A・B(5日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学生	1/23～3/5の毎週土曜日 (2/13・20を除く) A:午後4時～4時50分 B:午後5時～5時50分	各 20人	3,500円	
かんたん「ながら」体操 ◆おおむね60歳以上の方	1/29(金) 午後1時30分～2時30分	15人	520円	
楽しく親子体操 「知能とカラダの成長促進」 (6日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	1/30～3/12の毎週土曜日 (2/20を除く) 午前10時～11時	25組	親1人子1人 3,360円 親1人子2人 4,080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(右記参照)へ				
キッズビート体操(7日制) ◆4歳～小学1年生	1/14～3/3の毎週木曜日 (2/11を除く) 午後3時30分～4時30分	20人	2,590円	事前
フィットネス・フラ(10日制)	1/15～3/18の毎週金曜日 午後1時～2時10分	30人	4,500円	
ママビクス(8日制) ◆5カ月～1歳5カ月の子どもと母親	1/15～3/4の毎週金曜日 午後2時30分～3時30分	25組	4,560円	
親子ピクス(8日制) ◆1歳6カ月～3歳の子どもと保護者	1/15～3/4の毎週金曜日 午後3時45分～4時45分	25組	4,560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				
水中ウォーキング教室A・B(7日制) ◆おおむね50歳以上の方	1/14～3/3の毎週木曜日 (2/11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	4,760円	当日 12/10必着
たのしい水泳(8日制) ◆就学前の5・6歳の子ども	1/14～3/10の毎週木曜日 (2/11を除く) 午後4時30分～5時20分	20人	4,880円	
はじめてクロール(8日制) ◆小学生	1/14～3/10の毎週木曜日 (2/11を除く) 午後5時30分～6時20分	20人	4,880円	
はじめて平泳ぎ(8日制) ◆クロールで25m泳げる小学生	1/19～3/8の毎週火曜日 午後4時30分～5時20分	20人	4,880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				
親子トランポリン(8日制) ◆2歳～就学前の子どもと保護者	1/13～3/2の毎週水曜日 午前10時30分～11時30分	15組	6,000円	事前
障がい者ちびっこ トランポリン(10日制) ◆障がいのある3歳～小学生	1/13～3/16の毎週水曜日 午後1時30分～3時	15人	2,000円	
キッズダンス初級クラス(10日制) ◆6歳～小学生	1/13～3/16の毎週水曜日 午後3時30分～4時30分	30人	4,000円	
コロコロ柔道(10日制) ◆5歳～小学生	1/13～3/16の毎週水曜日 午後4時～5時	20人	2,300円	
小学生柔道(10日制) ◆受身のできる小学生	1/13～3/16の毎週水曜日 午後5時～6時	20人	2,300円	事前
楽しく親子体操(9日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	1/14～3/17の毎週木曜日 (2/11を除く) 午前10時～11時	28組	5,130円	
ママビクスA・B(7日制) ◆A:5カ月～1歳未満の子どもと母親 ◆B:1歳の子どもと母親	1/14～3/3の毎週木曜日 (2/11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 20組	3,990円	事前
幼児サッカー(10日制) ◆4歳～就学前の子ども	1/15～3/18の毎週金曜日 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	1/15～3/18の毎週金曜日 午後4時30分～5時30分	30人	2,300円	
こどもトランポリン(8日制) ◆4歳～小学生	1/15～3/4の毎週金曜日 午後4時40分～5時40分	24人	2,160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				
バタフライ・平泳ぎ初級(7日制)	1/18～3/7の毎週月曜日 (2/8を除く) 午前11時30分～午後0時20分	10人	4,620円	事前
小学生クロール基礎(7日制) ◆小学生	1/18～3/7の毎週月曜日 (2/8を除く) 午後4時30分～5時20分	10人	5,810円	
小学生呼吸付クロール・背泳ぎキック(7日制) ◆小学生	1/18～3/7の毎週月曜日 (2/8を除く) 午後5時30分～6時20分	10人	5,810円	
水中ウォーキング(5日制)	1/19～2/16の毎週火曜日 午前11時30分～午後0時20分	30人	3,400円	
はじめてクロール(5日制)	1/19～2/16の毎週火曜日 午後0時30分～1時20分	10人	3,300円	事前
親子水遊び(5日制) ◆就学前の子どもと保護者	1/23～2/27の毎週土曜日 (2/20を除く) 午前11時30分～午後0時20分	20組	4,350円	
小学生水泳教室(7日制) ◆小学1～3年生	1/23～3/12の毎週土曜日 (2/20を除く) 午後1時30分～2時20分	20人	3,710円	
小学生水泳教室 クロールコース(7日制) ◆小学4～6年生	1/23～3/12の毎週土曜日 (2/20を除く) 午後2時30分～3時20分	10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	12/9(水) 午前11時～正午	20人	510円	当日 持
いきいきウォーキング ◆おおむね60歳以上の方	12/11(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

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

「足立区国民健康保険」に加入されている40歳から74歳までの皆さん

生活習慣病を治療中の方も 特定健診を受けましょう!

◆生活習慣病の治療状況を確認する良い機会となりますので、必ず特定健診を受けましょう。

メタボ先生
平成26年度「特定健診受診勧奨の標語キャンペーン」優秀作品

大丈夫。そう思ってるのは自分だけ。
健診受けて毎日安心。

西伊興小学校6年 堀 暉奈嘉

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)

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
〒124-0006
検査・修繕 東京都葛飾区堀切 2-60-9

広告

スキースクール 正月(12/30夜～1/2日), 2月(19夜～21日), 3月(18夜～21日) **足立区スキー協会**
参加者募集中 詳細はHPで <http://ski-adachiku.org> 問合せ 090-3335-9962 担当:池川まで 〒123-0864 足立区鹿浜2-21-7 (池川方)

12 新潟県魚沼市で 文化や自然を満喫しよう!



文化に触れる旅

「日本のミケランジェロ」

石川雲蝶の芸術



永林寺
魚沼市根小屋1765

■時間=午前9時~午後4時
■費用=300円(小学生は100円。就学前の子どもは無料)

西福寺開山堂
魚沼市大浦174

■時間=午前9時~午後4時
■費用=300円(小学生以下の方は無料)

石川雲蝶(1814年~1883年)
江戸時代、木彫り・彫刻・絵画など様々な分野で活躍した彫り物師

「天女(欄間)」
目細、鼻高、桜色という、江戸当時の美人の要素を取り入れた透かし彫り

江戸当時のままの姿を残し、大河ドラマ「天地人」のロケにも使用された

「鬼退治仁王像」
高さ約2mの、ケヤキ一本彫り

歴史を伝える豪農の館

国の重要文化財・目黒邸
魚沼市須原892

■時間=午前9時~午後4時(資料館は12月~3月の間休館) ■費用=300円(中学生以下の方は100円)



冬は数メートルもの雪に囲まれた雪国暮らしを体験できる

国の登録有形文化財 古民家に宿泊

手仕事手ほどき館
魚沼市大栃山183

1日1組限定。1泊2食、1人7,500円から(5人利用時)



魚沼の大地が生んだ食を楽しむ

へぎそば

「へぎ」と呼ばれる四角い木の器に盛り付けたそば。歯ごたえのある食感が特徴



地酒

おいしさの秘密は「雪!」
雪室や雪蔵といった、天然の雪を利用した冷蔵庫で米や酒を保存しています。いつでも自然なおいしさを味わえる、雪国ならではの保存方法です

越後ゆきくら館
(魚沼市須原1643)

■内容=雪蔵の見学と酒の試飲を楽しめる ■時間=午前9時~午後4時



地酒 ケーキ緑川

魚沼の地酒「緑川」を染み込ませた、しっとり感がたまらないスポンジケーキ
※アルコール入り



「光の祭典2015」で魚沼の特産品が買える!

■日時=12月12日(土)・13日(日)、午前11時~午後8時 ■場所=元淵江公園
■内容=新米、笹団子、納豆など、魚沼産の美味しい特産品の販売
※友好都市の栃木県鹿沼市・長野県山ノ内町による物産展も同時開催

春~秋 大自然に触れる旅

奥只見湖遊覧船

山々に囲まれた湖で、秋には紅葉を楽しめる

秘境・奥只見、銀山平で過ごす 自然満喫コース

※積雪のため冬期(12月~4月上旬)は閉鎖

春~秋には、遊覧船やバーベキュー、川釣りなどを楽しめる



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

公益社団法人
東京都宅地建物取引業協会
足立区支部

事前要予約

不動産無料相談

☎03-3889-2297

〒120-0011 東京都足立区中央本町1-13-13 遠山ビル2F(区役所となり)

今すぐ車いすから 卒業したいアナタへ

「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サービスが
平成28年1月 西新井にオープン!!
内覧会の日程も決定!

第1回 平成27年12月9日(水)・10日(木)・11日(金)
第2回 平成28年1月11日(月)・12日(火)・13日(水)
※各日10時から17時まで開催

ご見学を頂いた方に、もれなく
「今治タオル」プレゼント!!

お問合せはコチラ(セカンドジム竹の塚内)
☎03-5242-7767

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

地元だから
安心・便利

お引越しは

★お見積無料★

あなたの「大切」
包みます。
心と技のプロ集団

ハトのマークにお任せを!!
引越専門 足立西センター
足立区入谷7-5-3 大作輸送(株)
お気軽にご相談ください

☎0120-25-8019