



2012年  
(平成24年)  
9/25  
第1645号

毎月10日・25日発行(1月は1日・25日)  
あだち広報は全戸配布です。配布もれは、  
10日号…足立区シルバー人材センター  
(☎3855-3322)、25日号…ケイエスヨ  
ミネット(☎3888-3355)へ



# あだち 広報

区制80周年



●発行/足立区 足立区中央本町1-17-1  
〒120-8510 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アドレス  
http://www.city.adachi.tokyo.jp/

足立区ホームページ携帯向け  
サイトへの二次元コードです



ビューティフル・ウィンドウズ運動の取り組みに関  
する記事にはビュー坊のイラストがついています

ビュー坊「美しいまち」は「安全なまち」ビューティフル・ウィンドウズ運動展開中!

今号の 主な内容	2 5 7 面	ピンクリボンあだちミニウォーク& 講演会…3面/あだち皆援(かいえ ん)隊…6面/消費生活展…7面	8 5 9 面	あだちグルットウォーキング グルット巡れば新たな出会い	10 5 15 面	気軽に参加! スポーツ広場…10 面/あだち自然の遊び場…11面/ 近所de(で)まなボ…12~15面	16 面	みんなで踊ろう! ビュー坊 体操・ビュー坊切手登場・ご みとお花をトレード!
-------------	------------------	---	------------------	--------------------------------	--------------------	---	---------	--



グルット  
巡れば  
新たな  
出会い。



10月  
13日(土)・14日(日) いよいよ  
スタート!!

くわしくは8・9面へ

足立の魅力的な見どころや名所をつないだコースを歩く「あだちグルットウォーキング」が始まります。

第一弾は千住地域。歩いて見つけた素敵な景色・おいしいお店の情報は、新しい魅力として専用サイトでみんなと共有できます。

まずは、千住の魅力をグルット探しに出発しましょう。



問い合わせ先=プロモーション係 ☎3880-5803

葺立ち

「お母さんは昭和生まれでよかつたね。昭和っていうね」と中学生の娘から言われて戸惑ったという女性の話を聞きました。高度経済成長時代を背景とした映画がヒットするなど、平成生まれの方が昭和30年代から40年代のある種の憧れやノスタルジックな思いで捉えることが増えているのかもしれない◆郷土博物館で10月8日まで開催の昭和の家電を紹介する展示会が賑わいを見せています。展示しているのは日本の電機メーカーが元氣だった時代の製品ばかりです。コレクターの増田健一さんは当時を振り返り「失敗を恐れずに何にでも挑戦した時代でした」と◆昭和家電と言うと古臭いイメージをお持ちの方も多いと思いますが、展示されている製品のデザインや色は驚くほど洗練されています。流線型のフォルムやパステル調の色味は現代の製品と比べても決して引けを取りません。そのセンスの良さと技術の高さに当時の日本の気概を感じます◆「もっと便利に」を合言葉にしたのぎを削った業界。日本人はその先にゆとりや豊かさに溢れた生活が待っているものと夢見てきました。確かに生活は当時と比べものにならないくらい便利で快適になりましたが、描いた未来図とはだいぶズレが生じてきてはいないだろうか、とも考えさせてくれる展示会でもあります。

足立区長 近藤やよい



マーク…健康づくりスタンプラリー対象事業です。

賞品の応募期限は、25年1月10日(木)消印有効です。くわしくは区のホームページをご覧ください。健康づくり係(☎3880-5433)へお問い合わせください。

表1 子どもの学習費用の貸付対象の年間総収入金額の基準等

扶養人数	総収入
1人	260万円以下
2人以上	扶養1人の基準額(260万円)に扶養が1人増えるごとに60万円を加算した額以下

※賃貸物件に居住している方は、年額上限84万円(月額上限7万円)を限度に、家賃支払額を本人収入額から減額できる場合あり

対象は都内に1年以上在住している中学3年生または高校3年生(4月1日現在、20歳未満の方へ高校などを卒業し受験を控えている、大学入学資格を有するなど)を含むを養育し、次のすべてに当てはまる方:世帯の生計中心者/課税所得または年間の総収入金額が一定基準以下(表1) / 預貯金などの資産の保有額が600万円以下 / 現在住んでいる場所の土地・建物を除

表2 子どもの学習費用の貸付金額等

貸付金の内容	貸付対象となる子ども	貸付金額(上限)
学習塾等受講料貸付金	学習塾/各種受験対策講座/通信講座/補習教室の受講費用(対象となる学習塾などには、5年以上運営を継続していることなどの要件あり)	20万円
受験料貸付金	学校教育法に規定する高等学校・特別支援学校高等部・高等専門学校の受験料	総額2万7,400円 ※4校(回)分まで。1校(回)あたりの上限は2万3,000円
	学校教育法に規定する大学・短期大学・専修学校・各種学校の受験料	総額10万5,000円 ※3校(回)分まで。1校(回)あたりの上限は3万5,000円

※各貸付金は中学3年生時・高校3年生時それぞれ1人1回限り

## 子育て・教育

### 子どもの学習費用の貸し付け

**【郵送申し込み記入例】**

切手 120-8510

**足立区役所**  
〇〇係

(〇〇は申し込み係名など)

上記マークがある申し込みは、右の例を参照

区のホームページアドレスは  
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

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  
HP…ホームページアドレス  
Eメール…Eメールアドレス  
※費用の記載がないものは無料

**講演「赤ちゃんを迎える準備 初めはママになる方へ」**

日時 10月20日(土) 午前9時30分～正午 対象 第一子を妊娠中の夫婦 内容 助産師による講演/ペアストレッチ・リラクゼーション/赤ちゃんとの生活など

☎(3896) 4004

**教室「離乳食から幼児食へのステップアップ」**

日時 10月10日(水) 午前10時30分～11時30分 対象 11カ月～1歳3カ月の子どもと保護者 内容 1歳児の食生活/レシピ紹介 定員 15組 (9月26日から先着順) 申込 電話 場・申・問先 江北保健総合センター 保健栄養担当

☎(3853) 5071

**冒険遊び場**

日時 10月6日(土) 午前11時～午後2時 対象 18歳以下の方 ※就学前の子どもは保護者同伴 内容 段ボール遊び/七輪体験など 持ち物 昼食/飲み物 申込 不要 ※当日直接会場へ 場・問先 鹿浜いきいき館

**25年度に区立小・中学校に入学する方へ**

◆学校公開と学校説明会  
日時 10月15日(月) 午前9時30分～11時

**日曜プレパパ・ママ学級**

日時 10月21日(日) 午前9時30分～正午 場所 新田地域学習センター 対象 妊娠中の方と家族 内容 沐浴体験/パパの妊婦体験/お産の経過と母乳育児など 定員 25組 (9月26日から先着順) 申込 電話 申・問先 江北保健総合センター 地域保健係

☎(3896) 4004

**希望選抜票と就学時健康診断通知書の送付**

対象 区内在住で25年度に区立小・中学校に入学する方 内容 学校選択のための希望選抜票を10月上旬に送付 提出期限 小学校:10月26日 中学校:10月19日 (必着) ※小学校に入学する方には就学時健康診断通知書も同封。希望選抜票に記入した小学校で10月～11月に就学

**小学校の統合と通学区域の一部変更(予定)**

内容 25年4月1日から千寿第五小学校と五反野小学校を統合予定(第3回区議会定例会で審議中)。統合に伴い、通学区域も一部変更予定 変更予定の通学区域 現在の千寿第五小学校通学区域の国道4号線から東側:統合新校道(西側)梅田一丁目全域、梅田三丁目1番～8番:梅島第二小学校 ※25年度の新生1年生から適用。それ以外の通学区域に変更なし

いづれも 問先 学校公開・希望選抜票・通学区域の一部変更:就学時健康診断:学校保健係 ☎(3880) 5969

**地域健康づくり交流会「出会いの会」**

日時 10月25日(木) 午前9時30分～午後0時30分 場所 東和地域学習センター 対象 区内在住の方 内容 健康づくりグループの活動発表、展示・体験コーナー、「歌をつなごう東和の輪」などを通じて交流し地域に健康づくりを広める 講師 深井眞理子氏(音楽療法士) 定員 200人(先着順) 申込 不要 ※当日直接会場へ 問先 東和保健総合センター 地域保健係 ☎(3606) 4171

**健康・衛生**

日時 10月25日(木) 午前9時30分～午後0時30分 場所 東和地域学習センター 対象 区内在住の方 内容 健康づくりグループの活動発表、展示・体験コーナー、「歌をつなごう東和の輪」などを通じて交流し地域に健康づくりを広める 講師 深井眞理子氏(音楽療法士) 定員 200人(先着順) 申込 不要 ※当日直接会場へ 問先 東和保健総合センター 地域保健係 ☎(3606) 4171

**25年4月入園の私立幼稚園と区立こども園の園児募集**

◆25年4月入園の私立幼稚園の園児募集  
対象 3～5歳児(19年4月2日～22年4月1日生まれ) 申込 願書を持参 ※願書は10月15日(月)から各私立幼稚園で配布 受け付け開始日 11月1日(木) 申・問先 各私立幼稚園 ※くわしくは子ども家庭課私立幼稚園係、区民事務所などで配布する「私立幼稚園ガイド」をご覧ください。 問先 私立幼稚園係 ☎3880-6147

**25年4月入園の区立こども園の園児募集**

対象 区内在住の1～5歳児(19年4月2日～24年4月1日生まれ) ※1～3歳児および4・5歳児の長時間保育は就労などの要件あり 募集園 表3 保育時間等 表4 申込 入園を希望する園または子ども家庭課幼児教育係に申込用紙を持参 ※園児募集のしおりと申込用紙は10月15日から区立こども園、区民事務所、子ども家庭課幼児教育係で配布(土・日曜日、祝日を除く) 受付日時 11月1日(木)～3日(祝) 午後1時30分～5時 ※11月3日(祝)は元宿こども園第二園舎、鹿浜こども園第二園舎、おおやたこども園のみで受け付け 申・問先 幼児教育係 ☎3880-5982 各募集園(表3)

**放射線量の調査**

(9/1～15の平日)

日付	3	4	5	6	7	10	11	12	13	14
測定値(マイクロシーベルト/時)	0.10	0.11	0.11	0.13	0.11	0.11	0.10	0.12	0.12	0.11

**計測場所** 区役所前中央公園(高さ地上から50cm)  
**問先** 環境保全課調査係 ☎3880-5367

表3 区立こども園の募集園一覧

区立こども園名	対象	住所・電話番号
元宿こども園	1～3歳児	第二園舎(千住元町34-3-101) ☎3881-0013
	4・5歳児	第一園舎(千住桜木1-16-2) ☎3882-9466
鹿浜こども園	1～3歳児	第二園舎(鹿浜5-24-4-101) ☎3897-8515
	4・5歳児	第一園舎(鹿浜5-25-11) ☎3855-4447
おおやたこども園	1～5歳児	大谷田2-1-9 ☎3620-7591

※募集人数など、くわしくは園児募集のしおりを参照

表4 区立こども園保育時間等

対象	保育時間・期間	保育料
1～5歳児(長時間保育)	月～土曜日 午前7時30分～午後6時30分	認可保育園基本保育料に準じる
4・5歳児(短時間保育)	月～金曜日 午前9時～午後2時(土曜日、長期休業中を除く) ※預かり保育(午後2時～5時)もあり。別途保育料が必要	月額11,000円

※区立こども園への入園時には、入園料1,000円が別途必要。4・5歳児は進級時・入園時に保育用品代を負担。毎月の教材費などが別途必要

# 「ピンクリボンあだちミニウオーク&講演会」

10/18

問先=健診事業係 ☎3880-5121

「ピンクリボン」は乳がんの早期発見・診断・治療の大切さを伝えるシンボルマークです。「たんぼの会(足立区乳がん体験者の会)」と区・企業などが協働して実施します。ぜひご参加ください。内容等=表5 申込=不要 ※当日直接会場へ

表5 ピンクリボンあだちミニウオーク&講演会内容等

内容等	時間	場所等
ミニウオーク	午後1時出発	北千住駅西口の北千住マルイ1階交番横に午後0時50分集合
講演会「毎日鏡を見るように 月に1回自己チェック2年に1回乳がん検診」講師=福内敦氏(三井記念病院乳腺内分分泌外科部長) 定員=400人(先着順)	午後2時~4時	東京芸術センター21階・天空劇場 ※体験談や自己検診方法の体験コーナーあり
マンモグラフィ検診車体験	午前10時~午後4時	東京芸術センター前広場

がん検診を受けましょう 区では、乳がん検診、子宮頸がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診などを実施しています。ぜひ受診してください。

表6 予防接種の対象年齢等

予防接種名	区推奨接種年齢(区から通知する年齢)	法律による対象年齢(無料で接種できる年齢)
不活化ポリオ	対象者(18年4月2日~24年6月30日生まれの方)に8月末に予診票を郵送済み	3カ月から7歳6カ月未満
三種混合I期(DPT)	3カ月に達する月	3カ月から7歳6カ月未満
四種混合I期(DPT+IPV)(導入は11月予定) ※1	3カ月に達する月	3カ月から7歳6カ月未満
二種混合II期(DT)	12歳の誕生日の翌月	11から13歳未満
麻疹風しん混合I期(MR)	1歳の誕生日の前月	1から2歳未満
麻疹風しん混合II期	5から7歳未満で小学校入学1年前(幼稚園などの年長児)	
麻疹風しん混合III期	年度内に13歳になる方(中学1年生に相当する年齢)	
麻疹風しん混合IV期	年度内に18歳になる方(高校3年生に相当する年齢)	
日本脳炎第1期 ※2	3歳の誕生日の翌月	6カ月から7歳6カ月未満

※1四種混合は供給量などの問題により導入が遅れる場合あり  
 ※2日本脳炎の第2期は予診票の郵送による個別通知を停止中。希望者は9歳以上であれば接種可能。7年6月1日~19年4月1日生まれの方には、接種回数の不足分に対する経過措置制度あり。  
 ※予防接種対象者で予診票を持っていない方は、保健予防係または保健総合センターに母子健康手帳を持参して予診票の交付を受け、医療機関で接種してください。

表7 ピロリ検診(11月・12月分)日程等

受診場所(保健総合センター)	中央本町		竹の塚		江北		千住		東和	
	受診日(午前)	結果日(午前)	受診日(午後)	結果日(午後)	受診日(午前)	結果日(午前)	受診日(午前)	結果日(午前)	受診日(午前)	結果日(午前)
11月分	11/5(月)	11/26(月)	11/5(月)	11/26(月)	11/8(木)	11/29(木)	11/8(木)	11/29(木)	11/22(木)	12/20(木)
12月分	12/10(月)	1/7(月)	12/3(月)	12/25(火)	12/6(木)	1/10(木)	12/5(水)	12/26(水)	12/13(木)	1/10(木)

健康・衛生は、4面に続きます

☎(3880) 5121

検査/検便による大腸がん検査 定員各85人(9月26日から先着順) 費用500円 ※精密検査などは別途費用が必要。生活保護などの受給者は免除制度あり 申込住所、氏名(フリガナ)、生年月日、電話番号、第3希望までの受診日と受診場所(表7)、「ピロリ検診」を

相談名/保健総合センター	中央本町 ☎3880-5351	竹の塚 ☎3855-5082	千住 ☎3888-4277	江北 ☎3896-4004	東和 ☎3606-4171
健康相談 ※中学生以上の方(肺がん検診は40歳以上の方)、検査は有料	10/11(木)、11/8(木) 午前9時~10時	10/15(月)、11/5(月) 午前9時~10時	10/15(月)、11/12(月) 午前9時~10時	10/2(火)、11/6(火) 午前9時~10時	10/16(火)、11/13(火) 午前9時~10時30分
心の健康相談	10/24(水)、11/28(水) 午後	10/16(火)、11/20(火) 午後	10/12(金)、11/9(金) 午後	10/19(金)、11/30(金) 午後	10/15(月)、11/5(月) 午後
うつ相談	-	11/27(火) 午後	11/22(木) 午後	-	-
酒害グループミーティング	-	10/24(水)、11/28(水) 午後	-	-	-
思春期相談 ※※ひきこもり・不登校など	-	10/1(月)、11/5(月) 午後	-	-	10/24(水)、11/28(水) 午後
もの忘れ相談 ※※もの忘れ(認知症)について	10/1(月) 午後	10/25(木)、11/22(木) 午後	10/2(火) 午前	10/17(水) 午後	11/12(月) 午前
マタニティ歯科相談 ※※妊娠中の方の歯科健診と相談	10/16(火) 午後	11/22(木) 午後	11/27(火) 午後	11/29(木) 午後	10/24(水) 午後
こども歯の健康相談 ※10カ月~1歳2カ月の親子歯科相談	10/1(月)・18(木) 午後 11/5(月)・15(木) 午後	10/25(木) 午前・30(火) 午後 11/15(木) 午前・27(火) 午後	10/2(火)・30(火) 午後 11/20(火) 午後	10/3(水)・17(水) 午後 11/21(水)・28(水) 午後	10/3(水)・17(水) 午後 11/7(水)・21(水) 午後
子育てと栄養相談 ※乳幼児の身長体重測定・歯の相談あり	10/23(火)、11/20(火) 午前9時15分~10時15分	10/16(火)、11/20(火) 午後1時~2時	10/3(水)、11/7(水) 午後1時30分~2時30分	10/12(金)、11/9(金) 午前9時15分~10時	10/3(水)、11/7(水) 午前9時15分~10時15分
HIV抗体検査 (匿名可)	10/11(木)、11/8(木) 午後1時30分~2時20分 10/25(木)、11/22(木) 午後1時30分~2時	HIV(ヒト免疫不全ウイルス)のみの即日検査 ※当日結果を説明(判定保留は別途説明) HIVと性感染症(梅毒、クラミジア)の検査 ※結果は2週間後の来所時に説明 いずれも場所は中央本町保健総合センターでのみ。なお、エイズ相談はすべての保健総合センターで随時受け付け			

☎=電話予約が必要 ★=専門医による相談 ※いずれも保健師、栄養士、歯科衛生士が随時相談を受け付けています。

児童手当の10月期(6月~9月分)は10月2日以降に振り込み ※金融機関により数日遅れる場合あり 問先=児童給付係 ☎3880-6492  
 児童育成手当の10月期(6月~9月分)は10月2日以降に振り込み ※現況届が未提出の場合は支給停止 問先=親子支援係 ☎3880-5883

## 10月1日から高齢者肺炎球菌ワクチンの助成方法を変更

10月1日以降に接種する場合  
 接種場所 区内協力医療機関  
 自己負担額 4千円 申込等  
 65歳以上(12月31日現在)で生活保護受給者および中国帰国者などの支援給付受給者(以下生活保護等受給者)以外の方:区から送付された予診票(9月末発送)を区内協力医療機関へ持参  
 60~64歳(12月31日現在)の心臓・腎臓・呼吸器・免疫障がいがある身体障害者手帳1級相当で、生活保護等受給者以外の方:保健予防課保健予防係または保健総合センターに身体障害者手帳を持参し、予診票を申請。発行された予診票を区内協力医療機関へ持参 ※いずれも対象は接種日現在区内に住居登録のある方。対象年齢の生活保護等受給者は自己負担免除。区から送付された予診票(9月末発送)と受給証明書を区内協力医療機関へ持参。それ以外の方は任意接種のため全額自己負担。くわしくは保健予防課保健予防係、保健総合センターで配布する案内または区のホームページを参照。予約が必要な場合あり

4月1日~9月30日に接種した場合  
 助成方法 接種後4千円を上限に区内共通商品券(額面500円)で助成(生活保護などの受給者は上限8千円) ※いずれも端数処理あり 受付期間 10月1日~25年4月30日 申込窓口 申先=保健予防係、保健総合センター ※くわしくは区が送付する「高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種予診票兼接種済証」の案内を参照

予防接種を受けましょう  
 内容 区推奨接種年齢に達したときに予診票を郵送(表6) ※法律による対象年齢の範囲内であれば無料で接種できます(対象年齢を過ぎると有料)。区推奨接種年齢より早く接種を希望する方、転入などにより予診票のない方

ピロリ検診(11月・12月分)  
 日程等 表7 対象 区内在住で、25年3月31日現在35歳以上の方 ※次のいずれかに当てはまる方は受診不可:  
 胃・十二指腸の病気で治療中・経過観察中(特に胃酸をおさえるプロトンポンプ阻害薬を服用)/摘出など手術歴がある/腎不全・腎機能障害がある/胃がんにかかったことがある/妊娠中または授乳中/過去にピロリ菌の除菌をした 内容 血液検査(ピロリ菌抗体検査とペプシゲン法による胃の状態検査)

区 上記マークがある申し込みは、2面右上の記入例参照

### 献血(10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(水)	足立成和信用金庫本店 (千住1-4-16)	午前9時30分~11時30分
11(木)	足立成和信用金庫竹の塚 支店(竹の塚5-15-8)	午後0時45分~4時
13(土)	荒川河川敷・虹の広場	午前9時30分~10時30分
14(日)		正午~2時30分
18(木)	辰沼小学校	午前10時~11時30分/ 午後0時45分~3時
20(土)	東加平小学校	午前9時30分~11時30分
	花畑西小学校	午後0時45分~4時
27(土)	谷中中学校	午前9時30分~午後0時15分 午後1時30分~3時30分
	東綾瀬中学校	午前9時30分~正午/ 午後1時20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  
☎3880-5891

▷実施場所等...区・衛生管理係

### 休日接骨院当番所(10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
7(日)	川村接骨院(梅田3-14-7)	3840-7187
	白川接骨院(東保木間2-1-6天満屋 ハイツ101)	3885-8665
8(祝)	玉沢接骨院(中央本町3-13-15渡辺 ハイツ102)	3852-2403
	ふくだ接骨院(西新井1-19-7)	3855-6848
14(日)	大出接骨院(大谷田3-8-17)	5616-9664
	加藤接骨院(西新井4-37-13)	3857-9277
21(日)	あおは整骨院(西新井栄町1-14-3 ARAIくあらい)ビル1F)	5888-6167
	高沢整骨院(谷中4-11-4)	3628-5080
28(日)	うめい整骨院(西新井2-30-13)	3899-9422
	関橋接骨院(南花畑2-9-4)	3859-4501

※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...健診事業係 ☎3880-5121

### 健康・衛生

#### 高齢者インフルエンザワクチン予防接種

接種期間 10月1日~25年1月31日  
接種場所 協力医療機関 自己負担額 2千200円  
申込等 65歳以上(12月31日現在)で生活保護受給者および中国帰国者などの支援給付受給者(以下生活保護等受給者)

対象 65歳以上(12月31日現在)の心臓・腎臓・呼吸器・免疫障がいがある身体障害者手帳1級相当で、生活保護等受給者以外の方  
係または保健総合センターに身体障害者手帳を持参し、予診票を申請。発行された予診票を協力医療機関へ持参  
※ いずれも対象は接種日現在区内に住居登録のある方。対象年齢の生活保護等受給者は自己負担免除。区から送付された予診票(9月末発送)を協

#### 東京都重症心身障害児(者)通所事業利用者募集

対象 重症心身障がい児(者) 内容 対象施設で生活介護や児童発達支援を受け入所時期 25年4月以降  
定員 若干名 期限 10月3日(水) ※申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください

#### 73歳以上の区民に無料マッサージ(10月分)

日程等 14日(日)・21日(日)：千住あずま住区センター本館  
16日(火)・23日(火)：竹の塚障がい福祉館 ※いずれも午前9時10分~午後3時10分  
定員 各48人(先着順) 申込 不要 ※当日直接会場へ問先 障がい福祉計画係 ☎(3880) 5255

#### 介護予防「らくらく教室」

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  
申込 電話 問先 介護予防係 ☎(3880) 5885

#### 人材募集

徴収事務補佐員(非常勤) 対象 区内またはその近郊に在住の方  
勤務内容 窓口での税の現金領収/相談受け付け・案内/財産調査の補佐事務  
勤務条件 午前8時30分~午後5時または午前8時45分~午後5時15分(週4日・30時間) ※有給休暇・社会保険あり  
雇用期間 25年4月1日~26年3月31日 ※更新あり  
報酬 月額21万円 ※交通費あり  
募集人数 1人 選考 1次：書類 2次：面接(10月16日(火)) 申込 履歴書(JIS様式推奨、写真貼付)、保健師免許証の写しを持参または郵送 ※応募書類は返却不可  
期限 10月10日(日) 問先 中央本町保健総合センター ☎(3880) 5351

#### 保健師(専門非常勤)

対象 保健師の資格を有する方  
勤務内容 母子・成人の保健指導全般  
勤務条件 週4日、午前8時30分~午後5時  
※有給休暇・社会保険あり  
雇用期間 11月1日~26年4月11日 ※更新あり  
報酬 月額21万円 ※交通費あり  
募集人数 1人 選考 1次：書類 2次：面接(10月16日(火)) 申込 履歴書(JIS様式推奨、写真貼付)、保健師免許証の写しを持参または郵送 ※応募書類は返却不可  
期限 10月10日(日) 問先 中央本町保健総合センター ☎(3880) 5351

【郵送申し込み記入例】

切手 〒120-8510

足立区役所 ○○係

(○○は申し込み係名など)

上記マークがある申し込みは、右の例を参照

区のホームページアドレスは <http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

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  
HP...ホームページアドレス  
E...Eメールアドレス  
※費用の記載がないものは無料

### 福祉

力医療機関へ持参。それ以外の方は任意接種のため全額自己負担。くわしくは保健予防課保健予防係、保健総合センターで配布する案内または区のホームページを参照。予約が必要な場合あり 問先 問い合わせコールあだち ☎(3880) 0039

表1 もの忘れ相談(10月分) 日程等

日程	場・申・問先(地域包括支援センター)
17(水)	千住西 ☎5244-0248
18(木)	あだち ☎3880-8155
19(金)	日の出 ☎3870-1184
23(火)	中川 ☎3605-4985

表2 ふれあい遊湯う(10月~12月分) 場所等

曜日	場所
月	江北湯(江北2-27-6)/松の湯(本木2-26-9)
火	若松湯(中央本町2-19-11)/旭湯(千住宮元町13-10)
木	足立湯(関原2-6-12)/タカラ湯(千住元町27-1)
金	湯処じんのび(西新井6-43-4)/岡田湯(関原3-43-2)
土	四ツ家浴場(青井3-37-12)/第二愛国湯(中川3-4-9)

※いずれも時間は午前10時~午後2時

表3 介護予防「らくらく教室」日時等

日時等	内容	申込期間	場・申・問先
11/1~29の毎週木曜日 午後1時~2時(5日制)	転倒予防のための筋力と柔軟体操、脳トレなど	9/26~10/4	保塚地域学習センター ☎3858-1502
11/5~12/10の毎週月曜日(11/19を除く) 午前10時~11時(5日制)	椅子に座ってもできる軽い体操と脳トレ	9/26~10/22	梅田地域学習センター ☎3880-5322
11/11~12/9の毎週日曜日 午前10時~11時30分(5日制)	個別プログラムで転倒予防トレーニング	9/26~10/25	日介ケアセンター花畑(花畑6-16-1) ☎5851-3373
11/29~12/27の毎週木曜日 午後1時30分~2時30分(5日制)	転倒予防の軽体操・筋力アップトレーニングなど	10/2~31	ティップネス綾瀬(綾瀬3-14-16) ☎3769-8704

※いずれも定員=20人(選考)

学校情報データブックを配布

内容=区立小・中学校の教育活動などの冊子 配布場所=教育政策課教育政策担当/学務課就学係/区民事務所 ※区のホームページからもダウンロード可。25年度小・中学校に入学する方は9月中に配布 問先=教育政策担当 ☎3880-5962

長寿健康増進事業 11月分
趣味・生きがい・仲間づくりで
イキイキ健康に!

対象=区内在住で75歳以上の後期高齢者医療被保険者
内容等=表4 申込=電話または窓口
※9月26日から先着順。窓口の場合は後期高齢者医療被保険者証を持参

表4 長寿健康増進事業(11月分)内容等

Table with 4 columns: 日時, 内容, 定員, 申・場・問先. Lists various health and leisure activities for the elderly.

仕事・経営は、6面に続きます
(3870)8400
(9月26日から先着順)
代表取締役 定員100人
小早川真樹氏(株)しまや出版

施設再編整備調査員(非常勤)

対象=一級建築士と宅地建物取引主任者の資格を有し、民間企業などで都市計画と開発または不動産などの資産運用の実務経験が15年以上ある方
勤務場所=区役所 勤務内容=公有財産の活用・処分などの方針策定の支援・助言・調査・研究 勤務条件=週3日、1日7時間45分 雇用期間=11月1日~25年3月31日
※更新の場合あり 報酬=月額40万円 ※交通費あり 募集人員=1人 選考=1次:書類 2次:面接(1次:合格者のみ) 申込=履歴書(JIS様式推奨、写真貼付)、資格証明の写し、作文、返信用封筒を持参または区へ郵送 ※応募書類は返却不可 期限=10月9日(火)必着
※作文のテーマなど、くわしくは募集案内を参照。募集案内は政策課政策担当で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 申・問

仕事・経営
雇用・生活出張
総合相談

先=政策担当 (3880)5811
日時等=10月16日(火):花畑地域学習センター 11月13日(火):新田地域学習センター
※いずれも午前11時~午後3時。1回30分 内容=就職に関する悩みや、就職できないことによる生活不安の相談
定員=各6人(9月26日から先着順) ※定員に空きがある場合は当日参加も可 申込=電話 申・問先=就労支援係 (3880)5443

中高年向け面接対策
セミナー・合同就職
面接会(2日制)

日時等=10月10日(火) 10月16日(日)
午前9時30分~午後4時30分
▽面接会:10月19日(金) 午後1時30分~4時30分
場所=シアター1010・アトリエ(千住ミルデイスI番館内) 対象=求職中の40歳以上の方 内容=応募書類の作成、就職活動に関するセミナー、カウンセリング/企業面接会(15社程度予定)
定員=50人(9月26日から先着順) 申込=氏名、電話番号、年齢、「集中プログラム」を電話・Eメール 期限=10月12日(金) 申・問先=インテリジェンス足立区集中プログラム事務局(区委託業

10月から始まる
介護サービス
問先=介護保険課事業者計画担当 (3880)5727
24時間対応の定期巡回・随時対応型訪問介護看護
内容=日中・夜間を通じて1日数回の定期訪問(1回20分程度)と緊急時の対応をヘルパーと看護師が行う ※10月から区内の一部で開始し、年度内に区内すべてで実施
複合型サービス
内容=利用者の状況に応じて小規模な住居型施設への「通い」、「泊まり」、自宅にヘルパーや看護師が来る「訪問」を提供 ※年度内に2カ所開設
—いずれも—
対象=要介護が1~5の方 ※利用希望の方は担当のケアマネジャーにご相談ください。

マッチングクリエイター
セミナー「2代目、3代
目社長の経営戦略」

日時=11月3日(祝) 午後3時~5時
場所=東京電機大学
東京千住アネックス3階(千住旭町38-1) 対象=中小企業経営者または後継者、従業員など 内容=事業を継承・発展させている若手社長とマッチングクリエイターによるマーケティング戦略、財務戦略などの実践例 講師=小早川真樹氏(株)しまや出版
代表取締役 定員100人
(9月26日から先着順)
申込=電話 申・問先=創業支援係(あだち産業センター内)
(3870)8400

障がいのある方への
虐待に気づいたら相談を
10月1日から区に相談窓口を設置

障がいのある方への虐待は、本人がそれと気づかないまま起きている場合や、受けている人が被害を訴えられない場合があります。防止するためには早期に発見することが大変重要です。

「障害者虐待防止法」の施行に伴い、10月1日から区の通報・相談窓口を設置します(表5)

家庭や福祉施設、勤務先などで、障がいのある方への虐待が疑われる場合は、障がい福祉センター(あしすと)または福祉事務所、保健総合センターにご相談ください。 ※通報・相談者のプライバシーは厳守されます

表5 障がいのある方への虐待の通報・相談窓口(2面子どもの学習費用の貸し付け・4面東京都重症心身障害児(者)通所事業利用者募集問先 ※福祉事務所のみ)

Table with 2 columns: 身体・知的障がい(福祉事務所), 精神障がい(保健総合センター). Lists contact info for various wards.

※土・日曜日、祝日、夜間の緊急時は、区役所代表電話へ (3880)5111

地域包括支援センター介護(予防)教室(10月分)

Table with 3 columns: 日時, 内容等, 申・問先(地域包括支援センター). Lists various care and prevention classes.

※先着順は9月26日から受け付け開始。「場所=」の記載がないものは問先の地域包括支援センターが会場。「申込=」の記載がないものは申し込み不要。当日直接会場へ

上記マークがある申し込みは、4面右上の記入例参照

審議会等の公開(10月分)

傍聴方法など、くわしくはお問い合わせください。

Table with 5 columns: 審議会等, 日程, 時間, 場所, 問先. Lists various committees and their meeting details.

監査の公開(10月分)

傍聴方法など、くわしくはお問い合わせください。

Table with 5 columns: 審議会等, 日程, 時間, 場所, 問先. Lists audit-related committees and their details.

変更日 9月29日(土) (予定)
内容 運行便の一部(主に日中時間帯)のみ「博慈会記念総合病院」まで経路を延伸し、「北千住駅西口」発「博

変更日 10月1日(日) 申込窓口 申込期間 使用日の2ヶ月前の月の初日〜使用日の前日 ※先着順 使用時間 午前9時〜午後4時 申・問先 大谷田公園管理事務所 (3620) 1256

足立区を知ろう! 学ぼう! 活動しよう! 「あだち皆援隊」

あだち皆援隊は、愛着のあるまちのために、自分でできるところから地域活動に取り組もうという方々のネットワークです。

今年度、第1回養成講座を開催しています。あだちを応援したい気持ちがあれば誰でも皆援隊になれます。気軽にご参加ください。

申・問先=区民参画支援係 3880-5020 FAX 3880-0133 npo@city.adachi.tokyo.jp

「皆援隊養成講座」続々開催

8月に開講式が行われ、「孤立化などの課題を皆で少しずつ力を出し合って解決していく

シニア向け 就労支援セミナー
日時 10月31日(水) 午後1時30分〜4時 期限 9月30日
場所 〓あだち産業センター
対象 〓おおむね50歳以上の方
内容 〓シニア世代の労働環境などを把握し、実践的な就職活動を学ぶ 定員 〓50人 (9月26日から先着順)
申込 〓氏名、性別、年齢、電

仕事・経営

仕事・経営は、5面からの続きです

足立区役所 〇〇係
〒120-8510
区民参画推進課 男女共同参画推進係 3880-5222

区のホームページアドレスは http://www.city.adachi.tokyo.jp/

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
HP・ホームページアドレス
Eメール・Eメールアドレス
※費用の記載がないものは無料

起業家支援塾「独立・起業セミナー」ネットショップ編(4日制)
日時 11月3日〜24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 〓ネットショップでの独立・起業を検討している方
内容 〓先輩起業家の体験談／ビジネスプラン作成／ネット

シニア向け 就業支援セミナー
日時 10月31日(水) 午後1時30分〜4時 期限 9月30日
場所 〓あだち産業センター
対象 〓おおむね50歳以上の方
内容 〓シニア世代の労働環境などを把握し、実践的な就職活動を学ぶ 定員 〓50人 (9月26日から先着順)
申込 〓氏名、性別、年齢、電

ギャラクシיתי 飲食事業者募集
内容 〓4月にリニューアルオープンするギャラクシיתי内で営業する飲食事業者の募集
申込 〓以下の現場説明会・見学会で説明 ※応募には以下の現場説明会・見学会への参加が必須
◆現場説明会・見学会
日時 10月1日(日) 午後1時〜4時 期限 9月30日(日)
※申し込み方法など、くわし

シヨップ開設・運営のコツなど ※個別相談あり。パソコンの操作などはなし 定員 〓25人 (9月26日から先着順)
費用 〓5千円 申込 〓ホームページまたは住所、氏名、電話番号、「ネットシヨップ編」をファクス・Eメール 申先 〓エキスパート・リンク (区委託事業者)
045(342) 7172
045(342) 7173
info@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

宿泊施設インフォメーション(12月分)

利用案内

申込=「わたしの便利帳」または区のホームページを参照 利用日等=表1 ※日光林間学園は施設の外壁改修工事のため、11月〜25年3月は休館

宿泊に関する問い合わせなど、くわしくは施設予約電話へ(表1)

表1 宿泊施設利用案内(12月利用分)

Table with 3 columns: 利用施設, 利用できる日, 受付時間. Lists accommodation facilities and their availability.

※利用できる日も学校などが利用するため、空室が少ない場合や体育館の使用ができない場合があります。くわしくは、施設にお問い合わせください。

暮らし

くは区のホームページをご覧ください。
問先 〓青少年課施設更新担当
3880) 5273

大谷田公園バーベキュー施設の申込方法と使用時間の変更
変更日 10月1日(日) 申込窓口 申込期間 使用日の2ヶ月前の月の初日〜使用日の前日 ※先着順 使用時間 午前9時〜午後4時 申・問先 大谷田公園管理事務所 (3620) 1256

ひきこもりセーフティ ネット出張個別相談
日時等 〓10月16日(火)：花畑地域学習センター 〓11月13日(火)：新田地域学習センター
※いずれも午前11時〜午後3時。1回50分 対象 〓10〜30歳代の社会的自立が困難な方やひきこもり状態にある方と家族 内容 〓社会的自立に関する相談/家族の支援方法など 定員 〓各3組(9月26日から先着順) 申込 〓電話 申・問先 〓ひきこもりセーフティ ネットあだち (5242) 9634
問先 〓区・就労支援係 (3880) 5469

慈恵記念総合病院 止まり、「博慈会記念総合病院」発「北千住駅西口」止まりとして運行 ※そのほかの運行便は現行通りの経路で循環運行
問先 〓この記事：交通計画係 (3880) 5718
▽運行事業者：(株)新日本観光自動車 (5691) 3783

ために、型にはまらない新しい社会参加の形を皆でつくる」というテーマを確認しました。
続く記念講演では、コラムニストの泉麻人さんが懐かしい風景写真を交えて区の魅力を語りました。

今後も地域や地域活動を学ぶ様々な講座を開催します。随時参加も可能です。皆援隊であだちを変えましょう。



20〜70歳代の方が参加

受講生の声

増田晴枝さん(55歳・足立在住)
退職したら地域でボランティアをしたいと思い参加しました。講座で学んで具体的に自分がやりたいことを探したいです。



10月の講座案内

足立区を知る

日時=10月7日(日) 午前10時〜正午 場所=エル・ソフィア 内容=足立の歴史、地理、産業などを学ぶ 期限=10月3日(水)必着

地域活動を知る

日時=10月18日(日) 午後7時〜9時/10月21日(日) 午前10時〜正午 場所=▷18日…生涯学習センター(学びピア21内) ▷21日…エル・ソフィア 内容=区で活動しているNPO、ボランティア団体の紹介と区のサポート体制の説明 期限=10月16日(火)必着

対象=区内在住・在勤・在学の方 定員=50人(9月26日から先着順) 申込=住所、氏名、年齢、電話番号、Eメールアドレス(あれば)、講座名、希望日時を電話・ファクス・Eメール

長引くせきは要注意

9月24日〜30日は結核予防週間です。結核はせき、たん、発熱などの症状で始まります。2週間以上せきが続いたら、速やかに医療機関で受診しましょう。区・保健総合センターでは、結核の相談・療養支援を行っています。 問先=保健予防係 3880-5892

**東京藝術大学連携**  
**千住で聴く世界の音楽**  
**「アメリカの音楽 絶望を生き抜く**  
**為の歌 ゴスペルとその系譜」**

日時=10月28日(日) 午後5時~6時30分 対象=区内在住・在勤・在学で小学生以上の方 場所=東京藝術大学千住キャンパス(千住1-25-1) 内容=黒人霊歌やゴスペルなどの解説付きコンサート 定員=150人(抽選)  
 申込=住所、氏名、電話番号、参加人数(4人まで)、「10月28日アメリカの音楽」を往復ハガキ ※返信面にも宛名を記入 期限=10月16日(火)必着

申・問先=東京藝術大学アトリエゾンセンター  
 (午前10時30分~午後5時)  
 〒120-0034千住1-25-1 ☎050-5525-2744  
 HP http://www.geidai.ac.jp/labs/alc/  
 問先=区・大学連携担当 ☎3880-5840

**携帯deイクメン**  
**子どもと一緒に**  
**パパの写真を大募集**

子どもと遊ぶ姿など、楽しく育児している男性の写真をコメント付きで投稿してください。 ※応募作品は、ワーク・ライブ・バランス事業や区のホームページなどで紹介。優秀作品は11月10日(土)・11日(日)開催の「女性フェスティバル2012あだち」のオープニングセレモニーで表彰し、記念品を進呈 申込=Eメール(区のホームページの携帯deイクメンの応募案内を参照)または右の2次元コードからアクセスし、写真を送付 ※1人2点まで 期限=10月22日(月)



▲パパの高い高いが大好き

日時=11月2日(金) 午後6時30分~8時30分 場所=シアター1010・アトリエ対  
 象=女性 内容=夜道などでの危険から身を守る方法 定員=30人(9月26日から先着順) 申込=住所、氏名(フリガナ)、年代、電話番号、ファクス番号、「危機管理講座」を電話・ファクス・Eメール 申・問先=男女参画プラザ  
 ☎(3880) 5222  
 FAX (3880) 0133  
 plaza-koza@city.adachi.tokyo.jp

**消費生活展**  
**「受け継ごう 生活の知恵**  
**つなげよう 地域の絆」**

日時=10月27日(土) 午前10時~午後4時/28日(日) 午前10時~午後3時 場所=エル・ソフィア 配布予定カード=5人ビュー坊など  
 申・問先=消費者センター 〒123-0851梅田7-33-1 ☎3880-5385  
 FAX 3880-0133  
 sho-cen@city.adachi.tokyo.jp

**「消費者標語」大募集**  
 内容=消費者問題の被害防止につながる標語を募集 申込=住所、氏名(小・中学生は学校名と学年)、電話番号、応募部門(小学生の部・中学生の部・一般の部)、標語をハガキ・ファクス・Eメール ※1人2点まで。Eメールは件名に「標語応募」と明記 期限=10月19日(金)必着

**ピックアップイベント**

**■おもちゃ病院開院**  
 日時=27日(土) 午前10時~午後4時/28日(日) 午前10時~午後3時 内容=専門家が壊れたおもちゃを修理 ※1人2個まで。修理できない物もあり 費用=実費(材料費) 申込=不要 ※当日直接会場へ



▲おもちゃドクターが皆さんの大切なおもちゃを「治療」します

**■女子力向上♪ 女性のためのDIY教室**  
 日時=27日(土)・28日(日) 午前11時~午後3時 内容=初心者にもできる簡単なインテリア作り 定員=各20人(9月26日から先着順) 費用=2,000円(材料費) 申込=電話



▲すてきなインテリアを作りましょう

**ほかにも色んなイベントが盛りだくさん**

- ◆区内生産野菜をおいしく料理  
 日時=27日(土) 午前10時30分~午後1時 定員=30人 費用=500円(材料費)
- ◆知っておきたい子どもの教育にかかるお金の話「マネープランの立て方」  
 日時=27日(土) 午後2時~3時 定員=40人
- ◆知っておきたい「イザ」に備えるお金の話  
 日時=28日(日) 午後2時~3時 定員=40人
- ◆親子でつくるかんたんおやつ  
 日時=28日(日) 午前10時~午後0時30分 対象=4歳以上の方と保護者 定員=15組 費用=500円(材料費)

—いずれも—  
 対象=区内在住・在勤・在学の方 ※9月26日から先着順 申込=電話 ※おかいものゲーム/暮らしの相談/使用済み食用油の回収(ペットボトルに入れて持参)/区内生産野菜の販売/クイズラリーなどその他は当日直接会場へ

**催し物**

**浄化槽の検査・清掃をしましょう**

◆法定検査、保守点検を受けましょう  
 浄化槽は、年1回の法定検査が義務付けられています。必要に応じて保守点検も行いましょう。 検査申込・点検相談=特例社団法人東京都生活水環境システム協会  
 ☎042(589)8782

◆清掃をしましょう

浄化槽の清掃は年1回(全ばつぎ型は半年に1回)以上、浄化槽清掃の許可業者に依頼して行ってください。  
 ◆届け出を忘れずに  
 浄化槽を撤去したときや、使用者が変わったときは、届け出が必要です。  
 —いずれも—  
 問先=区・ごみ減量推進事業調整係  
 ☎(3880)5301

**交通安全ポスターコンクール入選作品の展示**

日時=10月5日~14日 ※5日は正午開始。6日・7日は庁舎全館閉鎖のため閲覧不可  
 場所=区役所1階区民ロビー  
 内容=小・中学生が描いた交通安全ポスターの入選作品64点の展示 申込=不要 ※当日直接会場へ 問先=交通対策推進係  
 ☎(3880)5912

**ウォーキング教室(10月~12月分)**

日時等=10月7日:小台・宮城・新田巡回 隅田川コース  
 11月4日:神明・六木・水元公園コース 12月2日:千住1周コース ※いずれも日曜日、午前8時30分集合。☎(3880)5301

上記マークがある申し込みは、6面右上の記入例参照

雨天中止 対象=区内または近郊在住の方 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50人(9月26日から先着順) 申込=住所、氏名、年齢、電話番号、希望のコース名を電話・ファクス 申・問先=振興係  
 ☎(3880)5826  
 FAX (3880)6028

**あだちNPOカレッジ「NPO入門講座」**

日時=10月20日(土) 午前10時~正午 内容=地域を元気にするNPO活動の解説 定員=15人(9月26日から先着順) 申込=住所、氏名、電話番号、ファクス番号、Eメールアドレス、「あだちNカレッジ」を電話・ファクス・Eメール 期限=10月17日(水) 申・問先=NPO活動支援センター(日・月曜日、祝日休館)  
 ☎(3840)2331  
 FAX (3840)2333  
 npo-sc@adachi.ne.jp

**あだち再生館講座「富士山清掃体験記」**

日時=10月28日(日) 午前10時~正午 対象=区内在住・在勤・在学の方 内容=富士山の清掃活動体験談/ペットボトルを利用した万華鏡の作り方 定員=20人(抽選) 申込=窓口または住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「富士山清掃体験記」を電話・ファクス・ハガキ 期限=10月20日(土)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  
 FAX (3880)9801

**足立の街を知る「秋のぐるっと二周めぐり」**

日時=10月28日(日) 午後1時~5時 内容=東京23区で3番目に広い区内をバスで一周

**足立区合唱祭**

日時=10月13日(土) 午後0時30分~5時 ※正午開場 場所=区役所庁舎ホール 内容=区内などで活動中の23団体による合唱 申込=電話 申・問先=足立区合唱連盟事務局・長島  
 ☎090(7254)7457  
 問先=区・文化団体支援係  
 ☎(3880)5986

**講座「セルフ・デイフェンスを学ぶ」**

日時=11月2日(金) 午後6時30分~8時30分 場所=シアター1010・アトリエ対

10月1日(月)から区役所駐車場を有料化 行政手続きなどをご利用の方には無料券を配布 問先=本庁舎管理係 ☎3880-5824

区役所全館お休みします

10月6日(土)・7日(日)は、電気設備点検のため閉館します。 問先=本庁舎管理係 ☎3880-5824



# グレット巡れば新たな出会い

秋のグレットウォーキングに参加しよう!!

区内を歩いて、まちの魅力を見つけてみませんか? スタート受付で詳細コースの載ったパンフレットを配布します。  
時間=午前9時30分受け付け開始 ※午後3時30分までにゴ

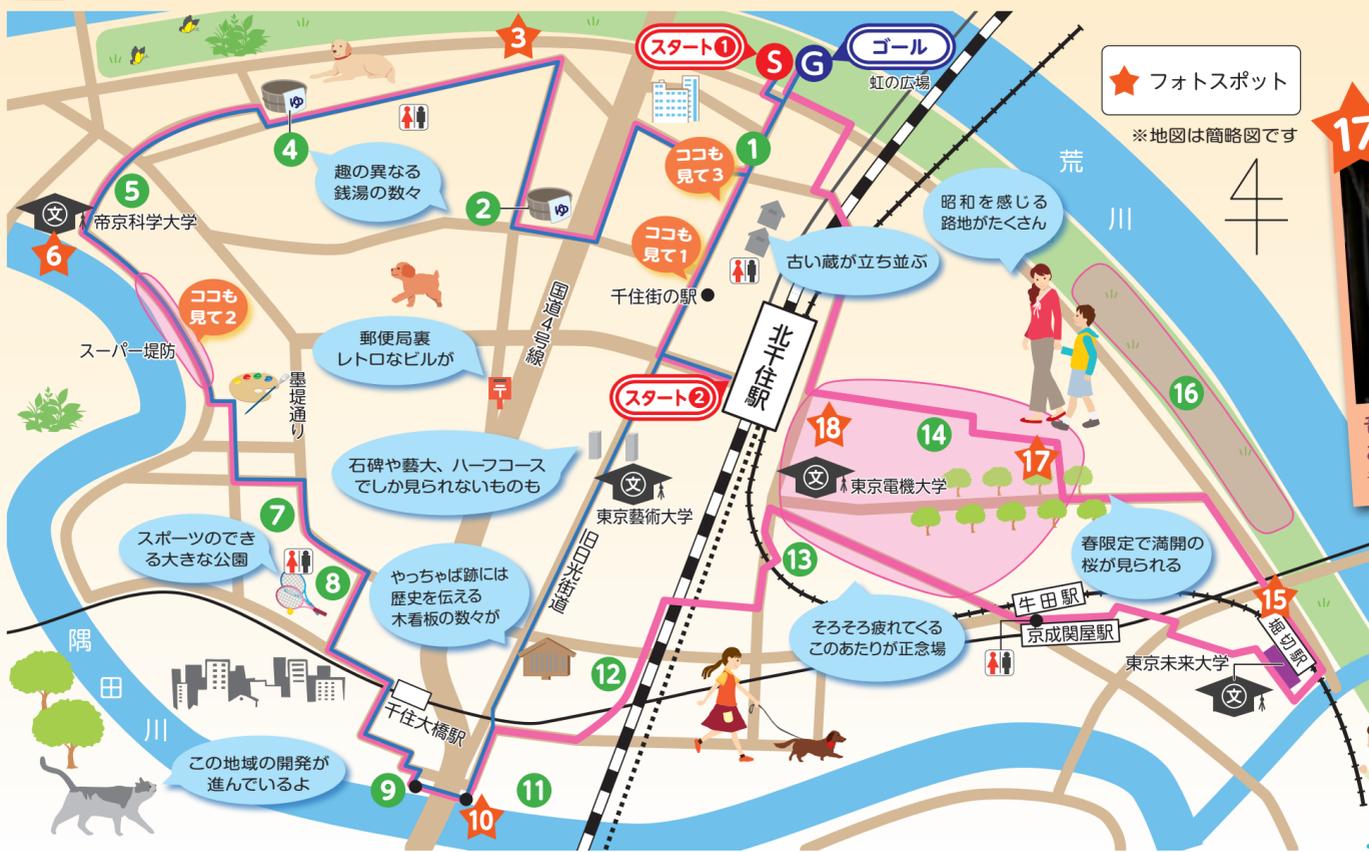
ールしてください スタート・ゴール地点=荒川河川敷(虹の広場) ※JR北千住駅北口改札前からのスタートもあり 申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ

問い合わせ先=プロモーション係 ☎3880-5803

10月/13(土)・14(日)

▶フルコース…約10km・3時間30分程度 ▶ハーフコース…約5km・2時間程度 ★…フォトスポット

コース紹介



## フォトスポット紹介

写真を撮って 景品をもらおう

以下のいずれかの条件を満たした方先着1,000人に使い心地を重視した「今治タオル」をプレゼント。

- フォトスポットで写真を撮影
- フォトスポットにあるスタンプを押す

※ フォトスポットはフルコースで6カ所、ハーフコースで3カ所回る必要あり。スタンプ台紙はスタート受付で配布

さらにフルコースで6カ所のフォトスポットを回った方は、区の名産品などが当たるくじ引きができます。 ※各日当たり100本



スマートフォンを使ってもっと楽しく! グレットウォーキング専用アプリケーション「グレットウェブ」

1 Webからダウンロード 10月オープン

まずは専用アプリケーションをダウンロードしてグレットウォーキングに参加しよう。

2 スマートフォンで写真を撮る

歩きながらお気に入りのスポットや情報を撮影して専用サイトに投稿。

3 コースが充実

グレットウォーキング公式サイトに投稿されたみんなからのスポットなどの情報をつないで自分だけのコースを作ろう。新たな発見ができるようなコースにしてみよう。

スタート受付で、専用アプリケーションをダウンロードしたスマートフォンを提示した方に13日(土)・14日(日)それぞれ先着100人に記念品を贈呈します。

「駅からハイキング」も開催中

JR北千住駅が企画した「駅からハイキング」も開催中です。「秋のグレットウォーキング」とほぼ同じコースを歩きます。開催期間=10月5日~21日 受付時間等=▶スタート…JR北千住駅北口改札外商業施設3階インフォメーション、午前10時~11時30分 ▶ゴール…東京電機大学2号館、午後4時まで 費用=無料 ※くわしくは駅にある専用パンフレットまたは「駅からハイキング」ホームページ(https://www.jreast.co.jp/hiking/)を参照。

「しょうぶまつり&スタンプラリー」投句コーナー入選作決定 一般の部【特選2句】行く先をはばむばかりの花菖蒲(黒川和江) 眠わいて静かに咲ける花菖蒲(澤本直子) 小・中学生の部【特選1句】花しょうぶいろんな色で雨がふる(川島瑞稀) 問い合わせ先=みどり事業係 ☎3880-5919

ネズミの駆除のポイント ネズミはわずかな隙間でも侵入できます。金属たわしや金網などで侵入口を塞ぎましょう。食べ物やせっけんなど餌となるものは密閉容器に入れ、菓の材料となるちり紙やレジ袋は片付けましょう。 問い合わせ先=足立保健所生活衛生係 ☎3880-5374

**【郵送申し込み記入例】**

切手 〒120-8510

**足立区役所**  
〇〇係

(〇〇は申し込み係名など)

上記マークがある申し込みは、右の例を参照

区のホームページアドレスは  
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

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  
HP…ホームページアドレス  
Eメール…Eメールアドレス  
※費用の記載がないものは無料

**催し物**

催し物は、7面からの続きです

**博物館の映画会 (10月分)**

日時 10月13日(土) 午前11時～正午  
※無料公開日 内容 「地域社会の変容と葬祭業 長野県飯田下伊那地方」の上映 申込不要 ※当日直接会場へ

**臨時休館**

期間 10月16日(火)～19日(金)  
※特別展準備のため休館  
—いずれも—

**あだち再生館祭り**

日時 10月27日(土)・28日(日)  
午前10時～午後4時 内容 環境学習講座/環境リフォーム教室/再生館ショップ/館内装飾展示会 申込不要  
※当日直接会場へ 問先 足立区再生館(月曜日、祝日休館)  
☎(38800) 9800

**スポーツカーニバルで「東京国体1年前イベント」**

日時 10月8日(例) 午前10時～午後2時 場所 総合スポーツセンター 内容 国体記念植樹/足立区キャラクター運動会/国体×クイズ/国体PRグッズの配布など 申込不要 ※当日直接会場へ 問先 国体準備担当  
☎(38800) 4110

問先=スポーツ施設支援係  
☎3880-5989

**気軽に参加! スポーツ広場**

ちょっと体を動かしたいときにピッタリのプログラムです。指導者もいますので初心者・一人でも安心して参加できます。 日程=表1 申込=不要 ※当日直接会場へ

表1 「スポーツ広場」一覧 (千住スポーツ公園、尾竹橋公園を除く)

種目	日時	場所	対象	費用 ※保険料含む
バレーボール	金曜日 午前10時～正午	東和地域学習センター	小学生以上の方	310円(小・中学生は110円)
卓球	水曜日 午後0時30分～3時	江北地域学習センター		
	金曜日 午後7時～9時	梅田地域学習センター		
ジュニア・シルバー卓球	水曜日 午後3時30分～6時	総合スポーツセンター	小学生以上の方	310円(いきいきフリーパス所有者は100円★、小・中学生は110円)
一輪車	月曜日 ※第3月曜日を除く 午後3時30分～5時30分	伊興地域学習センター	5歳以上の方	350円(中学生以下の方は250円)
	水曜日 午後3時30分～5時	総合スポーツセンター		
	木曜日 午後4時～5時30分	鹿浜地域学習センター		
ビーチボールバレー	月曜日 ※第3月曜日を除く 午後7時～9時	伊興地域学習センター	中学生以上の方	310円(中学生は110円)
	水曜日 午後3時30分～5時30分	佐野地域学習センター		
	第1～3木曜日 午後7時～9時	興本地域学習センター		
ソフトテニス	日曜日(不定期) 午後1時～5時	梅田地域学習センター	16歳以上の方	310円(高校生は210円、中学生は110円)
	月曜日 午前9時～午後1時	千住スポーツ公園		
	土曜日(不定期) 午後1時～5時	尾竹橋公園		
太極拳	木曜日 午後1時～3時	総合スポーツセンター	16歳以上の方	310円
	月曜日 ※第3月曜日を除く 午後1時～3時	伊興地域学習センター		
	月曜日 ※第2月曜日を除く 午後1時～3時	総合スポーツセンター		
ファミリーテニス	火曜日 午後7時～9時	スィムスポーツセンター	小学生以上の方	310円(小・中学生は110円)
	水曜日 午前10時～正午	佐野地域学習センター		
	木曜日 午後7時～9時	江北地域学習センター		
バウンドテニス	木曜日 午前10時～正午	興本地域学習センター	小学生以上の方	310円(小・中学生は110円)
	金曜日 午後7時～9時	鹿浜地域学習センター		
	月曜日 ※第2月曜日を除く 午前10時～正午	東和地域学習センター		
アーチェリー	月曜日 ※第2月曜日を除く 午後1時～3時	総合スポーツセンター	小学2年生以上で総合スポーツセンターのアーチェリー教室を修了またはアーチェリーの経験のある方 ※小学3年生以下の方は保護者同伴	310円(小・中学生は210円)
	水曜日 ※第5水曜日を除く 午後7時～9時	佐野地域学習センター		
	金曜日 午前10時～正午	中央本町地域学習センター		
アーチェリー	日曜日 午後1時～3時(午後2時までに入場)	総合スポーツセンター	小学2年生以上で総合スポーツセンターのアーチェリー教室を修了またはアーチェリーの経験のある方 ※小学3年生以下の方は保護者同伴	310円(小・中学生は210円)

※運動ができる服装・室内運動靴(ソフトテニス・アーチェリーは外履き)を持参。ジーンズ、スカート、キュロットでの利用不可。用具の無料貸し出しあり。午後6時30分以降に小・中学生が利用する場合、16歳以上の同伴者が必要。公益財団法人生涯学習振興公社の回数券の利用不可。休館日などと重なる場合あり。くわしくは各施設にお問い合わせください。  
★いきいきフリーパスは70歳以上の方が対象。入手方法など、くわしくはお問い合わせください。

**あだちの民話 おはなし会**

日時 10月28日(日) 午後3時～3時20分/午後4時～4時20分 場所 東和地域学習センター 内容 足立区の民話をパネルシアターなどで紹介 申込不要 ※当日直接会場へ 問先 東和図書館  
☎(3628) 6203

**図書のリサイクル 「本のとらばーゆ」**

日時 11月10日(土)・11日(日) 午前10時～午後4時 ※11日の受け付けは午後3時30分まで 場所 生涯学習センター(学びピア21内) 対象 区内在住の方 内容 区立図書館での利用を終えた図書や

**写真・俳句を募集 「描こう これまでの足立、これからの足立」**

募集期間 11月1日～29日 対象 高校生以上の方 内容 寄贈図書の無料配布 ※1人10冊まで。持ち帰り用の袋は各自持参 申込不要 ※当日直接会場へ 問先 中央図書館  
☎(5813) 3740

**無料法律相談会(予約制)**

日時 10月13日(土) 午前10時～午後1時 場所 北千住法律相談センター(千住ミルデイスII番館内) 申込 電話予約日時 10月12日(金) 午前10時～午後4時 申先 東京弁護士会法律相談課(予約専用)  
☎(3597) 4665  
問先 東京弁護士会法律相談課  
☎(3581) 2206

**掲示板**

☎(3852) 1433

**不動産関連全般の相談:風祭**

日時 10月14日(日) 午前10時～午後2時、午後5時30分/竹の塚地域学習センター 区内在住の方/各300人(先着順) /▽前売り:千円▽当日:千300円/電話または当日直接会場へ/池内達雄  
☎(5813) 9400

# 身近で自然を体感! 「あだち自然の遊び場」10月・11月の催し



日…日時 場…場所 対…対象 内…内容 持…持ち物 定…定員 料…費用、入館・入園料(記載がない場合は無料)  
申…申し込み方法 締…申込期限 期…期間

★…イベント手帳対象イベント(10月28日までの対象イベントで、4施設すべてのスタンプを集めた方先着100人にプレゼントあり)

**桑袋ビオトープ公園** 〒121-0061花畑8-2-2  
☎3884-1021 FAX3884-1041  
✉bio-park@adachi.ne.jp

### ◆原っぱの虫・秋の大捜査★

日10月7日(日) 午後2時~3時 ※午後1時45分から受け付け開始 内公園の原っぱで秋に見られる虫を探して観察 定20人(先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴 申不要 ※当日直接会場へ

### ◆野鳥の巣箱をかけてみよう★

日10月14日(日) 午後2時~3時 ※午後1時45分から受け付け開始 内シジュウカラの巣箱を作って園内に設置 定20人(先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴 申不要 ※当日直接会場へ

### ◆どろんこハス掘り体験★

日10月20日(土) 午前10時~正午 内ハス田に入り、ハスの根の観察と間引き作業を行う 定30人(抽選) ※小学2年生以下の方は保護者同伴 申窓口または住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話・ファクス番号を往復ハガキ・ファクス・Eメール(携帯メール不可) ※往復ハガキは返信面にも宛名を記入 締10月9日(火)必着

**生物園** 〒121-0064保木間2-17-1  
☎3884-5577 FAX3884-8996  
✉seibutu@adachi.ne.jp

### ◆大水槽のフィーディングタイム(10月・11月分)

日10月7日~11月25日の毎週日曜日 午後2時~2時30分 内小型魚へのエサやり、ダイバーとの記念撮影、バブルリングショーなど 持カメラ ※記念撮影を希望の方のみ

### ◆生きものガイド(10月・11月分)★

日10月13日・27日、11月10日・24日 ※いずれも土曜日、午後1時30分~2時。午前9時30分から受け付け開始 内解説員が生物園の見どころを紹介 定各15人(先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴

### ◆ニシキヘビと一緒に記念撮影(10月分)

日10月13日(土) 午後3時~4時 ※午後2時50分から受け付け開始 内ニシキヘビと記念写真を撮る 持カメラ 定20組(先着順) ※グループ参加限定。ヘビの状況に応じて変更あり

### ◆魚を解剖してみよう!★

日10月21日(日) 午後1時30分~3時30分 対小学3年生以上の方 内魚を解剖してヒトと似ている部分や違う部分を探る 定20人(抽選) 料300円(材料費) 締10月9日(火)必着

—いずれも—

※別途入園料が必要 申▷魚を解剖してみよう…希望者全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話番号、「魚を解剖してみよう」を往復ハガキ ※返信面にも宛名を記入 ▷その他…不要 ※当日直接会場へ

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

相続・遺言・債務整理・破産・貸金請求  
個人事業主の整理及び再生

お仕事の帰り、土曜・日曜日相談受け付けます。

平成2年の開業から一貫して親切、丁寧をモットーに法律相談にあたらせていただいております。お困りの法律問題については、お気軽にご相談ください。

相談専用ダイヤル 0120-218-187

にししかた法務司法書士事務所  
東京都荒川区西日暮里5-34-2 日金ビル6F 西日暮里駅徒歩1分  
司法書士 西方順郎 東京司法書士会第2307号 簡裁訴訟代理等関係業務認定会員 201308号  
PC・モバイルサイト [にししかた法務](#) 検索  
<http://nishikatahoumu.jp/> mail all@nishikatahoumu.jp

「あだち区民まつり」で  
第4回「健診プラザ」を開催します!

「20歳以上のご来場者」対象イベントです

**血糖チャレンジ!**

開催日時:10月14日(日) 10:00~15:30  
開催場所:荒川河川敷「虹の広場」

参加無料

◆自己血糖測定の結果が140mg/dl以下であれば、もれなく粗品を進呈します(先着500名様)!  
◆ゾロメ賞(携帯用保冷保温バッグ)、ラッキー賞(5000円相当の賞品)もありますので、奮ってご参加ください!

メタボ先生

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)

目・肩・腰のリフレッシュ!

もみほぐし 全身60分 ¥2,980

ほぐし家 もみ蔵

おサイフにもやさしいね!

西口店 竹ノ塚駅西口より徒歩1分  
東口店 竹ノ塚駅東口より徒歩1分

TEL 03-3898-3610 TEL 03-5809-6910  
足立区西竹の塚1-17-22 2階 足立区竹の塚6-9-7 オークビル202

営業時間/10:00~23:00(最終受付22:30) 年中無休 予約優先  
<http://hogusiyamomizou.com/>

赤い羽根募金にご協力を 毎年10月から年末にかけて運動が行われます。募金は、地域社会における子育て・家庭支援活動・地域福祉活動などに役立てられます。 問先=地域調整課管理係 ☎3880-5855

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>梅田地域学習センター</b> 〒123-0851 梅田7-33-1 ☎3880-5322				
心をこめて文字を書こう! 楽しい書道教室(4日制)	11/2・16、12/7・21 いずれも金曜日 午後1時~3時	20人	2,000円	<b>事前</b>
無添加簡単皮なしソー ページ作り 託児:6カ月~就学前の子ども	11/7(水) 午後7時~9時	15人 (託児 5人)	650円 (託児付き 1,250円)	
お肌しっとり蜜蝋(みつろう) クリーム作り ◆16歳以上の女性	11/8(木) 午後7時~8時	20人	1,500円	
お菓子作りで本の世界を楽し む「アリスのお茶会」	11/13(火) 午後1時30分~4時30分	16人	2,610円	
スポーツスタッキング足 立大会 ◆どなたでも	11/17(土) 正午~午後4時	80人	無料	
基礎から作るヘルシーデ ィナー根野菜飾り切り編 (2日制)	11/21(水)、12/5(水) 午後7時~9時	20人	2,000円	
足立の学校給食を作っ てみよう「海老クリーム ライス」	11/26(月) 午前10時30 分~午後1時30分	32人	1,500円	
<b>興本地域学習センター</b> 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
楽しくヨガサロン	10/11(木) 午後7時30分~8時40分	30人	500円	<b>当日</b>
はじめてみよう! 油絵体験 (5日制) ◆小学3年生以上の方	10/16~11/13の毎週 火曜日 午後7時~9時	10人	1,500円	<b>事前</b>
普通救命AED講習会	10/19(金) 午後1時~4時	20人	1,400円	
ボディメンテナンススレ ーニング(4日制)	10/22~11/12の毎週 月曜日 午後7時30分~8時30分	8人	3,400円	
簿記3級試験直前対策 (4日制)	10/25~11/15の毎週 木曜日 午後6時30分~8時45分	30人	3,360円	
初心者さん大歓迎! ハワイ アンフラ体験(4日制)	10/25~11/15の毎週 木曜日 午後7時~8時	15人	2,140円	
英語大好キッズになろう (6日制) ◆A:0~1歳6カ月の子どもと 保護者 ◆B:1歳7カ月~3歳の子ども と保護者	10/29~12/10の毎週 月曜日(11/19を除く) A:午前10時~10時50分 B:午前11時10分~正午	各15組	4,630円	
はじめての三味線! 初心者 入門教室(4日制) ◆小学4年生以上の方	10/30~11/20の毎週 火曜日 午後5時~6時	10人	2,100円	
じっくりベビーマッサージ フルコース(3日制) ◆0歳の子どもと母親	11/1~22の毎週木曜日 (11/8を除く) 午前 10時30分~11時30分	13組	2,250円	
プレ保育に通う子のプレプレ 教室(4日制) ◆2~4歳の子どもと保護者	11/8~12/20の毎週木 曜日(11/15・29、12/ 13を除く) 午前10時30 分~11時30分	15組	3,200円	
<b>江北地域学習センター</b> 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
骨盤エクササイズ(3日制) ◆16歳以上の女性	10/11~25の毎週木曜日 午後0時30分~1時30分	20人	1,230円	<b>事前</b>

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>江北地域学習センター</b> 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
手結び着付け入門教室 (5日制) ◆16歳以上の女性	10/17~11/14の毎週 水曜日 午後1時30分~3時30分	20人	1,000円	<b>事前</b>
フルートミニコンサート ◆どなたでも	10/27(土) 午後1時30分~2時	30人	無料	<b>当日</b>
板金屋が教える銅版レリーフ 教室 ◆小学生以上の方(小学3年 生以下の方は保護者同伴)	10/28(日) 午前10時30分~正午	20人	300円	<b>事前</b>
ヘルシーエクササイズ (7日制)	11/1~12/13の毎週木曜 日 午前10時~11時30分	60人	2,870円	
親子ベビーマッサージサ ロン ◆2カ月~1歳未満の子どもと 保護者	11/2(金)・16(金) 午前10時~正午	各14組	1回1,110円	
ベリーダンス教室(3日制) ◆16歳以上の女性	11/2~30の毎週金曜日 (11/9・23を除く) 午後1時30分~2時30分	20人	1,230円	
男性向けエクササイズ (4日制) ◆16歳以上の男性	11/6~27の毎週火曜日 午後6時30分~7時30分	20人	1,640円	
はじめてのジャズダンス 教室(4日制) ◆16~40歳の女性	11/6~27の毎週火曜日 午後7時45分~9時30分	20人	1,640円	
子ども空手教室 (2日制) ◆小・中学生	11/10(土)・24(土) 午後4時30分~6時	20人	700円	
0歳から聴けるクラシックコ ンサート ◆3歳以下の子どもと保護者	11/25(日) 午前11時~正午	30組	500円	
<b>佐野地域学習センター</b> 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
親子トランポリン (7日制) ◆2歳~就学前の子どもと保 護者	10/15~12/3の毎週月 曜日(11/12を除く) 午後3時30分~4時30分	15組	4,900円	<b>事前</b>
子どもジャズダンス 流行の曲でダンス! (5日制) ◆小学生	10/19~11/16の毎週 金曜日 午後4時~5時	25人	2,550円	
楽しむハンドメイド 棒針編 みでベスト作り(5日制)	10/23・30、11/13・ 27、12/11 いずれも火 曜日 午前10時~正午	16人	4,300円	
気軽にはじめよう! タップダンス(8日制)	10/25~12/13の毎週 木曜日 午後7時30分~9時	20人	4,080円	
アロマのヘアオイルで美 しい髪&頭皮ケア	10/26(金) 午後1時30分~2時30分	15人	1,200円	
「普通救命講習会」 AEDの使い方や止血法を学 ぼう ◆中学生以上で区内在住・在 勤・在学の方	10/27(土) 午前9時~正午	20人	1,400円 (再講習は 1,200円)	
水引でつくるクリスマスとお 正月の部屋飾り(3日制)	11/2・16・30 いずれも 金曜日 午前10時~正午	15人	3,000円	

### 図書館・スポーツ施設の休館等(10月分)

日程=表2 問い合わせ先=中央図書館 ☎5813-3740

表2 図書館の休館日程(10月分)

図書館名	日程
常東	1(月)・8(祝)・9(火)・15(月)・ 22(月)・29(月)・31(水)
宮城	1(月)・8(祝)・15(月)・22 (月)・29(月)・31(水)
やよい	2(火)~7(日)・31(水)
佐野/鹿浜	7(日)・31(水)
新田/竹の塚/保塚	9(火)・31(水)
東和	10(水)~15(月)・31(水)
伊興/興本/梅田/ 江北/中央	15(月)・31(水)
花畑	16(火)~21(日)・31(水)
舎人	※舎人センター改修 工事のため、25年3 月14日まで休館

日程=表3 問い合わせ先=スポーツ施設支援係 ☎3880-5989

表3 スポーツ施設の休館・利用休止日時(10月分)

施設名	休館・利用休止日時
総合スポーツセンター	▷休館...9(火)
東綾瀬公園 温水プール	▷休館...14(日) ▷プール利用 休止(総合受付窓口は営業).. 9(火) 午後1時30分~4時30分 ※学校利用のため、15(月)~19 (金) ※水の入れ替えのため
千住温水プ ール	▷休館...15(月)
スィムスポ ーツセンター	▷休館...15(月)
千住スポ ーツ公園	▷休館...15(月)

※10月6日(土)、工事のため総合受付窓口での屋外スポーツ施設予約を休止。料金支払いも不可。 問い合わせ先=総合スポーツセンター ☎3859-8211

### 来て!見て!話して! ITサロン(10月分)

日程等=表4 時間=午後2時~4時(保塚地域学習センターのみ午前10時~正午) 対象=中学生以上の方 内容=パソコンを囲んだ地域交流の場 ※1人1台のパソコンを使った講習会ではありません。 費用=1回200円(70歳以上の方・障がいがある方は140円。証明書の提示が必要) 申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ

表4 ITサロン(10月分)日程等

場所・問い合わせ先		日程
生涯学習センター	☎5813-3730	3(水)・10(水)・17(水)・24(水)・31(水)
地域学習センター	鹿浜	☎3857-6551 2(火)・20(土)
	佐野	☎3628-3273 6(土)
	竹の塚	☎3850-3107 6(土)・12(金)・18(木)
	新田	☎3912-3931 6(土)・14(日)
	花畑	☎3850-2618 6(土)・19(金)
	梅田	☎3880-5322 7(日)・20(土)
	東和	☎3628-6201 11(木)
	保塚	☎3858-1502 11(木)・25(木)
	伊興	☎3857-6537 13(土)・20(土)
	中央本町	☎3852-1431 13(土)・27(土)
興本	☎3889-0370 14(日)・28(日)	
江北	☎3890-4522 27(土)	
舎人		改修工事のため休み

### 違反建築取り締まり一斉パトロール

10月11日~17日の違反建築防止週間にパトロールを行い、建築工事現場の建物が建築基準法を守っているかを確認します。 問い合わせ先=建築安全係 ☎3880-6497

学びで絆(きずな)を深めてみませんか  
**近所deまなボー☆**  
 生涯学習施設・スポーツ施設の催し(10月・11月分)

**9月26日(水)、午前9時から先着順で受付開始**

※特に記載がある場合を除く。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

■講座の申し込み共通事項

受付時間=午前9時～午後8時

※庁舎ホール(平日のみ)・平野運動場でも、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。それ以外は先着順

《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)

《申込》事前…窓口または電話で事前申し込み

当日…当日直接会場で申し込み

〒…往復ハガキで開催会場へ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。親子講座は、親子の氏名(フリガナ)・性別・生年月日を明記。きょうだいで同じ講座に申し込みをする場合は、1枚のハガキで申し込み可。定員に達しなかった場合は10月20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

掲載されているほかにも催し物を行っています。くわしくは「あだち学び情報館まなボー☆」(<http://www.kousya.jp/manabi/>)、各施設で配布するチラシをご覧になるか、お問い合わせください。

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>生涯学習センター 〒120-0034 千住5-13-5(学びピア内) ☎5813-3730</b>				
歌や絵本から覚える楽しい幼児英語(4日制) ◆A:21年4月2日～22年4月1日 生まれの子どもと保護者 ◆B:22年4月2日～23年4月1日 生まれの子どもと保護者	11/2(金)・7(水)・21(水)・30(金) A:午前10時～10時45分 B:午前11時～11時45分	各30組	2,500円	事前
NHK主催展覧会「中国王朝の至宝」関連文化講演会	11/3(祝) 午後2時～3時30分	190人	無料	10/10必着
循環型エネルギー「バイオマスエネルギー」を考える	11/6(火) 午後2時～3時30分	30人	無料	
初心者向け ゆったりヨガレッスン(7日制) ◆16歳以上の女性	11/7～12/19の毎週水曜日 午後7時～8時15分	30人	3,570円	事前
平安時代の歴史と文化「権謀渦巻く400年」(4日制)	11/11～12/2の毎週日曜日 午後2時～4時	40人	2,000円	
高齢者のための携帯電話の使い方A・B(2日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/13(火)・14(水) A:午前10時～午後0時30分 B:午後1時30分～4時	各20人	無料	10/10必着

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>生涯学習センター 〒120-0034 千住5-13-5(学びピア内) ☎5813-3730</b>				
子育て塾「2・3歳児のこころとからだ」 託児:就園前の子ども	11/16(金) 午前10時～正午	30人(託児20人)	無料(託児も無料)	
歌声ステーション	11/18(日) 午後2時～3時30分	120人	500円	
はじめてのパソコン入門(5日制)	11/21(水)～25(日) 午前10時～正午	20人	8,100円	
世界の昔話の真実「白雪姫」	11/23(祝) 午後2時～4時	30人	700円	事前
ハイテク犯罪対策講座「家庭編」	11/24(土) 午後2時～4時	20人	無料	
よくわかるシェイクスピア入門	11/25(日) 午後2時～4時	30人	700円	
女性のためのお仕事復活応援 メイクアップレッスン ◆おおむね30歳以上の女性	11/26(月) 午前10時～11時30分	30人	無料	
★白洲正子と次郎その生涯「縁(ゆかり)の武相狂を訪ねる」(3日制)	11/10(土)・17(土) 午後2時～4時 11/24(土) 午後1時～ ※11/24は現地集合	30人	2,500円(交通費は実費)	10/27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(月～金曜日、午後1時～5時)				
<b>伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537</b>				
仲良しケータイ広場 ◆おおむね60歳以上の方	10/12(金) 午前10時～正午	10人	300円	
指先からの癒やし、心と体の疲れをとる タッピングタッチ	10/19(金) 午後1時30分～3時	20人	500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	10/24(水) 午前10時～11時30分	10組	1,000円	事前
伊興写真サロン ◆どなたでも	11/4(日) 午前10時～正午	10人	200円	
ちびっこ体操(7日制) ◆4歳～就学前の子ども	11/6～12/18の毎週火曜日 午後3時30分～4時30分	45人	2,275円	10/10必着
食べ比べよう! 足立のおいしい野菜たち	11/7(水) 午前10時30分～正午	20人	無料	事前
ママといっしょ わくわく体操A・B(7日制) ◆2・3歳の子どもと母親	11/7～12/19の毎週水曜日 A:午前9時30分～10時30分 B:午前10時45分～11時45分	各15組(双子は2組まで)	3,815円	10/10必着
<b>梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1 ☎3880-5322</b>				
ベビーズガーデンママサロン「使える日常子育て英語」 ◆1歳未満の子どもと母親	10/16(火) 午前10時30分～11時20分	17組	500円	
ケータイサロンボランティア養成講座(8日制)	10/21～12/23の毎週日曜日(10/28、11/11を除く) 午前10時～11時30分	20人	無料	事前
ベビーズガーデンパパサロン「ベビーエクササイズ」 ◆1歳未満の子どもと父親	10/21(日) 午前10時30分～11時20分	17組	500円	
親子de(で)ABC(6日制) ◆1歳6カ月～3歳の子どもと保護者	11/1～12/13の毎週木曜日(11/22を除く) 午前10時30分～11時20分	15組	4,320円	

**図書館子ども映画会(10月分)**

費用=無料 申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ

場所・問い合わせ先(図書館)	日時	内容
中央 ☎5813-3745	7(日) 午後2時～2時30分	「ゆうかんなチビの仕立て屋」
	14(日) 午後2時～2時30分	「14ひきのおつきみ、14ひきのあきまつり」
	21(日) 午後2時～2時30分	「まほうつかいのノナばあさん」「チャーリーの赤いマント」「神の道化」
	28(日) 午後2時～2時30分	「マドレーヌとジプシー」「ハロルドくんとむらさきのクレヨン」「ふしぎなおたまじゃくし」
鹿浜 ☎3857-6551	13(土) 午後2時～2時45分	「うしろのせきのオチアイくん ドッジボールたいけつ」「はなさかじいさん」ほか
竹の塚 ☎3859-9966	13(土) 午後3時30分～4時	「竹田人形座作品」
梅田 ☎3840-4646	20(土) 午後3時～3時50分	「どろぼうがっこう」「びっくり博物館」
花畑 ☎3850-2601	24(水) 午後3時～3時30分	「14ひきのかぼちゃ」
やよい ☎3852-1433	24(水) 午後4時～4時30分	「赤ずきんちゃん」「なし売り仙人」
興本 ☎3889-0370	28(日) 午後1時30分～2時	「りこうな二ワトリ」「オオカミと子ギツネ」

**ふれあいまつり**

日時=表1 内容=地域学習センターなどで活動中の団体によるお祭り。作品展示/舞台発表/模擬店など ※センターにより実施しないものあり 費用=無料 申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ 問い合わせ先=各センター(12～15面の「センター名」欄参照)



▲音楽の演奏など様々な舞台発表を楽しめます(写真は昨年度のもの)

表1 ふれあいまつり日時等(スィムスポーツセンター以外でカードを配布)

場所	日時
スィムスポーツセンター	10/8(祝) 午前10時～午後5時
江北地域学習センター	10/13(土) 午前10時～午後8時、14(日) 午前10時～午後4時30分
佐野地域学習センター	10/21(日) 午前10時～午後5時
伊興地域学習センター	10/27(土) 午前9時～午後5時、28(日) 午前9時～午後4時
竹の塚地域学習センター	「第28回たけのこ文化祭」 10/27(土) 午前10時～午後5時、28(日) 午前9時～午後5時

区のイベント、手続き等の案内は、お問い合わせコールあだちへ(毎日・午前8時～午後7時) ☎3880-0039 FAX3880-0041  
 ※区役所の窓口開庁時間は午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502</b>				
子どもモダンバレエサークル体験(3日制) ◆A:3歳~小学1年生 ◆B:小学2年生~中学生	10/13~27の毎週土曜日 A:午後1時30分~2時45分 B:午後2時45分~4時	各20人	30円	
ゆったりリラックス体操(5日制) ◆おおむね40歳以上の方	10/15~11/12の毎週月曜日 午後1時~2時	20人	2,000円	
保塚こども将棋大会 ◆おおむね小学生	10/21(日) 午前10時~正午	20人	無料	
【地域の絆づくり事業】 気軽に楽しむ「茶道サロン」 A・B ◆区内在住の方(小学3年生以下の方は保護者同伴)	10/21(日) A:午前10時30分~正午 B:午後1時30分~3時	各15人	無料	<b>事前</b>
楽しく続ける健康太極拳 初心者クラス(6日制) ◆おおむね60歳以上の方	10/23・30、11/13・27、12/11・25 いずれも火曜日 午前9時15分~10時15分	15人	2,460円	
幼児あそび 親子サークル体験A・B(3日制) ◆22年4月2日~24年4月1日 生まれの歩くことができる子どもと保護者	10/25、11/8・22 いずれも木曜日 A:午前9時45分~11時 B:午前11時15分~午後0時30分	各5組	100円	
アロマでできる認知症予防とストレスケア ◆16歳以上の介護に携わる方	10/29(月) 午前10時30分~正午	20人	500円	
<b>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</b>				
はじめヨーガ(7日制) ◆18歳以上の方	11/1~12/13の毎週木曜日 午前10時30分~正午	30人	3,500円	<b>10/10必着</b>
水中ウォーキング(5日制)	11/10~12/22の毎週土曜日(11/17、12/15を除く) 午後1時30分~2時20分	40人	3,300円	<b>事前</b>
ママピクス(4日制) ◆A:6カ月~1歳未満の子どもと母親 ◆B:1歳の子どもの母親	11/12~12/10の毎週月曜日(11/19を除く) A:午後0時30分~1時30分 B:午後1時40分~2時40分	A:28組 B:35組	2,180円	<b>10/10必着</b>
4泳法シリーズ「背泳ぎ」(4日制) ◆18歳以上の方	11/21~12/12の毎週水曜日 午後1時30分~2時20分	20人	3,200円	<b>事前</b>
ラテンエアロde(で)ボディシェイプ(4日制)	11/30~12/21の毎週金曜日 午前11時30分~午後0時30分	15人	1,640円	
アクアエクササイズ	毎週水曜日(10/31を除く) 午前11時20分~午後0時20分	40人	1回640円	<b>当日持</b>
エアロピクス	毎週金曜日(10/26を除く) 午後7時30分~8時40分	40人	1回430円	
<b>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</b>				
成人初めて水泳A(4日制)	11/7~28の毎週水曜日 午後6時30分~7時20分	10人	2,640円	<b>事前</b>
成人初めて水泳C(8日制)	11/7~12/26の毎週水曜日 午後7時30分~8時30分	8人	5,280円	
のびのびストレッチタイム	毎週水曜日(10/17を除く) 午後1時30分~1時45分 毎週金曜日(10/19を除く) 午後7時30分~7時45分 毎週土曜日(10/20を除く) 午前10時30分~10時45分	なし	入場料のみ	<b>当日持</b>
ワンポイントレッスン	毎週水曜日(10/17を除く) 午後1時45分~2時20分 毎週金曜日(10/19を除く) 午後7時45分~8時20分 毎週土曜日(10/20を除く) 午前10時45分~11時20分	なし	入場料のみ	
<b>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申し込みは総合スポーツセンター(右記参照)へ</b>				
フットセラピーピクス(8日制)	11/1~12/20の毎週木曜日 午後3時30分~4時30分	35人	3,440円	<b>事前</b>
わいわいエアロピクス(7日制)	11/2~12/21の毎週金曜日(11/23を除く) 午後1時~2時10分	35人	3,010円	
親子ピクス(7日制) ◆2・3歳の子どもの母親	11/2~12/21の毎週金曜日(11/23を除く) 午後2時30分~3時30分	30組	3,815円	<b>10/10必着</b>
ママピクスB(7日制) ◆1歳の子どもの母親	11/2~12/21の毎週金曜日(11/23を除く) 午後3時45分~4時45分	30組	3,815円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211</b>				
楽しく親子体操A・B(7日制) ◆2・3歳の子どもの保護者	11/1~12/13の毎週木曜日 A:午前9時30分~10時30分 B:午前10時45分~11時45分	各28組	3,815円	<b>10/10必着</b>
わいわいエアロピクス(8日制)	11/1~12/20の毎週木曜日 午後7時15分~8時25分	35人	3,440円	
フットセラピーピクス(7日制)	11/2~12/21の毎週金曜日(11/23を除く) 午前10時15分~11時15分	40人	3,010円	<b>事前</b>
体幹ポールシェイプアップ編A・B(7日制)	11/2~12/21の毎週金曜日(11/23を除く) A:午後1時15分~2時15分 B:午後7時15分~8時15分	各35人	3,010円	
元気いきいき体操(6日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/2~12/21の毎週金曜日(11/9・23を除く) 午後1時30分~3時	50人	2,580円	<b>10/10必着</b>
幼児サッカー(7日制) ◆4歳~就学前の子ども	11/2~12/21の毎週金曜日(11/23を除く) 午後3時~4時15分	50人	1,470円	
ちびっこ体操(6日制) ◆4歳~就学前の子ども	11/2~12/21の毎週金曜日(11/9・23を除く) 午後3時30分~4時30分	40人	1,950円	
こども体操(6日制) ◆小学生	11/2~12/21の毎週金曜日(11/9・23を除く) 午後4時40分~5時40分	40人	1,950円	<b>事前</b>
ボディシェイプ(8日制) 託児:1歳6カ月~2歳6カ月の子ども	11/6~12/25の毎週火曜日 午前11時~午後0時30分	40人(託児15人)	3,440円(託児付き5,200円)	
体幹ポール基礎編(8日制)	11/6~12/25の毎週火曜日 午後1時15分~2時15分	35人	3,440円	
<b>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</b>				
ベビーマッサージ&リトミックA・B(4日制) ◆4カ月~1歳5カ月の子どもと保護者	10/31~11/28の毎週水曜日(11/14を除く) A:午前10時~10時30分 B:午前10時45分~11時15分	各15組	3,200円	
子どもリトミック・水曜(4日制) ◆1歳3カ月~2歳の子どもの保護者	10/31~11/28の毎週水曜日(11/14を除く) 午前11時30分~午後0時15分	12組	4,200円	
親子水遊び(5日制) ◆就学前の子どもと保護者	11/10~12/22の毎週土曜日(11/17、12/15を除く) 午前11時30分~午後0時20分	20組	4,200円	<b>事前</b>
子どもリトミック・月曜(4日制) ◆A:1歳3カ月~2歳の子どもの保護者 ◆B:2・3歳の子どもの保護者	11/19~12/17の毎週月曜日(12/10を除く) A:午前10時~10時45分 B:午前11時~11時45分	各12組	4,200円	
成人水泳(4日制) A:初級 B:初級・中級	11/19~12/17の毎週月曜日(12/10を除く) A:午後0時30分~1時20分 B:午後6時30分~7時20分	A:15人 B:20人	2,560円	
元気いきいき水中運動(4日制) ◆おおむね50歳以上の方	11/19~12/17の毎週月曜日(12/10を除く) 午後1時30分~2時20分	15人	2,560円	
3・4歳の水泳教室「水慣れ」(4日制) ◆おむつが取れた3・4歳の子ども	11/24~12/22の毎週土曜日(12/15を除く) 午後0時30分~1時20分	15人	3,200円	
4歳から6歳の水泳教室(4日制) A:水慣れ B:浮きバタ足 ◆4歳~就学前の子ども	11/24~12/22の毎週土曜日(12/15を除く) 午後2時30分~3時20分	各15人	3,200円	<b>10/10必着</b>
小学生水泳教室(4日制) A:浮きバタ足 B:呼吸なしクロール ◆小学生	11/24~12/22の毎週土曜日(12/15を除く) 午後3時30分~4時20分	各15人	3,200円	
小学生水泳教室(4日制) 背泳ぎ・平泳ぎキック ◆小学生	11/24~12/22の毎週土曜日(12/15を除く) 午後4時30分~5時20分	15人	3,200円	<b>事前</b>
小学生呼吸付きクロールA・B(4日制) ◆小学生	11/24~12/22の毎週土曜日(12/15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	3,200円	
小学生バタフライ・平泳ぎ(4日制) ◆小学生	11/24~12/22の毎週土曜日(12/15を除く) 午後5時30分~6時20分	15人	3,200円	

広告



東京都宅地建物取引業協会  
足立区支部

不動産無料相談随時受付

☎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)

学びで絆(きずな)を深めてみませんか  
**12・13面からの続き**  
**近所deまなボ-**  
 生涯学習施設・スポーツ施設の催し(10月・11月分)

**9月26日(水)、午前9時から先着順で受付開始(一部を除く)**  
**申し込み方法などは13面参照**  
 掲載されているほかにも催し物を行っています。くわしくは「あだち情報館まなボ-☆」(<http://www.kousya.jp/manabi/>)、各施設で配布するチラシをご覧ください。

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551</b>				
楽しく親子体操(6日制) ◆2・3歳の子ともと保護者	11/2~12/21の毎週金曜日(11/16・23を除く) 午前10時~11時	35組	3,270円	<b>事前</b>
【地域の絆づくり事業】 しかはま将棋道場 ◆小学生以上の方	11/4(日) 午後2時~4時	15人	200円(小・中学生は50円)	<b>当日</b>
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/7~12/19の毎週水曜日 午前10時~11時30分	40人	3,010円	
親子でヨガ ◆8カ月~1歳6カ月の子どもと保護者	11/10(土) 午前10時~11時	15組(30人)	720円	
「子育て・介護」3つのテストでわかるあなたの心理	11/10(土) 午前10時~正午	20人	無料	<b>事前</b>
親子で楽しくベビーヨガ&マッサージ「オイル編」(5日制) ◆首がすわった、ハイハイをする前の子どもと母親	11/20~12/25の毎週火曜日(12/11を除く) 午前10時~11時	15組(30人)	4,600円	
【地域の絆づくり事業】 ワクワクあそびサロン 囲碁やたぐさんの遊具であそぼう ◆小学生以上の方	11/25(日) 午後2時~4時	15人	無料	<b>当日</b>
<b>新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931</b>				
日本の伝承遊び「親子でとんび(たこ)を作ろう!」 ◆小学生と保護者	10/20(土) 午後1時~4時	15組	親1人子1人…300円 親1人子2人…600円	
キラキラフルーツとカスタードのパン(フーガス)	10/22(月) 午前10時~午後1時	16人	1,500円	<b>事前</b>
【地域の絆づくり事業】 商店街でトリックオアトリートハロウィンスタンプラリー ◆3歳~小学生(就学前の子どもは保護者同伴)	10/27(土) 午前10時~正午	小学生25人 親子15組	小学生500円(親1人子1人510円)	
新田ミニコンサート「ピアノと篠笛(しのぶえ)で綴(つづ)る秋のメロディ」	10/28(日) 午後2時~3時	30人	500円	<b>当日</b>
ご近所先生! 種で作るエコ&デコ壁かけ工作教室 ◆4歳~小学生と保護者	11/4(日) 午後1時30分~3時30分	20組	親1人子1人…200円 親1人子2人…400円	
カラダとココロを育む親子運動あそび(3日制) ◆首がすわるころ~2歳の子どもと保護者	11/7・21・28 いずれも水曜日 午前10時~正午	20組	親1人子1人…2,060円 親1人子2人…2,090円	<b>事前</b>
親子でホリホリ! 消しゴムはんこで年賀状&エコバッグ ◆4歳~小学生と保護者	11/11(日) 午後1時30分~3時30分	10組	親1人子1人…1,020円 親1人子2人…1,530円	
【地域の絆づくり事業】 パパママ必見! 幼児安全法短期講習	11/17(土) 午前10時~正午	20人	50円	
<b>竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107</b>				
【地域の絆づくり事業】 たけのつか園芸サロン	10/10(水) 午後1時30分~3時30分	15人	無料	
ニコニコパパママサロン イングリッシュリトミック ◆A:1歳7カ月~4歳の子どもと保護者 ◆B:3カ月~1歳6カ月の子どもと保護者	10/12(金) A:午前10時~10時40分 B:午前11時~11時40分	各30組	670円	
秋の花「コスモス」を楽しくステンシルしましょう	10/19(金) 午後1時30分~4時30分	25人	2,900円	<b>事前</b>
楽しくストレッチ体操(8日制)	11/1~12/20の毎週木曜日 午後1時30分~2時40分	35人	3,440円	
元気いきいき体操(8日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/1~12/20の毎週木曜日 午後3時30分~5時	30人	3,440円	
楽しく親子体操(8日制) ◆2・3歳の子ともと保護者	11/6~12/25の毎週火曜日 午前10時30分~11時30分	15組	4,360円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431</b>				
【地域の絆づくり事業】 これからはじめる! ソーシャルネットワークサロン ◆どなたでも	10/10(水) 午後7時~8時30分	6人	無料	<b>当日</b>
インドカレー店で「秋の味覚のナン」作りに挑戦A・B ◆4歳~小学生と保護者	A:10/13(土) B:10/20(土) 午後3時~4時30分	各10組	1,300円	
好感の持たれるゴルファーになるためのマナーとルール(2日制)	10/13(土)・21(日) 午後7時~8時30分	30人	1,000円	
普通救命講習会 「救命技能認定証を取得」	10/14(日) 午前9時~正午	20人	1,400円	
大人の食育「八百屋さんが教える野菜のあれこれ」	10/18(水) 午前10時30分~正午	30人	500円	
ジュニア将棋大会 「集まれ小学生」 ◆小学生	10/21(日) 午後2時~4時	20人	100円	
平田農園で農業体験をしよう! 「さつまいもの収穫」 ◆4歳~小学生と保護者	10/27(土) 午前10時~正午	20組	500円	<b>事前</b>
わくわくサイエンス 「探偵気分指紋の検出」 ◆小学生	10/28(日) 午前10時30分~11時30分	15人	200円	
楽しく親子体操A・B(6日制) ◆2・3歳の子ともと保護者	11/2~12/21の毎週金曜日(11/9・23を除く) A:午前9時40分~10時40分 B:午前10時50分~11時50分	各35組	3,270円	
【地域の絆づくり事業】 あだちウオーキングラリー ◆どなたでも	11/3(祝) 午前10時~午後4時	15人	無料	
キッズピクス(5日制) ◆A:3歳~就学前の子ども ◆B:小・中学生	11/3~12/15の毎週土曜日(11/10・17を除く) A:午後0時50分~1時50分 B:午後2時~3時	各40人	1,550円	
<b>東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201</b>				
料理に挑戦! 洋食をつくってみよう「グラタン」 ◆中学生以上の方	10/21(日) 午前10時30分~午後1時30分	16人	1,300円	
季節の色を学ぼう「日本の伝統色 秋編」	10/27(土) 午後2時~4時	20人	1,500円	
日常の疲れを癒やす! フットマッサージ入門	10/30(火) 午前10時~11時30分	16人	600円	
元気いきいき体操(6日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/2~12/21の毎週金曜日(11/9・23を除く) 午後1時30分~3時	40人	2,580円	
ヘルシーエクササイズ(5日制) ◆おおむね40歳以上の方	11/5~12/17の毎週月曜日(11/12・19を除く) 午前10時~11時30分	30人	2,150円	<b>事前</b>
楽しく親子体操A・B(6日制) ◆2・3歳の子ともと保護者	11/6~12/11の毎週火曜日 A:午前9時30分~10時30分 B:午前10時45分~11時45分	各30組	親1人子1人…3,270円 親1人子2人…3,960円	
体幹トレーニング(7日制)	11/6~12/18の毎週火曜日 午後3時45分~4時55分	25人	2,870円	
ママが知りたい心と体のよくばりサロン ◆3カ月~1歳の子どもと保護者	11/16(金) 午前10時30分~正午	15組	500円	
<b>花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618</b>				
編み物サロン ◆どなたでも	10/8(祝) 午前10時~正午	6人	200円	<b>当日</b>
ライフプランセミナー 夢を叶(かな)えるお金の貯(た)め方増やし方	10/20(土) 午後1時30分~3時	20人	無料	
頭の体操しませんか? 簡単! 大人の算数パズル ◆おおむね50歳以上の方	10/22(月) 午後2時~4時	12人	無料	
はじめてのパナシフォンケーキづくり	10/25(水) 午前10時30分~午後0時30分	16人	2,000円	
ねんどキャンドルづくりと簡単えいご体験 ◆2歳~小学3年生(就学前の子どもは保護者同伴)	10/28(日) 午前10時~10時30分	15人	750円	<b>事前</b>
楽しく親子体操(7日制) ◆2・3歳の子ともと保護者	11/1~12/13の毎週木曜日 午前10時~11時	25組	親1人子1人…3,815円 親1人子2人…4,620円	
マイ・ガーデンサロン 自分好みの花を育てよう ◆どなたでも	11/14(水) 午前10時~11時	10人	200円	
はじめてのミュージックベル体験(2日制)	11/14(水)・21(水) 午後7時30分~9時	5人	1,500円	

広告

ADMS健康講座『脂肪肝』聴講無料 10月21日(日曜) AM9:30~ 場所: 西新井病院 1Fロビー  
 NPO法人ADMS <http://www.adms.or.jp/> 連絡先: 3840-2111(医師会内) ⇒ **アダムス事務局まで** 足立区中央本町3-4-4

「美しいまち」は「安全なまち」ビューティフル・ウィンドウズ運動展開中

みんなで踊ろう!

**ビュー坊体操**

あだち区民まつりA-Festaでおひろめ

この秋、イメージキャラクター「ビュー坊」の体操が完成。子どもたちにもわかりやすく、ビューティフル・ウィンドウズのメッセージを伝えます。さあ、ビュー坊といっしょに踊って、楽しく健康づくりとまちづくり!

問い合わせ先=ビューティフル・ウィンドウズ運動推進担当 ☎3880-5838

ビュー坊切手登場

ビュー坊のフレイム切手「大好き・あだち」が登場! 足立区の名物を紹介しています。区内の郵便局などで好評発売中!



●ビュー坊体操練習中の西新井保育園を訪問!  
軽快なテンポの音楽に合わせて、楽しそうに踊る園児たち。「子どもたちが歌ったり踊ったりしながら、美しいまちづくりへの思いを育めたらと思います」と田畑由美子園長は話します。



▲ビュー坊体操は今後区のイベントなどで登場予定です

▶キメのポーズもバッチリ!



あだち区民まつりA-Festa2012

日時=10月13日(土) 午前10時40分~午後4時/14日(日) 午前10時~午後4時 ※ビュー坊体操は13日(土)、午前11時25分(予定)。区立保育園の子どもたちがステージで披露 場所=荒川河川敷(虹の広場)

ごみとお花をトレード!  
~花がほころぶ! 笑顔もほころぶ!~

問い合わせ先=美化推進係 ☎3880-5856

10月と11月にだれでも気軽に参加できる「ごみとお花をトレード!」を行います。表1のイベント会場にごみを拾って持っていくと、集めたごみと花の種を交換します。 ※ごみ袋や用具の貸し出しなし。家庭のごみの持ち込みはできません。



- 1 イベントに出掛ける途中でごみ拾い
- 2 集めたごみを花(アスターなど)の種と交換
- 3 庭や植木鉢に種を植えよう
- 4 家やまちが花いっぱい!

表1 「ごみとお花をトレード!」実施会場一覧

日時	開始時間	イベント名	場所
10/8(祝)	午前10時	スポーツカーニバル	総合スポーツセンター
10/13(土)	午前10時40分	あだち区民まつり	荒川河川敷(虹の広場)
10/14(日)	午前10時	A-Festa2012	
10/27(土)	午前9時30分	地球環境フェア2012	区役所
10/28(日)	午前10時		
11/15(木)	午後2時	北千住地域美化推進月間駅頭キャンペーン	東京電機大学(千住旭町5)
11/20(火)	午後2時15分	綾瀬地域美化推進月間駅頭キャンペーン	都立東綾瀬公園(ハト公園)
11/22(木)	午後2時	竹の塚地域美化推進月間駅頭キャンペーン	竹ノ塚駅東口広場
11/26(月)		梅島地域美化推進月間駅頭キャンペーン	梅島天満宮(梅島3-2-5)
11/28(水)		西新井地域美化推進月間駅頭キャンペーン	西新井駅東口広場
11/30(金)		五反野地域美化推進月間駅頭キャンペーン	五反野駅前広場

※いずれも申し込み不要。当日直接会場へ。なくなり次第終了。荒天の場合はお問い合わせください

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

好評受付中! 公益事業の認証を取得しました  
宗旨・宗派を問わない霊園です!!

とねりじょうえん  
**舎人浄苑**

現地ご案内会 9:00~17:00 墓所・墓石セット総額146.15万円より

- ◆ 東京都の審査をクリア
- ◆ バリアフリー設計
- ◆ 宗教不問の公園墓地です。

ご希望の方に詳しい資料をお送りします。下記電話番号までお問い合わせ下さい。

カーナビに入力してください。「東京都足立区古千谷本町2-22-20」

■経営主体/宗教法人全学寺  
■墓地許可年月日/平成22年9月3日 ■許可番号/22足保生生収第463号

MAO 携形・PHS OK 通話無料 ☎120-41-1100

交通の便も良く、永代供養だから、便利で安心です。安心・快適なこれからのご供養の姿をお確かめください。

パーソナルタイプ(個人用) 年間維持費10,000円 **48万円**

ファミリータイプ(家族用) 年間維持費10,000円 **80万円**

黒御影石墓碑+銘板字彫り+法名(戒名)授与+永代使用+永代供養 すべて揃ってこの価格

東京メトロ千代田線「町屋駅」、京成本線「町屋駅」より徒歩1分

**東京御廟**

開館時間/10時~18時 365日開館  
www.tokyogoby.jp Tel.03-5810-5050

☎0120-519-050

■事業主・経営管理/宗教法人無量寿山光明寺 ■所在地/〒116-0002 東京都荒川区荒川7丁目14番8号 ■敷地面積/150㎡ ■延べ床面積/424.73㎡ ■墓地等(納骨堂) 経営許可番号/東京都荒川区保健所20荒保衛環第111号 ■許可日/平成21年7月7日

男性用 女性用 医療用 **ウィッグ専門店**

艶やかに 髪のお洒落で 若返り

1万円からございます! 即日納品OK! 足立ブランド認定企業!

「あだち広報をみた!」で **10%off!**

株式会社 洋かつらセンター **ルミアン北千住店**  
定休日:月・祝 ☎3870-2662  
足立区千住1-39-7 (千住警察のそば・常盤線線路さわ)

地下鉄1番出口下車 北千住駅歩0分