



2011年  
(平成23年)  
9/25  
第1620号



# あだち 広報

●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

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…(社)足立区シルバー人材センター  
(☎3855-3322)、25日号…(株)トーカン  
エクスプレス(☎0120-812-559)へ

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 面	早期発見の大切さが身に染みた、受けましょ う がん検診…2面/24年4月入園の区立認 定こども園と私立幼稚園の園児募集…3面	6 9 面	消費生活展…6面/世界に1つのマイ傘を 作ろう…7面/小1「ノ」プロブレム!(小 学1年生が楽しく学ぶために)…8・9面	10 15 面	催し物…10面/あだち自然の遊び 場…11面/近所deまなぼー(生涯学習 施設・スポーツ施設の催し)…12~15面	16 面	みんなの力でまちをきれいに(11月1 日から五反野駅・梅島駅周辺が「禁煙 特定区域」に/ごみとお花をトレード!)
-------------	-------------	--	-------------	--	---------------	---	---------	--



## 早期発見が守った幸せ

撮影場所：都立東綾瀬公園

**がん検診を  
受けましょう**

中沢幸子さん<sup>㊦</sup>は18年1月に初期の乳がんであることが分かり、同年3月に手術した。それから5年半たった今、夫の貞夫さん<sup>㊦</sup>と二人で笑顔の絶えない毎日を送っている。がんは早期発見・早期治療すれば、9割程度の人が治るといふ。幸子さんが幸せを守ることができたのは、まさに早期発見のおかげだった。(くわしくは2面へ)

問い合わせ先＝健診事業係 ☎3880-5121

※本号掲載予定だった区長コラム「葦立ち」は、この記事をお知らせするため、休止しました。

係 ☎(38880)58821

10月1日以降の区の施設は、原則通常通り開設します。ただし、照明の一部消灯、空調の調節などにより、引き続き節電に努めます。  
※24年1月以降は政府の発表する電力需給の動向により見直しの場合があります。10月からの変更点▽区役所庁舎ホール/3力所の親水水路の流れ/庭球場・野球場のナイター利用：一部休止しているが10月1日から通常通り開設▽公園灯・街路灯：一部消灯しているが、9月下旬から順次点灯 ※防犯・安全に配慮しつつ消灯可能な照明は消灯▽学校開放・地域体育館：減灯を継続 問い合わせ先〓総務係

皆さんの節電への協力のおかげで、今夏の電力不足の危機的状況は回避できる見込みとなりました。心から感謝申し上げます。  
大口需要者の電力使用制限令は9月9日に解除されましたが、9月30日までは引き続き消費電力15%減を目標とした節電への協力をお願いします。

電力不足の回避により  
**10月以降の  
区の施設は  
通常通り開設**



# 早期発見の 大切さが身に染みだ

### 何気ない言葉が早期発見のきっかけ

18年3月に乳がんの手術を受けた中沢幸子さん(72)。ステージ1に位置付けられる初期のがんだったため、乳房の一部分、2.4cmの範囲だけを摘出する乳房温存手術が施された。5年半たった現在、再発も後遺症もなく元気に暮らしている。「早期発見だったから、よかったです。『あの言葉』を聞かなければ、取り返しのつかないことになっていたかもしれません」

あの言葉とは、本当に何気ない一言だった。ある婦人会の食事会で耳に挟んだそれは、「私、明日ケンシンに行くからあまり食べられないわ」というもの。ケンシンとは、がん検診のことだった。

「自分は大丈夫だろうか」と気になった中沢さんはその晩、乳房を触診してみた。しこりのようなものがあった。夫にも言わず、不安を抱えて眠った。

### 家族の励ましが支えに

結婚して家を出ている娘2人がかかりつけにしている病院で検査をした。「おそらくがんですね。覚悟をしていたほうがいいです」との医師の



▲順調に回復した中沢幸子さん

言葉を胸に、結果が出るまでの3週間、「がんに負けるのか」という気持ち燃やしながら待っていた。

夫の貞夫さん(74)は、検査結果を聞いたときのことを振り返った。「『がん』と聞いたときはショックでしたし、心配しました。でも、ステージ1だったから少し安心しました。むしろ、妻が入院している間の家事をどうするかを考えていましたね(笑)」

入院する際、「家族みんなが回復を祈っている」という言葉が何よりの励みだったという中沢さん。無事手術を終えて2週間ほどで退院し、すぐに普段の生活に戻った。ただ、免疫力が落ちていた。無理はできなかった。買い物の際には貞夫さんが付き添って、荷物を全部持った。また、笑うことが免疫力を高めると聞き、夫婦でよく寄席に足を運んだ。今でも2人で落語や漫才を楽しんでいる。

### がん検診の大切さを伝えたい

手術の2年後に「たんぼぼの会」の会を知った。区内の乳がん経験者で構成された集まりだ。「病気のことで家族には言えないこともあるけれど、会なら遠慮なく話せます。患者同士だから分かり合えるんです」と中沢さん。

がんのことをもっと知ると、医師やたんぼぼの会の人たちから話を聞いた。すると、乳がんと一口に言っても、状況は人それぞれだ。た。でもこれだけは共通して言えるということがあった。「とにかく早期発見が大切だと、身に染みて分かりました。『がん検診を受けた方がいいですよ』と皆さんのお宅を一軒一軒回りたいくらい、その大切さを伝えたいです」

夫と共に支えてくれた2人の娘たちにも、がん検診を定期的に受けることを強く勧めた。既に母親である彼女たちは、母が子の健康を願う気持ちと早期発見の大切さがよく分かり、定期的に検診を受けているという。

◆ ◆ ◆

日本人女性の16人に1人がかかるという乳がん。22年度には全国で1万2千455人(22年人口動態統計確定数)がこの病で亡くなった。しかし、早期発見できれば治療率は98%にのぼる。区内に住む中沢幸子さんも、そうしてがんを克服した一人だ。

問い合わせ先＝  
健診事業係  
☎3880-5121



▲「これからの人生も夫婦2人で元気に暮らしたい」と語る

**ピンクリボンあだち  
ミニウオーク &  
講演会**

※ピンクリボン乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるシンボルマーク

日程＝10月30日(日) 時間等＝▷ミニウオーク…午後1時開始(午後0時50分、北千住駅西口交番横集合) ▷講演「みんなで受けよう! 乳がん検診」…午後2時～4時、生涯学習センター講堂(学びピア21内) ▷体験コーナー…午前10時～午後4時、東京芸術センター前広場 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＝千住保健総合センター地域保健係 ☎3888-4277

**受けましょう がん検診**

◆乳がん検診  
対象＝40歳以上で前年度未受診の女性(2年度に1回) ※次に当てはまる方を除く…豊胸手術などをした/ペースメーカーなどの機器を体内に装着中/妊娠中 費用＝2,000円

◆子宮頸がん検診  
対象＝20歳以上で前年度未受診の女性(2年度に1回) 費用＝無料

◆大腸がん検診  
対象＝40歳以上の方 費用＝無料

◆前立腺がん検診  
対象＝60～64歳の男性 費用＝1,000円

— いずれも —

※年齢は24年3月31日現在。区内在住の方が対象で、検診対象となるがんを治療中・経過観察中の方を除く。有料の検診は生活保護受給者および中国帰国者等支援給付受給者の免

除制度あり 場所＝区内指定医療機関 申し込み方法＝窓口・電子申請(ホームページアドレス <https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/>) またはハガキに住所、氏名(フリガナ)、生年月日、電話番号、希望検診名(複数可)を明記し郵送。受診票を1～2週間後に送付 申込・問い合わせ先＝▷窓口…保健総合センター(表1) ▷窓口・ハガキ…健診事業係 〒120-8510中央本町1-17-1 ☎3880-5121

表1 保健総合センター一覧

申込・問い合わせ先	電話番号
中央本町	3880-5351
竹の塚	3855-5082
江北	3896-4004
千住	3888-4277
東和	3606-4171

◆放射線量の調査(9/1～15の平日)

日付	1	2	5	6	7	8	9	12	13	14	15
測定値(マイクロシーベルト/時)	0.16	0.15	0.16	0.16	0.15	0.16	0.15	0.16	0.16	0.16	0.16

計測場所＝区役所前中央公園(高さ地上から1m) 問い合わせ先＝環境保全課調査係 ☎3880-5367



# 24年度に小・中学校に入学する方へ

## 区立小・中学校の学校公開と学校説明会

日時⇒小学校…10月17日(月)～21日(金) 午前9時30分～11時30分/午後1時30分～3時30分  
 ▷中学校…10月11日(火)～15日(土) 午前9時30分～11時30分/午後1時30分～5時  
 ※新入学の児童・生徒向け学校説明会の日程は区のホームページ、区民事務所、学務課就学係などで公表。日程は各学校で異なる。学校行事などにより公開できない日あり 対象=24年度に入学する子どもの保護者や地域の方など 問先=就学係 ☎3880-5969

## 区立小・中学校の通学区域の一部変更

西新井駅西口駅前地区の児童・生徒の急増に伴い、受け入れ対策が必要になったため、周辺小・中学校の通学区域を一部変更します(表1)。

また、本木小学校と本木東小学校の統合により、本木小学校と関原小学校の通学区域を一部変更しました。小学校の通学区域との整合を図るため、周辺中学校の通学区域も変更します(表1)。 ※いずれも24年4月1日から変更。本木小学校と関原小学校の通学区域変更について、くわしくは、あだち広報8月10日号をご覧ください。 問先⇒学校の統合…学校適正配置担当 ☎3880-5426  
 ▷通学区域の変更…就学係 ☎3880-5969

表1 通学区域変更一覧

旧通学区域校 (24年3月31日まで)	新通学区域校 (24年4月1日から)	通学区域
栗原小学校	亀田小学校	西新井栄町一丁目15番～18番
第十中学校	第七中学校	西新井栄町一丁目15番～19番、22番
第五中学校		西新井栄町一丁目20・21番
第六中学校		関原一丁目1番～5番、6番(1号～20号、31号～32号)、7番(3号～7号)、8番～22番

※24年度の新1年生から適用。上記以外の通学区域に変更なし

**子育て・教育**  
 講演「鈴木のリたけさんがやってくる 新幹線運転士 経由、絵本作家行き」  
 日時⇒10月23日(日) 午後1時30分～3時 場所⇒生涯学習センター(学びピア21内)  
 対象⇒3歳～小学生 ※就学前の子どもは保護者同伴 内容⇒大人気絵本「しごこば」シリーズ制作秘話と新幹線絵

**あだち子育てパスポートで対象商品が5%割引引き**  
 対象⇒中学生以下の子どもがいる、または妊娠している方 内容⇒協賛店でパスポートを見せると、対象商品が5%割引

**「就学支援シート」作成説明会**  
 日時⇒10月18日(火)、11月8日(火) 午前10時～11時 場所⇒教育相談センター 対象⇒24年4月に小学校に入学予定で、発達障がいなど発達に心配がある子どもの保護者 内容⇒就学支援シートの活用方法などについて説明し、質問応答 問先⇒就学係 ☎3880-5866

**児童館の利用時間の変更**  
 期間⇒10月1日～24年3月31日 利用時間⇒月～土曜日、午前10時～午後5時 問先⇒指導相談係 ☎3880-5868

**協賛店の募集**  
 この事業の協賛店を募集しています。登録方法など、くわしくはお問い合わせください。 問先⇒商業係 ☎3880-5866

**子育て・教育は、4面に続きます**

**一区**  
 上記マークがある申し込みは、右の例を参照

【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)

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…Eメールアドレス  
 ※費用の記載がないものは無料

**区立認定こども園**  
 上記マークがある申し込みは、3面右上の記入例参照

# 24年4月入園の区立認定こども園と私立幼稚園の園児募集

元町保育園・鹿浜保育園・おおやた幼保園は認定こども園に移行するため、入園申込時期が11月初旬に変更

区では、幼稚園と保育園の機能と運営を一体化した区立認定こども園を24年4月に設置します(表2)。区の幼児教育の核になるモデル園とし、乳幼児期の保育・教育の充実をめざします。

**区立認定こども園ってどんな所?**  
 下記の特徴を持つ、都道府県の認定施設です。  
 ▷1～5歳の子どもが対象  
 ▷教育・保育を一体的に行う  
 ▷子育てに関する相談活動、集いの場などを提供

◆24年4月入園の区立認定こども園の園児募集  
 対象=区内在住で18年4月2日～23年4月1日生まれの子ども ※1～3歳児および4・5歳児の長時間保育は家庭で保育できない場合のみ 募集園=表2 保育時間等

表2 区立認定こども園一覧

認定こども園名	対象	申・問先
元宿こども園	1～3歳児	元町保育園(千住元町34-3-101) ☎3881-0013
	4・5歳児	元宿幼稚園(千住桜木1-16-2) ☎3882-9466
鹿浜こども園	1～3歳児	鹿浜保育園(鹿浜5-24-4-101) ☎3897-8515
	4・5歳児	鹿浜幼稚園(鹿浜5-25-11) ☎3855-4447
おおやたこども園	1～5歳児	おおやた幼保園(大谷田2-1-9) ☎3620-7591

表3 区立認定こども園保育時間等

対象	保育時間・期間	保育料
1～3歳児	月～土曜日 午前7時30分～午後6時30分(認可保育園と同様)	認可保育園基本保育料に準じる
4・5歳児(長時間保育)	月～金曜日 午前9時～午後2時(土曜・長期休業を除く) ※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(保育料・給食費)

表3 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17日から区立幼稚園・幼保園、区立元町保育園、区立鹿浜保育園、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)。幼稚園での配布は午前9時～午後5時、幼保園・保育園での配布は午前9時～午後6時 受付日時=11月1日(火)・2日(水)・4日(金)・5日(土) 午後1時30分～5時 ※5日は園のみで受け付け 申・問先=表2 —いずれも— 申・問先=幼児教育係 ☎3880-5982

表2 区立認定こども園一覧

認定こども園名	対象	申・問先
元宿こども園	1～3歳児	元町保育園(千住元町34-3-101) ☎3881-0013
	4・5歳児	元宿幼稚園(千住桜木1-16-2) ☎3882-9466
鹿浜こども園	1～3歳児	鹿浜保育園(鹿浜5-24-4-101) ☎3897-8515
	4・5歳児	鹿浜幼稚園(鹿浜5-25-11) ☎3855-4447
おおやたこども園	1～5歳児	おおやた幼保園(大谷田2-1-9) ☎3620-7591

※23年度に元宿幼稚園、元町保育園、鹿浜幼稚園、鹿浜保育園、おおやた幼保園に在園している子どもは、24年度に認定こども園に入園予定とする ※募集人数など、くわしくは園児募集のしおりを参照

表3 区立認定こども園保育時間等

対象	保育時間・期間	保育料
1～3歳児	月～土曜日 午前7時30分～午後6時30分(認可保育園と同様)	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・長期休業を除く) ※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(保育料・給食費)

※認定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

**24年4月入園の私立幼稚園児を募集**

対象=3～5歳(18年4月2日～21年4月1日生まれ)の子ども 申込=願書を持参 ※願書は10月15日(土)から各私立幼稚園で配布 受付開始=11月1日(火) 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



### 献血(10月分)

条件により受けられない場合があります。

日程	場所	時間
1(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
6(木)	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 午後0時45分～4時
8(土)・9(日)	足立区民まつり会場(荒川河川敷虹の広場)	午前9時30分～午後2時 午前10時～午後3時30分
13(木)	足立成和信用金庫竹の塚店(竹の塚5-15-8)	午前9時30分～11時30分 午後0時45分～4時
17(月)	中川北小学校	午前10時～11時45分 午後1時～4時
22(土)	東加平小学校	午前9時30分～11時30分 午後0時45分～4時
29(土)	辰沼小学校 東綾瀬中学校	午前9時30分～午後0時45分 午後2時～4時 午前9時30分～正午/午後1時30分～4時30分

※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  
 ▷実施場所等…区・衛生管理係 ☎3880-5891

### 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	施術所名(所在地)	電話番号
2(日)	くまびげ整骨院(六木3-4-11-101) 花畑名倉堂接骨院(花畑3-35-5)	3860-6376 5242-8760
9(日)	金内接骨院(六木1-1-13) 佐藤整骨院(竹の塚7-8-5第二コーポグリーンライト)	3629-8571 3860-5171
10(祝)	ますざわ整骨院(花畑4-30-13) 矢作接骨院(血沼3-15-15)	3884-0708 3899-4266
16(日)	金子接骨院(加賀2-9-15) たかはし整骨院(千住1-23-12梅田ビル1階)	3857-8688 3870-6200
23(日)	片山接骨院(江北6-21-15) 東保木間名倉堂接骨院(東保木間2-34-7)	3896-1308 3859-5002
30(日)	あいだ整骨院(舎人2-9-1アークガレリア106) 原島接骨院(千住旭町10-13)	3855-3222 3882-3838

※いずれも時間は午前9時～午後5時  
 問先⇒施術…各施術所 ▷制度…健診事業係 ☎3880-5121

### 講演「統合失調症の理解と家族の対応」

日時 10月13日(木) 午後2時～4時  
 対象 対象 統合失調症の方の家族 内容 医師の講演/妻の会(統合失調症患者の家族会)の紹介 定員 80人  
 (9月26日から先着順) 申

日時 10月13日(木) 午後3時～5時  
 場所 千住保健総合センター 対象 区内在住・在勤の管理栄養士・栄養士など 内容 食品成分表の改訂内容(新しく入れた栄養素など)の見方と食品の表示制度 定員 60人(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 保健栄養担当 ☎(3896) 4004

### 「日本食品標準成分表2010の活用」

日時 10月13日(木) 午後3時～5時  
 場所 千住保健総合センター 対象 区内在住・在勤の管理栄養士・栄養士など 内容 食品成分表の改訂内容(新しく入れた栄養素など)の見方と食品の表示制度 定員 60人(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 保健栄養担当 ☎(3896) 4004

日時 10月13日(木) 午後3時～5時  
 場所 千住保健総合センター 対象 区内在住・在勤の管理栄養士・栄養士など 内容 食品成分表の改訂内容(新しく入れた栄養素など)の見方と食品の表示制度 定員 60人(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 保健栄養担当 ☎(3896) 4004

### 73歳以上の区民に無料マッサージ(10月分)

日時等 10月9日(日)・23日(日)・千住あずま住区センター本館▽4日(火)・25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

日時等 10月9日(日)・23日(日)・千住あずま住区センター本館▽4日(火)・25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

### 子育て・教育

子育て・教育は、3面からの続きです

### 子育て・教育

子育て・教育は、3面からの続きです

【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)

上の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

### 健康・衛生

高齢者インフルエンザワクチン予防接種

対象等 表1 ※今年度はいわゆる「新型インフルエンザ」が「季節性インフルエンザ」に移行したことに伴って、表1の定期予防接種対象者のみが対象 接種期間 10月1日～24年1月31日 接種場所 契約医療機関 ※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 お問い合わせコールあだち ☎(3880) 0039

### 健康・衛生

健康講座「壮年期からの健康づくり」(3日制)

日時 10月11日(火)、11月14日(月)、12月19日(月) 午後1時30分～3時30分 対象 区内在住・在勤の方 定員 400人(9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 ☎(3880) 0039

### 健康・衛生

「気づくつながる」ゲートキーパー研修

日時 10月31日(月) 午後6時～9時 場所 天空劇場(東京芸術センター21階) 内容 自殺遺族からのメッセージ/うつ・自殺の早期発見、早期対応など 定員 400人(9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 ☎(3880) 0039

### 健康・衛生

地域栄養士講習会「日本食品標準成分表2010の活用」

日時 10月13日(木) 午後3時～5時 場所 千住保健総合センター 対象 区内在住・在勤の管理栄養士・栄養士など 内容 食品成分表の改訂内容(新しく入れた栄養素など)の見方と食品の表示制度 定員 60人(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 保健栄養担当 ☎(3896) 4004

### 健康・衛生

ピロリ検診(11月・12月分)

日程等 表2 対象 区内在住で、24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/過去にピロリ検診を受診した/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ノゲン法による胃の状態検査)/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 8月29日(日)～9月10日(月) 電話 番号 申・問先 電話 申・問先 障がい福祉計画係 ☎(3880) 5255

表1 高齢者インフルエンザワクチン予防接種の対象等

対象	自己負担額	申込
65歳以上(12月31日現在)で、生活保護受給者等以外の方(注1)	2,200円	区から送付された予診票(9月下旬発送)を持参し、直接契約医療機関へ
60歳以上65歳未満(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、生活保護受給者等以外の方(注1)	2,200円	事前に身体障害者手帳を持参し、保健予防課保健予防係または保健総合センターで予診票を申請。発行された予診票を持参し、直接契約医療機関へ

注1…上記対象年齢の生活保護受給者および中国帰国者等、支援給付金受給者の方は自己負担免除。区から送付された予診票(9月下旬発送)を持参の上、直接契約医療機関へ  
 ※上記以外の方は全額自己負担  
 ※対象は接種日現在、区内在住の方

表2 ピロリ検診(11月・12月分)日時等

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	11/14(月)	12/5(月)	11/7(月)	11/28(月)	-	-	11/10(月)	12/8(月)	11/17(月)	12/15(月)
12月分	12/19(月)	24年1/16(月)	12/19(月)	24年1/17(火)	12/1(木)	12/22(木)	12/15(木)	24年1/19(木)	12/8(木)	24年1/12(木)

子ども手当の10月期(6～9月分)は 10月4日(火)以降に振り込み

受給者へは、10月3日に支払通知書を送付。出生・転入により新たに申請した方は、申請月の翌月分から支給を開始します。 問先=児童給付係 ☎3880-6492

## 福祉



表3 もの忘れ相談(10月分)日程等

Table with 2 columns: 日程 (Date) and 場・申・問先 (Location/Contact). Rows include dates from 12/12 to 31/1 and contact numbers.

もの忘れ相談(10月分) 日程等表3 対象65歳以上の方と家族 申込電話...

生係 (3880) 5870 返済方法6カ月据え置き後、60回元金均等償還 申込...

生業資金の貸し付け 対象生活保護を受けている、または受ける可能性がある...

表4 障がい別福祉相談(10月~12月)日時等

Table with 2 columns: 障がい種別 (Disability Type) and 日時 (Date/Time). Rows include 聴覚障がい, 肢体不自由, 視覚障がい, 知的障がい.

障がい別福祉相談(10月~12月) 日時表4 場所竹の塚障がい福祉館...

介護予防「らくらく教室」(5日制) 日時等11月7日~12月12日の毎週月曜日...

表5 ふれあい遊湯う場所等(10月~12月分)

Table with 2 columns: 曜日 (Day of Week) and 場所 (Location). Rows include 永泉湯, 大和湯, 秀月湯, 星谷浴泉, 明美湯.

※いずれも時間は午前10時~午後2時

ふれあい遊湯(10月~12月) 場所等表5 対象おおむね65歳以上...

講座「認知症になっても自分の町で暮らしていけますか?」 日時10月11日(火)・18日(火)...

地域包括支援センター介護(予防)教室(10月分)

Large table with 3 columns: 日時 (Date/Time), 内容等 (Content), 申・問先 (Contact). Multiple rows listing various classes and their details.

※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

仕事・経営 若者向け出張就労支援セミナー・個別相談 日時等10月20日(木)...

女性のための就職支援セミナー 日時10月25日(火) 午後1時~4時...

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10月22日・29日...

仕事・経営は、6面に続きます 電話 申・問先あだち若者サポートステーション...

児童育成手当の10月期(6月~9月分)は10月4日(火)以降に振り込み 現況届が未提出の場合、6月分以降の手当支給は停止...



### 新卒大学生等面接対策セミナー・合同就職面接会

2日制

日時等=▷直前研修…10月13日(木) 午前10時~午後4時  
▷面接会…10月19日(水) 午後1時~4時 場所=シアター1010・アトリエ(千住ミルディスI番館内)  
対象=24年3月に大学、大学院、短期大学、高等専門学校、専修学校などを卒業する方および卒業後3年以内の方  
内容=応募書類の添削、模擬面接、就職活動に関するカウンセリング/企業面接会(正社員の募集。18社程度予定) ※参加企業は区のホームページをご覧ください。お問い合わせください。 定員=80人(9月26日から**先着順**) 申込=電話・ファクス・Eメールで氏名、電話番号、「新卒大学生等セミナー・面接会」を連絡 申・問先=「新卒大学生等セミナー・面接会」事務局(株)インテリジェンス公共ソリューション事業部内(区委託業者) ☎6386-9151 FAX6386-9150 adachi-daigaku@inte.co.jp

問先=区・就労支援係 ☎3880-5469

**雇用・生活出張総合相談**  
日時=10月20日(木) 午前10時~午後4時30分 ※午後4時~午後4時30分 1回30分 場所=花畑地域学習センター  
内容=就職に関する悩みや仕

### 仕事・経営

仕事・経営は、5面からの続きです

上記マークがある申し込みは、右の例を参照

【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)

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

### 土地・建物・道路

**不燃化促進のための建築費助成**  
災害発生時の避難路を確保

事が見つかからないことによる生活不安の相談など 定員=20人(9月26日から**先着順**) ※定員に空きがある場合、当日参加可 申込=電話 申・問先=就労支援係 ☎(3880)5443

### 税金・国保

**「相続・贈与等に伴う保険年金」に関する特別区民税・都民税の取り扱い**  
相続や贈与などで取得した「生命保険契約等に基づく年金(保険年金)」の所得税の取り扱いが変更されました。これにより、特別区民税・都民税相当額の給付金の支給が受けられる場合があります。 ※平成12年分以後に保険年金を受給していた方で、税務署

課税調整係 ☎(3880)5463

### 区職員(心理・理学療法)採用選考

対象等=表2 試験日=11月6日(日)  
採用日=24年4月1日以降 ※くわしくは選考案内を参照 選考案内配布場所=人事課人事係/区役所1階総合案内/区民事務所(中央本町を除く)/中央図書館/総合スポーツセンター 申込=申込書を区へ郵送、持参または東京電子自治体

共同運営サービス (<https://www.e-tokyo.lg.jp>) による電子申請 期限=▷郵送…10月12日(水)消印有効 ▷持参…10月14日(金) 午後5時 ▷電子申請…10月14日(金) 午前10時受信有効 申・問先=区・人事係 ☎3880-5831

表2 区職員(心理・理学療法)対象等

職種	受験資格(次のすべてに当てはまる方)	採用予定人数
心理	国籍を問わず、現在、昭和47年4月2日以降生まれ/大学の心理学を足立区職員(非常勤職員および臨時職員を除く)ではなく、地方公務員法第16条の各号のいずれにも当てはまらない	若干名
理学療法	昭和53年4月2日以降生まれ/理学療法士の免許を有する(24年3月31日までに免許取得見込みの方を含む)	1人

※くわしい受験資格などは選考案内を参照

### 住まいの情報展

日時=10月3日(月)~7日(金) 午前9時~午後5時 ※7日は午後3時まで 場所=区役所1階区民ロビー 内容=住まいに関する情報のパネル展示・パンフレット配布など 申込=不要 ※当日直接会場

必要書類など、くわしくはお問い合わせください。 問先=課税第一係/四係 ☎(3880)5230/2 ☎(3880)5418

### 人材募集

**統計調査員の登録**  
対象=20~75歳の方 勤務内容=調査票の配布、回収、書類審査など ※登録後、調査の内容により調査員を決定し、区から連絡。従事回数はおおむね1万~4万円 ※調査規模・対象件数によって異なる 申込=事前に電話し、履歴書(J-IS様式推奨、写真貼付)を持参 申・問先=統計係 ☎(3880)5251

問先=建築防災係 ☎(3880)5317

## 2011消費生活展

「今こそ! 確かな情報・確かな目 まどわされない私たちの暮らし」  
日時 10月29日(土) 午前10時~午後4時 / 30日(日) 午前10時~午後3時  
場所 梅田地域学習センター(エル・ソフィア内)

申・問先=消費者センター 〒123-0851 梅田7-33-1 ☎3880-5385 FAX3880-0133  
sho-cen@city.adachi.tokyo.jp  
※特に記載がない場合、対象は区内在住・在勤・在学の方

◆事前申し込みが必要な催し  
内容等=▷講座「シニア向け『入門』 ケータイ安全教室」…29日(土) 午前10時30分~正午/午後2時~3時30分、各20人 ▷料理教室「区内生産野菜をおいしく料理」…29日(土) 午前10時30分~午後1時、30人、500円(材料費)▷料理教室「親子でつくる、かんたんおやつ」…30日(日) 午前10時~午後0時30分、4歳~小学生の子どもと保護者、16組、1組

500円(材料費) ※いずれも9月26日から**先着順** 申込=電話  
◆事前申し込み不要の催し  
内容=子ども向けボードゲーム「おかいものゲーム」&「アダベンチャー」/暮らしの相談/区内生産野菜の販売/使用済み食用油の回収(ペットボトルに入れて持参)/クイズラリーなど  
◆「消費者標語」募集  
内容=消費者問題を分かりやすくイメージできて被害の防止につ

ながる標語 ※消費生活展来場者の投票により優秀作品を決定し、記念品を贈呈。区の啓発活動などに使用 申込=ハガキ・ファクス・Eメールで標語、住所、氏名、応募部門(小学生の部・中学生の部・一般の部)、小・中学生は学校名・学年、電話番号を連絡 ※申し込みは1人2点まで。Eメールの場合は件名に「標語応募」と明記 期限=10月21日(金)必着

### フリーマーケット出店者募集

募集区画=各日28区画(抽選) ※1世帯1区画(1.5m×2m)。応募は1日のみ。18歳未満の方や物品の販売を事業または副業としている方は不可。飲食物、薬品、ペット、品質保証ができないものは販売不可 出店料=500円 申込=往復ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号、年齢、希望日、主な出品物を明記し郵送 期限=10月7日(金)消印有効 申・問先=あだち再生館(月曜日休館) 〒120-0011中央本町2-9-1 ☎3880-9800

### 9月24日~30日は結核予防週間

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、病院や診療所を受診しましょう。区では、保健総合センターで結核の検診・療養支援、家族や接触者の健康管理を支援しています。 問先=保健予防係 ☎3880-5892



# 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3 ※鋸南自然の家は空調設備などの更新工事のため、11月～24年3月は休館 問先＝体験学習係 ☎3880-5970

表3 宿泊施設利用案内(12月分)

利用施設・問先	12月の利用できる日	受付時間
鹿沼野外レクリエーションセンター ☎0289-64-8085 (予約専用)	▷宿泊棟…2～3、9～10、16～17 ▷バンガロー・常設テント・幕営地…なし	午前9時～午後5時 ※土・日曜日、祝日を除く
日光林間学園 ☎0288-53-3681 (予約専用)	23～31	※土・日曜日、祝日を除く

※各施設の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。

## 審議会等の公開(10月分)

会議は公開です。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
建築審査会	12(水)	午後3時～4時30分	区役所	建築調整課用途照会係 ☎3880-5943
男女共同参画推進委員会	25(火)	午後6時30分～8時30分	エル・ソフィア	男女共同参画推進課行動計画担当 ☎3880-5222
都市交通マスタープラン検討委員会	28(金)	午後2時～4時	区役所	交通対策課交通計画係 ☎3880-5718

## 監査の公開(10月分)

会議は公開です。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
部長監査(学校教育部、子ども家庭部)	31(月)	午前9時30分～11時	区役所	監査事務局 ☎3880-5571

## パブリックコメント(10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	日程	問先
交通安全計画(23年度～27年度)	10/3～11/2	交通対策課交通対策推進係 ☎3880-5912

**JOBANアートアンブレラ in 北千住Vol.3**  
世界に1つのマイ傘を作ろう  
日程＝10月22日(土)

### ◆マイ傘作り

時間＝午前10時～正午/午後1時～3時 内容＝世界に1つだけのマイ傘(自分用の傘)を作る ※作った傘は持ち帰り可 定員＝100人(9月26日から先着順) 申込＝電話・Eメールで住所、氏名、年齢、電話番号、希望時間を連絡 期限＝10月14日(金) 午後5時

### ◆若手アーティストによる傘のライブペイント

時間＝午前10時～午後3時 内容＝駅構内で若手アーティスト10人が100本の傘をペイント 申込＝不要 ※当日直接会場へ

### ◆チャリティーイベント

1,000円以上募金した方に、過去に作成したアート傘を進呈。募金は、東日本大震災で被災した文化財の救援と修復のため「公益財団法人文化財保護・芸術研究助成財団」に全額寄付します。

場所＝JR北千住駅南改札口前広場 申・問先＝茨城県取手市政調整課 ☎0297-74-2141 問先＝区・地域文化支援係 ☎3880-5986

## 課税事務補佐員 (非常勤)

対象＝区内または近郊に在住の方 勤務内容＝窓口対応および事務(軽自動車税申告受け付け/臨時運行許可申請受け付け・許可/納税証明の申請受け付け/端末入力など) 勤務条件＝午前8時30分～午後5時15分間の7時間30分、週4日・30時間 ※社会保険・有給休暇などあり 雇用期間＝24年4月1日～25年3月31日 ※更新あり 報酬＝月額18万6千円程度 ※交通費あり 募集人数＝1人 選考＝▽1次：作文(11月6日(日)) ▽2次：面接(1次合格者のみ・12月4日(日)) 申込＝履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付、応募の動機を記入)を区へ郵送または持参(土・日曜日、祝日を除く) ※応募書類は返却不可。くわしくは課税課軽自動車税係で配布する募集案内または区のホームページをご覧ください。お問い合わせ先

## 暮らし

募案内は電話などでも請求可 期限＝10月11日(火)消印有効 申・問先＝軽自動車税係 ☎(3880) 5848

## 区役所の休館(区役所庁舎ホール・駐車場・展望レストランなど)

日程＝10月8日(土)・9日(日) 内容＝電気設備点検のため、区役所全館を閉館 ※区役所庁舎ホール・区役所1階区民ロビー・駐車場・展望レストランも利用不可 問先＝本庁舎管理係 ☎(3880) 5824

## 「地域を見守る 工事現場」を試行中

夜間などの道路工事現場で防犯活動する「地域を見守る工事現場」を千住地区の国道、都道、区道の工事現場を対象に試行しています。現場

## 区 上記マークがある申し込みは、6面右上の記入例参照

には看板などを設置し、チョッキや腕章を着用した作業員が、不審者や不審火への目配りや清掃美化に努めます。 問先＝▽試行内容・場所等：区・企画調整担当 ☎(3880) 5160

## 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・点検の相談＝(株)東京都生活水環境システム協会 ☎042(589) 8782

## 清掃を行いましょ

浄化槽の清掃は年1回(全ばっき型は半年に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、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。 問先＝区・資源化推進係 ☎(3880) 5027

## 綾瀬川クリーン大作戦 「流域の浄化対策と水質調査体験」

日時＝10月11日(火)・12日(水) 午前9時～午後4時(水質調査体験は午前10時～午後3時) 場所＝区役所1階区民ロビー 内容＝流域自治体による綾瀬川浄化対策のパネル展示/綾瀬川の水と試薬を使った水質調査体験 申込＝不要 ※当日直接会場へ 問先＝自然再生担当 ☎(3880) 5026

## 園芸相談

日時等＝10月24日(月) ▽花や緑の相談：午前10時～午後4時、区役所1階区民ロビー ▽ハンギングバスケットの作り方講習：午後1時30分～2時30分、区役所北館屋上エコガーデン(作ったハンギング

バスケットは庁舎内に飾る予定。荒天時の場所は区役所1階区民ロビー) 対象＝区内在住・在勤の方 定員＝▽相談：なし ▽講習：20人(抽選) 申込＝▽相談：不要 ※当日直接会場へ ▽講習：往復ハガキに住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「ハンギングバスケット」を明記し区へ郵送 期限＝10月7日(金)必着 申・問先＝緑化推進係 ☎(3880) 5188

## 3Rで限りある資源を有効に使おう

3Rとは「リデュース」「リユース」「リサイクル」の頭文字3つのRからとったもので、限りある資源を有効に使うための合言葉です。

## 3Rキャンペーン

期間＝10月13日～21日 場所＝区役所1階区民ロビー 内容＝ごみを減らす工夫のパネル展示 申込＝不要 ※当日直接会場へ

「Rのお店」登録店の一部で各店舗の3Rキャンペーンに協力した方に景品を進呈 ※景品がなくなり次第終了。 キャンペーン実施店の一覧など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 問先＝選挙係 ☎(3880) 5531

## ご存じですか? 検察審査会制度

検察審査会は、選挙権を有する国民の中から無作為に選ばれた11人の検察審査員で構成され、事件記録の調査や、証人を呼ぶなどして、事件が不起訴になったことが適切だったかを国民の視点で審査します。審査の申し立てや相談

は無料で、秘密は固く守られます。くわしくは裁判所ホームページ「検察審査会」(http://www.courts.go.jp/kensin/)をご覧ください。 問先＝選挙係 ☎(3880) 5531

## 裁判員候補者予定者に連絡

区から、千618人の方が裁判員候補者予定者として無作為に選ばれます。裁判員候補者予定者には、12月ごろ東京地方裁判所から連絡があります。くわしくは裁判所ホームページ「裁判員制度」(http://www.sabain.courts.go.jp/)をご覧ください。 問先＝選挙係 ☎(3880) 5531





# 「小1」プロブレム!

## 小学1年生が楽しく学ぶために

子どもたちが幼稚園・保育園から小学校に入学する際、環境の変化に  
 適応できないなどの「小1プロブレム」と言われる状況が見られます。  
 区では、その解決と共に基礎学力の確実な定着を図るために、幼稚園・  
 保育園などと小学校が連携し、様々な活動をしています。

問い合わせ先＝幼児教育  
 振興担当 ☎3880-5982



①「みなさん、出来ましたか?」の質問に勢よく挙手する小学1年生 ②図書館スタッフの読み語りに、いつの間にかじっと集中する園児たち ③姿勢を正しノートを取る表情は真剣そのもの ④⑤小学1年生と園児の交流会を開催。体験給食やゲームを楽しんだ みんなの前で問題に解答。ちょっと緊張!? (撮影/本木小学校、本木保育園)

### 小学校に入学する時の環境の変化と小1プロブレム



**集中して話を聞く機会が増える**  
 幼稚園・保育園では遊びによる学びが中心でしたが、小学校では一斉に黒板に向かい、決められた時間に集中して勉強するようになります。その変化に対応できず、落ち着いて話を聞けなくなる場合があります。

**ルールを守ることが重視される**

小学校では、学級での生活班、係活動など集団で活動する機会が増え、ルールを守ること、コミュニケーションを図ることがより必要になります。その変化から友達との交流がうまくいかない場合があります。



**自分で身の周りの管理をする**  
 小学校では、教科書、体育着、上履きといった、自分の持ち物が増えます。また、曜日・教科によって準備するものが変わります。これらに不慣れなうちは自分ひとりで準備ができず、忘れ物をする場合があります。

### 幼稚園・保育園と小学校で密な連携を

環境の変化に対応するためにはどうしたらよいのでしょうか? 小学校入学前と後の子どもたちと密接に関わる保育園と小学校の先生たちに聞きました。



本木保育園  
 佐藤苗子保育士

「環境の変化に適切にできないことが大きな問題のようですが、解決するために取り組んでいることはありますか?」  
 佐藤 幼稚園・保育園と小学校の先生同士の交流(※1)を行っています。使う言葉やルールの違いなどに気付かされ、指導の参考になります。  
 久保田 体験給食など、子ども同士の交流(※2)も3年ほど前から始まりました。小学1年生も、幼稚園・保育園の子どもたちが来るというのを教えてあげたりと、頼もしい姿を見せてくれます。園児にとっても「小学校は大きかった」など印象深

く、「小学校では「体育座り」というんだよ」と園児に教えるようにしています。  
 佐藤 例えは、ひざを抱えて座る「体育座り」は、幼稚園・保育園によって「おやま座り」「三角座り」などと教えていることがあります。小学校で突然「体育座り」をしてください」と言われてもピンときませんよね。最近では「小学校では「体育座り」というんだよ」と園児に教えるようにしています。

「小学1年生のスタートは、どのような雰囲気でしょうか?」  
 久保田 小学校には様々な幼稚園・保育園からたくさんの子が集まってくるので、それぞれの園の習慣などの違いにより、同じ指導をしてもバラバラのことをしてしまう、というケースがありますね。  
 佐藤 区は、ひざを抱えて座る「体育座り」(※3)も参考にしていきます。場に合った声の大きさを教える、時間を意識した生活をするなど、自分たちの保育が小学校へつながっているかを認めるのに役立っていますね。これからの取り組みの成果は?

「小学1年生のスタートは、どのような雰囲気でしょうか?」  
 久保田 小学校には様々な幼稚園・保育園からたくさんの子が集まってくるので、それぞれの園の習慣などの違いにより、同じ指導をしてもバラバラのことをしてしまう、というケースがありますね。  
 佐藤 区は、ひざを抱えて座る「体育座り」(※3)も参考にしていきます。場に合った声の大きさを教える、時間を意識した生活をするなど、自分たちの保育が小学校へつながっているかを認めるのに役立っていますね。これからの取り組みの成果は?



本木小学校  
 久保田陽子教諭

「家庭でも早寝早起きや挨拶をしつかりするなど、よい生活習慣を心がけることが、子どもたちの健やかな成長につながる」とのこと。区では、今後も子育て・教育支援に力を入れていきます。

「家庭でも早寝早起きや挨拶をしつかりするなど、よい生活習慣を心がけることが、子どもたちの健やかな成長につながる」とのこと。区では、今後も子育て・教育支援に力を入れていきます。

「家庭でも早寝早起きや挨拶をしつかりするなど、よい生活習慣を心がけることが、子どもたちの健やかな成長につながる」とのこと。区では、今後も子育て・教育支援に力を入れていきます。

「家庭でも早寝早起きや挨拶をしつかりするなど、よい生活習慣を心がけることが、子どもたちの健やかな成長につながる」とのこと。区では、今後も子育て・教育支援に力を入れていきます。

※1 先生同士の交流  
 小学校教員が幼稚園・保育園へ、幼稚園教員・保育士が小学校へ行き、お互いの環境を理解する研修。実際の幼稚園・保育園と小学校の様子を肌で感じることで、双方の違いを実感し、日々の指導に生かしています。また、講演会や公開授業・保育などを通じて、保育・教育内容の相互理解を深めています。

※2 子ども同士の交流  
 体験給食、学校探検、レクリエーションなど、幼稚園・保育園の5歳児が小学校での活動を体験する交流活動。校舎の大きさや学校の文化に触れることで、入学への期待や学習への意欲が高まっています。

※3 あだち5歳児プログラム  
 5歳児で身に付けてほしい「基本的な生活習慣」(他者とのかかわり)「学びのめばえ」の3つの柱を立てて、小学校での教育活動を見据え、具体的な指導内容を例示しています。  
 今年度から、公立の保育園・幼稚園・幼保園ではこのプログラムをもとに、5歳児の保育・教育を実践。小学校で学ぶ喜びを知るための意欲や態度を育てています。



▼会議で意見を交わし、幼稚園・保育園と小学校の連携を日々強めています



# 荒川放水路建設から100年シンポジウム

日時等=11月3日(祝)▷クルージング(隅田川<両国発着場から岩淵水門まで>を水上バスで周遊)…午前10時、水辺ライン両国発着場(墨田区横綱一丁目地先)▷シンポジウム(荒川放水路建設や防災のトークショー/「Wコロ」の漫才など)…午後2時、天空劇場(東京芸術センター21階) 定員=▷クルージング…200人▷シンポジウム…400人 ※いずれも抽選申込=電話またはチラシに付いている申し込みハガキを送付 ※チラシは企画調整課企画調整担当や荒川ビジターセンターで配布。クルージングの参加のみは不可期限=10月20日(木)必着 申・問先=シンポジウム事務局 ☎5733-5185 問先=区・企画調整担当 ☎3880-5349

## 催し物

### 講座「旬の魚のおろし方・盛り付け方」

日時=11月4日(金) 午後1時〜3時30分 場所=梅田地域学習センター(エル・ソフィア内) 対象=区内在住・在勤・在学の方 内容=魚のおろし方などの調理実習 定員=32人(抽選) ※定員を超えた場合は、これまでに受講していない方を優先。保育あり(要予約、生後6カ月〜就学前の子ども、抽選8人) 費用=1千円 申込=往復ハガキ

### あだちNPOカレッジ「地域を幸せにするコミュニティビジネス」(2日制)

日時=10月15日(土)・22日(土) 午前10時〜正午 対象=区内在住・在勤・在学の方 内容=福祉や子育て、地域活性化といった区の課題を解決する「コミュニティビジネス」を学び、ビジネスプランを作る

**【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)

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

### 体育の日ウォーキング教室

日時等=10月10日(祝) 午前9時30分〜正午 ※雨天中止 場所=都立東横瀬公園(ハト公園集合・解散) 対象=区沼公園 ※約5km 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アドバイス、ストレッチ運動など 定員=50人(9月26日から先着順) 申込=電話・ファクスで住所、氏名、年齢、電話番号、ウォーキング教室を連絡 申・問先=振興係 ☎(3880) 5826 (FAX) (3880) 6028

### 郷土博物館の映画会(10月分)

日時=8日(土) 午前11時〜11時45分 ※無料公開日 内容=「八代妙見祭」(九州三大祭りの一つ) 申込=不要 ※当日直接会場へ 場・問先=郷土博物館 ☎(3620) 9393

### 講座「子どものゆめを応援するサポーターになろう」

日時等=表1 対象=15歳以上

表1 「子どものゆめを応援するサポーターになろう」日時等

日時	場所	内容
10/20(木) 午後1時〜4時30分	学びピア21	もぐもぐアドバイザー・かけっこアドバイザーと共に「食事」「運動」が育む子どもの健康を考える
11/5(土) 午前10時〜11時30分	東京芸術センター9階	大学の先生と「自然の中で仲間と遊ぶ」視点から子どもとかわる魅力を考える

※小学生が遊びながら待つ部屋あり  
※いずれも、東京未来大学・帝京科学大学・東京学芸大学連携  
※教育支援人材認証協会のこどもパートナー認証取得対象講座

### あだち地域デビュー大学2011入学式

日時=10月15日(土) 午後1時30分〜4時30分 場所=区役所 対象=おおむね60歳以上で地域活動を始めた方 内容=講演「会社人間から本当の社会人へ」/あだち地域デビュー大学のオリエンテーション 講師=齊藤善久氏(獨協大学講師) 定員=100人(9月26日から先着順) 申込=電話・ファクス・Eメールで住所、氏名、年齢、電話番号・ファクス番号、Eメールアドレス、「地域デビュー大学」を連絡 期限=10月11日

### 図書のリサイクル「本のとらばーゆ」

日時=11月12日(土)・13日(日) 午前10時〜午後4時 ※13日の受け付けは午後3時30分まで 終了 場所=生涯学習センター1階(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寄贈図書の無料配布 ※1人10冊まで。持ち帰りの袋は各自持参 申込=不要 ※当日直接会場へ 問先=中央図書館 ☎(5813) 3740

### 千住街歩き「関屋の里・汐入タワーと市場のグルメ」

日時=10月22日(土) 午前8時30分〜午後1時 内容=富嶽三十六景など多くの浮世絵に描かれた関屋の里を歩く/汐入タワー(荒川区南千住)の見学/足立市場食堂で食事 定員=30人(抽選) 費用=1千円程度(昼食代) 申込=電話・ファクスで住所、氏名、電話番号、「千住街歩き」を連絡 期限=10月7日(金)必着 申込=NPO法人千住文化普及会 ☎・FAX (3888) 2343 問先=区・観光交流協会 ☎(3880) 5853

### 講座「毎日をハッピーにする手帳術」

日時=11月4日(金) 午後6時30分〜8時 場所=シアター1010・アトリエ 対象=区内在住・在勤・在学の方 内容=手帳を効果的に活用した時間管理術 講師=佐々木かをり氏(株イー・ウーマン)

## 文化財古民家めぐり

◆世田谷区立次太夫堀公園民家園めぐり  
日時=10月10日(祝) 午前10時〜午後3時30分 申込=不要 ※当日直接会場へ

◆旧和井田家(都市農業公園内)めぐり  
日時=10月16日(日)・22日(土) 午前10時/午前11時/午後2時/午後3時 申込=不要 ※当日直接会場へ

◆旧松沢家(北区赤羽自然観察公園内)・旧和井田家めぐり  
日程=10月29日(土) 時間等=▷午前10時〜11時…旧松沢家 ▷午後1時30分〜2時30分…旧和井田家 定員=15人(抽選) 申込=ハガキに住所、氏名、電話番号、「古民家めぐり」を明記し☎へ郵送 期限=10月14日(金)必着 ーいずれもー ※交通費は実費負担 申・問先=文化財係 ☎3880-5984

◆SKIPシティ国際Dシネマ映画祭2011  
期間=10月8日〜16日 場所=SKIPシティ(埼玉県川口市上青木3-12-63) 内容=デジタルシネマ(Dシネマ)をテーマにした国際映画祭 費用=前売り1回券600円など(チケットぴあなどで購入可。そのほかにも券種あり) 申込=不要 ※当日直接会場へ。前売り券の券種など、くわしくは映画祭公式ホームページをご覧ください。お問い合わせください。 問先=SKIPシティ国際Dシネマ映画祭事務局 ☎048(263)0818 <http://www.skipcity-def.jp/>

**ひびきは**

◆催し物◆  
☆行政書士・不動産協会無料相談会 10月8日(土)・9日(日) 午前10時〜午後4時/荒川河川敷虹の広場/遺言・相続相談:清水 ☎(3840)0700

◆不動産関連全般の相談:風祭 ☎(5813)9400

◆サークル会員募集◆  
☆女声合唱団員募集 毎月第3土曜日 午後3時30分開始/こども科学館(ギヤラクシティ内)など/区内在住の女性/入会金千円、月額2千円/小桐 ☎(3860)6565

**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。食べ物や石けんなど餌となるものは密閉容器に入れ、巢の材料となるちり紙やレジ袋は片付けましょう。 問先=足立保健所住居衛生係 ☎3880-5375

上記マークがある申し込みは、10面右上の記入例参照



# 身近で自然を体感! 「あだち自然の遊び場」10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 問…申込・問い合わせ先

★…イベント手帳対象イベント(24年3月までの対象イベントで、4園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)

## 荒川ビジターセンター 荒川を楽しもう

### ◆あらかわ昔めぐり「昔あそびと荒川の生きもの体験」

日8日(土)・9日(日) 午前10時～正午/午後1時～4時 ※雨天決行  
場荒川ビジターセンター、生涯学習センター 内アシ舟作りや  
カニ釣りなどの昔遊び体験/荒川の生き物と触れ合うコーナー

### ◆自分たちでつくる川のようにえん 秋の遠足

日15日(土) 午前10時～11時30分 ※当日午前9時から荒川ビジター  
センターで受け付け開始。小雨決行 場千住新橋緑地(わん  
ど広場) 対就学前の子どもと保護者 内荒川へ出掛け自然遊  
びを楽しむ 持長袖・長ズボン/帽子/水筒/タオル/敷物  
※弁当持参可 定20人(先着順)

### ◆川あるきの日

日16日(日) 午前10時～正午 場荒川河川敷左岸(江北橋～扇大  
橋) ※江北橋下左岸集合 内草花や昆虫、野鳥などを観察し  
ながら荒川河川敷を歩く 持帽子/水筒 定20人(先着順)

—いずれも—  
※就学前の子どもは保護者同伴 申不要 ※当日直接会場へ  
問荒川ビジターセンター ☎5813-3753

## 生物園 様々な生物の姿に学ぶ

### ◆飼育員によるチョウ講座「チョウの最先端研究」★

日8日(土) 午後1時～2時 対高校生以上の方 内科学的根拠に  
基づいたチョウの行動観察 定10人(抽選) 締10月1日(土)必着

### ◆ニシキヘビと一緒に記念撮影

日8日(土) 午後3時～4時 ※午後2時50分から受け付け開始 内  
ニシキヘビと記念撮影 持カメラ 定20組(先着順) ※グル  
ープで参加。ヘビの状態に応じて変更あり

### ◆生物園うらがわ探検ツアー★

日9日(日) 午前11時～正午 ※午前9時30分受け付け開始。就学  
前の子どもは保護者同伴 内いつもは見られない生物園の裏側  
を見学 定15人(先着順)

### ◆東京らんちゅう倶楽部品評会

日16日(日) 午前10時～午後4時30分 内高級金魚の品評会  
—いずれも—

※別途入園料が必要 申▷飼育員によるチョウ講座…往復ハガキ  
に希望者全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話番号、  
「チョウ講座」を明記し郵送 ※返信面にも宛名を記入 ▷  
その他…不要 ※当日直接会場へ 場問生物園 〒121-0064  
保木間2-17-1 ☎3884-5577

## 桑袋ビオトープ公園 生き物のつながりを感じる

### ◆特別展示「ようこそ! いきものワールドへ」

日1日～11月30日 午前9時～午後5時 ※11月は午後4時30分まで 内生き  
物の住みよい環境作りなど 申不要 ※当日直接会場へ

### ◆植物でにおい袋づくり★

日2日(日) 午後2時～3時 内香りのある植物の葉や花を使ってにおい袋を作  
る 定20人(先着順) 申不要 ※当日直接会場へ

### ◆ドングリの苗木をうえてみよう★

日15日(土) 午前10時～正午 定20人(抽選) 申窓口または往復ハガキ・フ  
ァクス・Eメール(携帯メール不可)で希望者の住所、氏名(フリガナ)、年  
齢、電話・ファクス番号、「ドングリの苗木」を連絡 締10月7日(金)必着  
—いずれも—

※就学前の子どもは保護者同伴 場問あやせ川清流館(桑袋ビオトープ公  
園内、月曜日休館) 〒121-0061花畑8-2-2 ☎3884-1021

FAX 3884-1041

✉bio-park@adachi.ne.jp

## 都市農業公園 土や草木の手触りを実感

### ◆植物観察会「毒をもつ植物」

日1日(土) 午後1時30分～3時 内根や葉に毒のある植物の解説

### ◆ハーブミニ講座「ローズゼラニウム」

日8日(土) 午後1時30分～3時 内ローズゼラニウムの育て方や利用方法

### ◆園芸教室「春咲き球根の植え方」

日18日(火) 午後1時30分～3時 内春に咲く球根の植え方、管理方法

—いずれも—  
場緑の相談所(都市農業公園内) 定20人(先着順) ※小学3年生以下  
の方は保護者同伴 申不要 ※当日直接会場へ 場問都市農業公園  
☎3853-4114

### ◆自然環境館の催し★

#### ▷都市農業公園みどころガイド

日1日(土)・15日(土) 午後2時～2時30分 内公園のみどころを解説員と観察

定各15人(先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴

#### ▷ペットボトルでイチゴを育てよう

日10日(木) 午後1時30分～2時30分/午後3時～4時 内ペットボトルにイチゴを  
植え、持ち帰り観察 定各50人(先着順) ※小学3年生以下の方は保護者同伴

—いずれも—  
申不要 ※当日直接会場へ 場問自然環境館(都市農業公園内、水曜日休  
館) ☎3853-8010

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

## 債務整理 ご相談は何度でも無料

- 毎月の返済額を軽減したい、生活の建て直しがしたい
- 誰にも相談できない、相談したいけれど不安で・・・

返済のことで辛い思いを抱えている方は、まず電話・メールで相談してください。匿名でも結構です。皆さんの状況と気持ちを理解するために、ゆっくりと丁寧に相談を承ります。一緒に解決に向けての一步を踏み出しましょう。



相談専用ダイヤル 0120-218-187  
(相談は時間制限無し。何度でも無料です)

## に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3・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 [にしかた法務](http://nishikatahoumu.jp/) 検索  
<http://nishikatahoumu.jp/> mail all@nishikatahoumu.jp

## 借金の返済で困って 利息を払いすぎていませんか?

毎月の返済を減らしたい... 完済したけど利息を払い過ぎていたかも...

### 安心の相談実績

大手法人で1,000件を超える相談実績のある専門家が対応します。



阿部 廣一郎



ご相談無料です

☎03-5244-7658

AM9:00-PM10:00 クラオリーガル司法書士事務所  
土曜日曜も対応 認定司法書士 阿部 廣一郎

東京都足立区千住1-4-1 東京司法書士会会員番号 4990  
東京芸術センター10階 簡裁訴訟代理認定番号701045

## 寒くなる前に 健診を受けましょう!

- ◆寒くなると、インフルエンザが流行します。
- ◆まだ、健診を受診していない方は、早めに受診しましょう!



メタボ先生

足立区国保特定健診、後期高齢者医療健診を受診すると、「健康づくりスタンプラリー」のスタンプが1つもらえます!

社団法人 足立区医師会  
〒121-0011 足立区中央本町 3-4-4  
TEL: 03-3840-2111 (9:00~17:00)

## 違反建築取り締まり一斉パトロール

10月11日から17日まで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。建築違反防止の意識を高めましょう。 問先=建築監察係 ☎3880-5953



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				
捨てる技術を学び快適空間を「整理整頓(せいとん)セミナー」	10/24(月) 午前10時～正午	30人	無料	<b>事前</b>
日常会話を楽しく学ぼう「中国語入門講座」(5日制)	10/24～11/21の毎週月曜日 午後7時～8時30分	15人	3,990円	
0歳から3歳の赤ちゃんを聴くクラシックコンサート ◆2カ月～3歳の子どもの保護者	10/30(日) 午前11時～正午	20組	500円	
こどもヒップホップダンス教室(7日制) ◆小学生	11/1～12/13の毎週火曜日 午後5時～6時	30人	2,275円	
柔軟体操から楽しくリズムステップ「こどもクラシックバレエ」(7日制) ◆5歳～小学6年生	11/4～12/16の毎週金曜日 午後4時30分～5時30分	15人	3,745円	
クリスマスソングをみんなで演奏しよう! ハンドベル教室(6日制) ◆小学3年生以上の方	11/5～12/10の毎週土曜日 午後1時30分～3時	12人	1,260円	
心技体を鍛えよう「子ども空手教室」(7日制) ◆小・中学生	11/5～12/17の毎週土曜日 午後4時30分～6時	20人	2,555円	
年賀状に使える「消しゴムスタンプづくり教室」	11/10(木) 午後2時～4時	20人	無料	
ベビーマッサージサロン 親子の信頼を高め育児不安も解消 ◆2カ月～1歳未満の子どもの保護者	11/11(金)・25(金) 午前10時～正午	各14組	1回 1,100円	
目からウロコ! プロ直伝の「掃除の裏技セミナー」	11/22(火) 午後2時～4時30分	30人	無料	
体力年齢がわかる! 「体力テストと健康アドバイス」	11/23(祝) 午前10時～正午	30人	無料	
<b>佐野地域学習センター</b> 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
気分爽快(そうかい)! 「足やせアロママッサージ」	10/24(月) 午前10時30分～正午	15人	1,800円	<b>事前</b>
毛筆で書く2012年賀状「創作書道の愉しみ」(5日制)	10/27～12/1の毎週木曜日(11/3を除く) 午後2時～3時30分	20人	2,800円	
始めてみよう! 子どもジャズダンス(5日制) ◆小・中学生	10/28～11/25の毎週金曜日 午後4時～5時30分	25人	2,550円	
ハロウィン! 親子でえいご体験 ◆1歳6カ月～3歳の子どもの保護者	10/31(月) 午前10時30分～11時30分	15組	800円	
震災後の心のケアについて考えてみませんか?	10/31(月) 午前10時30分～正午	20人	無料	

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</b> 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551					
たのしくモダンバレエ体験(4日制) ◆A:3歳～小学1年生 ◆B:2～4年生 ◆C:5・6年生 ◆D:中学生以上の方	11/1～22の毎週火曜日 A:午後3時30分～4時45分 B:午後4時45分～6時 C:午後6時～7時30分 D:午後7時30分～9時	各20人	40円	<b>事前</b>	
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/2～12/21の毎週水曜日(11/23を除く) 午前10時～11時30分	40人	3,010円		
楽しく親子体操(6日制) ◆2・3歳の子どもの保護者	11/4～12/16の毎週金曜日(11/11を除く) 午前10時～11時	35組	3,270円		
わんぱく体操(6日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学生	11/4～12/16の毎週金曜日(11/11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	各45人	1,950円		
ボディシェイプ(6日制) ◆16歳以上の女性 託児:1歳6カ月～3歳の子どもの保護者	11/7～12/26の毎週月曜日(11/14、12/12を除く) 午前10時15分～11時45分	50人(託児10人)	2,580円(託児付き 3,900円)		
「鹿浜うたごえサロン」みんなで懐かしい叙情歌を歌おう	11/9(水) 午後1時30分～3時30分	50人	100円		
チャレンジ! キッズバスケットボール(6日制) ◆A:小学1～3年生 ◆B:小学4～6年生	11/9～12/21の毎週水曜日(11/23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	各25人	1,950円		
自分のココロがわかるお話もって子育てが楽しくなるよ ◆就学前の子どもの母親	11/19(土) 午後1時30分～3時	20人	無料		
<b>新田地域学習センター</b> 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931					
新田ミニコンサート「フルートコンサート」秋風にのせて ◆12歳以上の方	10/16(日) 午後2時～3時	30人	500円		<b>当日</b>
文学に親しむ「川端康成と大江健三郎」	10/22(土) 午後2時～3時30分	30人	無料	<b>事前</b>	
水曜夜のおさらい英会話(4日制)	10/26～11/16の毎週水曜日 午後7時30分～9時	15人	3,000円		
商店街de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)	10/29(土) 午前10時～正午	小学生20人・親子10組	小学生500円(親1人子1人…510円)		
かんたん! 小さなお子様がよろこぶ手作り布絵本	10/29(土) 午前10時～正午	15人	無料		
気功体操クラブサークル体験「気の流れる腹式呼吸」(2日制)	11/8(火)・15(火) 午前10時～11時30分	20人	無料		
カラダとココロを育む親子運動あそび(3日制) ◆首が据わるころ～3歳までの子どもと保護者	11/16・30、12/7 いずれも水曜日 午前10時～正午	20組	2,060円		

図書館子ども映画会(10月分)		
場所・問い合わせ先(図書館)	日時	内容
中央 ☎5813-3745	2(日) 午後2時～2時30分	「赤ん坊になったお婆さん」「水神さまと虹の橋」
	9(日) 午後2時～2時30分	「ヘンゼルとグレーテル」「幸福の王子」
	16(日) 午後2時～2時30分	「ぞくぞく村のおバケたち」「魔女のおバタン」
	23(日) 午後2時～2時30分	「くまのコールテンくん」「ハッピーバースデー・ムーン」
	30(日) 午後2時～2時30分	「ねむり姫」「オズの魔法使い」
	鹿浜 ☎3857-6551	8(土) 午後2時～2時50分
梅田 ☎3840-4646	15(土) 午後3時～3時50分	「きつねとぶどう」「からすのパンやさん」
やよい ☎3852-1433	26(水) 午後4時～4時30分	「こぶとりじいさん」「ものぐさたろう」
花畑 ☎3850-2601	26(水) 午後3時～3時30分	「とうふこぞう」「ゆうれいのたまご」「ばけものつかい」
興本 ☎3889-0370	30(日) 午後2時～2時30分	「ゆうがんなアイリーン」「ドアマンのノーマン」

### 図書館・スポーツ施設の休館(10月分)

◆図書館の休館  
 日程＝表1 問い合わせ先＝中央図書館 ☎5813-3740

◆スポーツ施設の休館等  
 日程＝表2 問い合わせ先＝スポーツ施設支援係 ☎3880-5989

**表1 図書館の休館(10月分) 日程**

図書館名	日程
宮城	3(月)・10(祝)・17(月)・24(月)・31(月)
常東	3(月)・10(祝)・11(火)・17(月)・24(月)・31(月)
やよい	9(日)・13(木)～17(月)・31(月)
佐野/鹿浜	9(日)・31(月)
花畑	11(火)～16(日)・31(月)
新田/竹の塚/塚保	11(火)・31(月)
東和	12(水)～17(月)・31(月)
伊興/梅田/興本/江北/中央/舎人	17(月)・31(月)

**表2 スポーツ施設の休館等(10月分) 日程**

施設名	日程
東綾瀬公園温水プール	11(火)
総合スポーツセンター	11(火)(10/11～12/27はアーチェリー場のみ休止)
千住温水プール	16(日)(17(月)～21(金)はプールの利用休止)
スイムスポーツセンター	17(月)
千住スポーツ公園	17(月)

◆屋外スポーツ施設予約の休止  
 休止日＝8(土) 内容＝工事のため、窓口での屋外スポーツ施設の予約を休止 ※休止日の料金支払いや駐車券発行不可。インターネット・コンビニエンスストアでの予約や支払いは可 問い合わせ先＝総合スポーツセンター ☎3859-8211

**足立区経営改革プランの22年度進捗状況** 22年8月に策定した「足立区経営改革プラン」に基づき、7分野79の改革項目について、22年度の取り組み状況をまとめました。くわしい内容は、区のホームページをご覧ください。 問い合わせ先＝政策担当 ☎3880-5811 区のホームページアドレス <http://www.city.adachi.tokyo.jp/>



# 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)

## 10月1日(土)、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25日、午前9時から電話受け付け開始  
 ≪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21内) ☎5813-3730</b>					
おはようサロン「中国語倶楽部(くらぶ)」	10/1~29の毎週土曜日(10/8を除く) 午前10時~正午	各15人	1回510円	<b>当日</b>	
小・中学生学習応援塾 ◆小・中学生	10/1・15・22 いずれも土曜日 午後2時~5時	各15人	1回200円		
おはよう教室「健康太極拳」	10/4~25の毎週火曜日 午前10時~11時30分	各50人	1回510円	<b>事前</b>	
おかえり教室「気軽に学ぶ中国語」(入門編)	10/5~26の毎週水曜日 午後7時~8時45分	各20人	1回510円		
獨協大学連携講座「生活に役立つやさしい民法入門」(2日制)	10/29(土)・11/12(土) 午後1時~2時30分	40人	無料		
あなたを輝かせる色 マイカラーを見つけましょう(3日制) ◆16歳以上の女性	11/10~24の毎週木曜日 午前10時30分~正午	15人	5,500円		
楽しい発見がある 本のワンダーランドへようこそ(3日制)	11/13~27の毎週日曜日 午後2時~3時45分	30人	1,500円		
民主的な革命思想家 安藤昌益と千住を知る(5日制)	11/13~12/11の毎週日曜日 午後2時~4時 ※12/11のみ午後5時まで千住を散策	20人	3,010円		
高齢者のための携帯電話の使い方教室(2日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/20(日)・21(月) 午前10時~午後0時30分	20人	無料		
★ワインをたのしむ(2日制) ◆20歳以上の方	11/9(水)・16(水) 午後3時~5時	50人	1,000円		
★江戸検一級講師と学ぶ うんちく! 大江戸入門講座(3日制)	11/12~26の毎週土曜日 午後2時~4時 ※26日は江戸城跡集合	30人	2,000円		
※★マークのついている講座のハガキ申し込みの宛名(あてな)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>					
健康! 太極拳(11日制) A:基礎クラス B:経験者クラス	10/11~12/20の毎週火曜日 A:午前9時15分~10時30分 B:午前10時45分~正午	A:20人 B:30人	3,960円	<b>事前</b>	
仲良しケータイ広場(10月分) ◆おおむね60歳以上の方	10/11(火) 午前10時~正午	10人	300円		
クラシックバレエサークル体験(2日制) ◆A:3歳~小学1年生 ◆B:小学2~5年生	10/24(月)・31(月) A:午後3時50分~4時50分 B:午後5時~6時	各10人	20円		
エクササイズボクシングサークル体験(3日制)	10/30~11/20の毎週日曜日(11/13を除く) 午後1時~2時30分	15人	30円		
ママといっしょ「わくわく体操」A・B(7日制) ◆2・3歳の子ともと母親	11/2~12/21の毎週水曜日(11/23を除く) 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		
コーディネーションキッズ(6日制) ◆4歳~就学前の子とも	11/8~12/13の毎週火曜日 午後3時30分~4時30分	45人	1,950円		
戦中前後の郵便事情を学ぼう! 古い切手で星型・魔方陣も作成	11/12(土) 午前10時30分~正午	15人	無料		
<b>梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1 ☎3880-5322</b>					
楽しく親子体操A・B(8日制) ◆2・3歳の子ともと保護者 託児:6カ月~就学前の子とも	11/1~12/20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20組(託児各5組)	4,360円(託児付き7,560円)	<b>事前</b>	
梅田歌声ひろば「一緒に楽しく歌おう」	11/8(火) 午後7時~8時50分	50人	500円		
ころばぬ体操「ゆっくりコース」(5日制) ◆65歳以上の方	11/9~12/14の毎週水曜日(11/23を除く) 午前9時30分~10時30分	15人	2,550円		
ころばぬ体操「しっかりコース」(5日制) ◆65歳以上の方	11/9~12/14の毎週水曜日(11/23を除く) 午前10時45分~11時45分	15人	2,550円		
無添加簡単皮なしソーセージ作り	11/9(水) 午後7時~9時	20人	650円		
わんぱく体操「幼児コース」(6日制) ◆4歳~就学前の子とも	11/10~12/15の毎週木曜日 午後3時30分~4時30分	45人	1,950円		
わんぱく体操「小学生コース」(6日制) ◆小学生	11/10~12/15の毎週木曜日 午後4時40分~5時40分	45人	1,950円		
秋づくしの薬膳(やくぜん)料理「鮭の山菜(さんやく)蒸しなど4品」	11/18(金) 午前10時30分~午後1時30分	32人	1,500円		
足立の先人に学ぶ「三平方の定理を習得しよう」(4日制) ◆中学3年生以上の方	11/19~12/10の毎週土曜日 午後7時~8時	30人	100円		
食医食のお料理「クリスマス料理3品」 ◆16歳以上の方または小・中学生と保護者	11/20(日) 午後2時~4時	32人	1,500円(小・中学生は1,000円)		
防犯講座「振り込め詐欺など」 ◆どなたでも	11/26(土) 午後2時~4時	200人	無料		
<b>興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370</b>					
親子で楽しむリトミック体験(3日制) ◆4カ月~1歳6カ月の子どもと保護者	10/8~11/5の毎週土曜日(10/15・29を除く) 午前9時40分~10時20分	20組	60円	<b>事前</b>	
ピアノと歌のミニコンサート ◆どなたでも	10/9(日) 午後0時30分~1時	50人	無料	<b>当日</b>	
普通救命AED講習会	10/26(水) 午後1時~4時	20人	1,400円	<b>事前</b>	
サーキットトレーニングA・B(4日制)	10/31~11/28の毎週月曜日(11/21を除く) A:午後7時~7時30分 B:午後8時~8時30分	各8人	1,720円		
ストリートスポーツダブルタッチで遊ぼう! A・B ◆5歳~小学生(小学2年生以下は保護者同伴)	A:11/5(土) B:11/12(土) 午後1時~2時30分	各40人	535円		
英語大好キッズになろう(11月分)(3日制) ◆A:0~1歳6カ月の子どもと保護者 ◆B:1歳7カ月~3歳未満の子どもと保護者	11/7~28の毎週月曜日(11/21を除く) A:午前10時~10時50分 B:午前11時10分~正午	各15組	2,315円		
明るくいいき! スポーツ吹矢(3日制)	11/7~28の毎週月曜日(11/21を除く) 午後1時30分~3時30分	24人	1,670円		
元気いきいき体操(6日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/7~12/26の毎週月曜日(11/21、12/19を除く) 午後1時30分~3時	35人	2,580円		
簿記3級試験直前対策(5日制)	11/14(月)~18(金) 午後6時~9時	30人	3,780円		
ウォーキングエクササイズと足裏マッサージ ◆おおむね30歳以上の方	11/17(木) 午前10時30分~11時50分	30人	535円		
<b>江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522</b>					
ダンスの心得からステップまで「初めての社交ダンス体験教室」(5日制)	10/23~11/27の毎週日曜日(11/20を除く) 午後3時30分~5時	20人	無料		<b>事前</b>
江北の歴史を歩いて知ろう「寺社めぐり教室」	10/24(月) 午前9時~午後0時30分	10人	無料		

**広告** 「生活習慣病指導員」認定研修へ参加・よろず健康相談会へ参加・会員入会などは 下記まで!  
 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



講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>スミススポーツセンター(うきうき館) 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133</b>				
マスターズ水泳トレーニング ◆18歳以上の方	10/8(土) 午後5時~8時30分	25人	800円	当日持
水中ウォーキング(5日制)	11/12~12/24の毎週 土曜日(11/19、12/17 を除く) 午後1時30分~2時20分	40人	3,300円	事前
4泳法シリーズ「背泳ぎ」 (4日制) ◆18歳以上の方	11/30~12/21の毎週 水曜日 午後1時30分~2時20分	20人	3,200円	
しっかりエアロ	毎週日曜日(10/2・30を 除く) 午前10時30分~ 11時40分	各40人	1回430円	
🏊 アクアエクササイズ	毎週水曜日 午前11時20 分~午後0時20分	各40人	1回640円	当日持
エアロピクス	毎週金曜日(10/28を除 く) 午後7時30分~8時 40分	各40人	1回430円	
<b>千住温水プール(スイマー) 〒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・B (7日制)	11/2~12/21の毎週水曜 日(11/23を除く) A:午後6時30分~7時20分 B:午後7時30分~8時30分	各10人	4,620円	事前
親子水遊び教室A・B (5日制) ◆2歳~就学前でオムツが取 れている子どもと保護者	11/5~12/10の毎週土 曜日(11/19を除く) A:午前11時30分~午後 0時20分 B:午後0時 30分~1時20分	各20組	4,200円	10/15必着
ジュニア育成水泳A・B (12日制) ◆A:小学1~3年 ◆B:小学4~6年	11/5~24年3/3の毎週土曜 日(11/19、12/17・31、24 年1/21、2/11・18を除く) A:午後3時30分~4時20分 B:午後4時30分~5時20分	各20人	3,000円	
🏊 ワンポイントレッスン	毎週水曜日:午後1時30 分~2時20分 毎週金曜日:午後7時30 分~8時20分 毎週土曜日:午前10時30 分~11時20分	なし	入場料 のみ	当日
<b>千住スポーツ公園 〒120-0044 千住緑町2-1-1 ☎3879-7643</b> ※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(下記参照)へ				
フットセラピーピクス (7日制)	11/10~12/22の毎週 木曜日 午後3時30分~4時30分	35人	3,010円	事前
<b>総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211</b>				
体幹ボール・コンディショニ ング編(8日制)	11/1~12/20の毎週火曜 日 午後1時15分~2時15分	35人	3,440円	
楽しくストレッチ体操 (7日制)	11/2~12/21の毎週水 曜日(11/23を除く) 午前10時30分~11時40 分	20人	3,010円	
フットセラピーピクス (7日制)	11/4~12/16の毎週金 曜日 午前10時15分~11 時15分	40人	3,010円	事前
体幹ボール・シェイプアップ編 A・B(7日制)	11/4~12/16の毎週金曜日 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	
ヘルシーエクササイズ (7日制)	11/4~12/16の毎週金 曜日 午後1時30分~3時	40人	3,010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>				
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/4~12/16の毎週金 曜日 午後1時30分~3時	50人	3,010円	事前
幼児サッカー(7日制) ◆4歳~就学前の子ども	11/4~12/16の毎週金 曜日 午後3時~4時15分	50人	1,470円	
コーディネーションキッズ (7日制) ◆4歳~就学前の子ども	11/4~12/16の毎週金 曜日 午後3時30分~4時30分	40人	2,275円	10/15必着
コーディネーションキッズ 小学生コース(7日制) ◆小学生	11/4~12/16の毎週金 曜日 午後4時40分~5時40分	40人	2,275円	事前
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	11/8~12/27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)	
楽しく親子体操A・B (7日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	11/10~12/22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	10/15必着
わいわいエアロピクス (7日制)	11/10~12/22の毎週 木曜日 午後7時15分~8時25分	35人	3,010円	事前
<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>				
いきいき水中運動(2日制)	11/1(火)・8(火) 午前11時 30分~午後0時20分	15人	1,280円	
ベビーマッサージ&リトミック A・B(4日制) ◆4カ月~1歳6カ月未満の 子どもと保護者	11/2~30の毎週水曜日 (11/23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	事前
成人水泳「かなづち水泳コース」 (2日制)	11/2(水)・9(水) 午後0時30分~1時20分	15人	1,280円	
3・4歳の水泳教室「水慣れ」 (2日制) ◆オムツが取れた3・4歳の 子ども	11/5(土)・12(土) 午後0時30分~1時20分	15人	1,600円	
4歳から6歳の水泳教室 (2日制) A:水慣れ B:浮きパタ足 ◆4歳~就学前の子ども	11/5(土)・12(土) 午後2時30分~3時20分	A:15人 B:10人	1,600円	10/15必着
5・6歳の水泳教室(2日制) A:水慣れ B:浮きパタ足 ◆5歳~就学前の子ども	11/5(土)・12(土) 午後1時30分~2時20分	各15人	1,600円	
小学生水泳教室(2日制) A:小学生水慣れコース B:小学生呼吸なしクロール ◆小学生	11/5(土)・12(土) 午後3時30分~4時20分	各15人	1,600円	
小学生呼吸付きクロール・ 背泳ぎA・B(2日制) ◆小学生	11/5(土)・12(土) 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	1,600円	
小学生バタフライ・平泳ぎ (2日制) ◆小学生	11/5(土)・12(土) 午後5時30分~6時20分	15人	1,600円	事前
成人水泳教室(1日体験) A:初級 B:初級・中級	11/7(月) A:午後0時30分~1時20分 B:午後6時30分~7時20分	各15人	640円	
元気いきいき水中運動 (1日体験) ◆おおむね50歳以上の方	11/7(月) 午後1時30分~2時20分	15人	640円	

### 来て!見て!話して! ITサロン(10月分)

日程等=表1 時間=午後2時~4時(保塚地域学習センターのみ午前10時~正午) 対象=中学生以上の方 内容=パソコンを困んだ地域交流の場 ※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1 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	2(日)・5(水)・12(水)・19(水)・26(水)	
地域学習センター	新田 ☎3912-3931	1(土)・9(日)
	竹の塚 ☎3850-3107	1(土)・14(金)・20(木)
	佐野 ☎3628-3273	1(土)
	花畑 ☎3850-2618	1(土)・21(金)
	梅田 ☎3880-5322	2(日)・15(土)
	鹿浜 ☎3857-6551	5(水)・16(日)
	舎人 ☎3857-0008	6(木)・18(火)・29(土)
	伊興 ☎3857-6537	8(土)・15(土)
	江北 ☎3890-4522	8(土)・22(土)
	中央本町 ☎3852-1431	8(土)・22(土)
興本 ☎3889-0370	9(日)・23(日)	
東和 ☎3628-6201	13(木)	
保塚 ☎3858-1502	13(木)・27(木)	

### ふれあいまつり(10月分)

日時等=表2 内容=地域学習センターなどで活躍中のサークルや利用者による手作りのお祭り。くわしい内容はセンター(12~15面の「センター名」欄参照)にお問い合わせください。申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ



▲サークル活動の楽しさ、すばらしさを実感してください(写真はオーケストラサークルの昨年の演奏の様子)

表2 ふれあいまつり日時等(10月分)

場所(地域学習センター)	日時
江北	15(土) 午前10時~午後9時/16(日) 午前9時~午後4時
興本	15(土) 午前10時~午後9時/16(日) 午前10時~午後4時
佐野	16(日) 午前10時~午後5時
伊興	22(土) 午前9時~午後5時/23(日) 午前9時~午後4時
竹の塚	29(土) 午前10時~午後5時/30(日) 午前9時~午後5時

広告

**野口歯科医院**  
東京都足立区梅島1-34-5

**インプラント**

・基本料金35万円  
(公的保険は適用されません)

**03-3889-1180**



# 12・13面からの続き 近所deまなボ一☆

生涯学習施設・スポーツ施設の催し(10月・11月分)

**10月1日(土)、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一☆」(<http://www.kousha.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>竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107</b>				
たけのつかパママサロン 「ハロウィンで子育てえいご」 ◆A:2・3歳の子どもと保護者 ◆B:1カ月~1歳の子どもと保護者	A:10/14(金) B:10/21(金) 午前10時30分~11時30分	各12組	1回820円	
ドラマレッスン「竹の塚劇団を作りましょう」(2日制) ◆小学生以上の方	10/15(土)・22(土) 午後6時~9時	20人	無料	<b>事前</b>
絵付け講座(2日制)	10/16(日)・23(日) 午後1時~4時	10人	600円	
コーディネーションキッズ 小学生コース(3日制) ◆小学生	10/17~31の毎週月曜日 午後4時30分~5時30分	15人	975円	
竹の塚寄席 (林家たけ平ほか) ◆小学生以上の方	11/4(金) 午後2時~3時30分	306人	1,000円 (小・中学生は500円)	竹の塚地域学習センターでチケット販売
楽しくストレッチ体操 (7日制)	11/10~12/22の毎週木曜日 午後1時30分~2時40分	35人	3,010円	<b>事前</b>
<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>				
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	10/29(土) 午前10時~正午 ※場所は青井	10組	500円	<b>事前</b>
わんぱく体操「幼児コース」(6日制) ◆4歳~就学前の子ども	11/1~12/13の毎週火曜日(11/29を除く) 午後3時30分~4時30分	40人	1,950円	<b>10/15必着</b>
わんぱく体操「小学生コース」(6日制) ◆小学生	11/1~12/13の毎週火曜日(11/29を除く) 午後4時40分~5時40分	40人	1,950円	
演劇サークル体験「生活の中に演劇を」(5日制) ◆小学生以上の方	11/1~29の毎週火曜日 午後6時30分~9時	10人	500円	
わいわいエアロピクス A・B(7日制)	11/2~12/21の毎週水曜日(11/23を除く) A:午前9時30分~10時40分 B:午前10時50分~正午	各25人	3,010円	
楽しく親子体操A・B (6日制) ◆2・3歳の子どもと保護者	11/4~12/16の毎週金曜日(11/11を除く) A:午前9時30分~10時30分 B:午前10時45分~11時45分	各35組	3,270円	<b>事前</b>
ヘルシーエクササイズ (5日制)	11/7~12/26の毎週月曜日(11/14、12/12・19を除く) 午前10時~11時30分	50人	2,150円	
元気いきいき体操 (5日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/7~12/26の毎週月曜日(11/14、12/12・19を除く) 午後3時30分~5時	50人	2,150円	
和光堂の栄養相談「ゴックン期から始める食育」	11/8(火) 午後1時30分~3時	30人	無料	
新聞貼(は)り絵で年賀状をつくってみよう(2日制)	11/20(日)・27(日) 午前10時~正午	20人	1,680円	
みんな集まれ! 小学生だけの将棋大会 ◆小学生	11/20(日) 午後2時~4時	20人	100円	
<b>東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201</b>				
東和将棋サロン ◆4歳以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)	10/1(土)・15(土) 午後1時~5時	各16人	1回200円 (中学生以下の方は無料)	<b>当日</b>
東和将棋大会	10/15(土) 午前10時~午後4時	50人	500円	
生地から手作り! 親子で作ろうピザ ◆小学生以上の子どもと保護者	10/29(土) 午前10時30分~午後1時30分	10組	親1人子1人...2,320円 親1人子2人...2,830円	
ヘルシーエクササイズ (7日制)	11/1~12/20の毎週火曜日(12/6を除く) 午後3時40分~5時10分	30人	3,010円	<b>事前</b>
体幹トレーニング バランスボール編 (6日制)	11/2~12/14の毎週水曜日(11/16を除く) 午前10時~11時30分	20人	2,460円	
元気いきいき体操 (5日制) ◆おおむね60歳以上の方	11/4~12/16の毎週金曜日(11/11、12/9を除く) 午後1時30分~3時	50人	2,150円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008</b>				
舎人将棋・囲碁ひろば ◆小学生以上の方	将棋:10/2(日) 午後1時~4時30分 将棋・囲碁:10/9(日) 午後1時~4時30分	各14人	1回200円	<b>当日</b>
パソコン広場	10/11(火)・25(火) 午後7時~8時30分	各10人	1回200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 ◆現在妊娠中の方 託児:6カ月~就学前の子ども	10/22(土) 午前11時~正午	6人 (託児4組)	110円 (託児付き520円)	
パパもいつしよに ベビーエクササイズ ◆7カ月~1歳6カ月の 子どもと保護者	10/22(土) 午後1時~2時30分	20組	420円	
ママと一緒に体操と ヨガA・B(6日制) ◆A:2・3歳の子ども と保護者 ◆B:1歳3カ月~2歳未満 の子どもと保護者	10/28~12/9の毎週金曜日(11/18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	各20組	2,520円	
パパにしかできない子育て講座 「ママと仲良くイクメンに」 ◆0歳の子どもと保護者	10/29(土) 午後1時~2時	10組	330円	<b>事前</b>
気軽に舎人でクラシック 「フルートとバイオリンのタペ」 ◆3歳以上の方(中学生以下は保護者同伴)	10/29(土) 午後6時30分~8時	80人	500円 (中学生以下の方は250円)	
子ども英会話A・B(6日制) ◆A:小学1・2年生 ◆B:小学3~6年生	11/2~12/14の毎週水曜日(11/23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	各20人	3,600円 (ノート購入希望の方は3,862円)	
ベビーエクササイズ A・B(6日制) ◆7カ月~1歳3カ月未満 の子どもと保護者	11/7~12/12の毎週月曜日 A:午前10時~11時 B:午前11時20分~12時20分	各20組	2,520円	
ベビーマッサージ (6日制) ◆2~7カ月未満の 子どもと保護者	11/8~12/20の毎週火曜日(12/6を除く) 午前10時~11時	15組	4,200円	
無理なく楽しくウオーキング(6日制)	11/10~12/15の毎週木曜日 午前10時~11時30分	20人	1,860円	
<b>花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618</b>				
寝る前10分! ペッドタイムストレッチ(3日制) ◆16歳以上の女性	10/17~31の毎週月曜日 午後7時30分~8時30分	15人	1,230円	
いま知りたい「地震」の基礎知識	10/28(金) 午前10時30分~正午	20人	無料	
はじめてのお菓子づくり 「シフォンケーキプレーン」	10/28(金) 午前10時30分~午後0時30分	16人	2,100円	
「あいうえお」から始めるチャレンジ韓国語・入門編(7日制)	11/10~12/22の毎週木曜日 午後1時~2時20分	20人	2,800円	<b>事前</b>
初心者着付け教室 今年のお正月は「きもの美人」(5日制) ◆16歳以上の女性	11/11~12/9の毎週金曜日 午前10時~正午	20人	2,500円	
マクロビオティック入門 (料理教室)	11/11(金) 午前10時30分~午後1時30分	16人	3,310円	
<b>保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502</b>				
「文字をきれいに」こども書道(6日制) ◆小学3~5年生	10/20~12/1の毎週木曜日(11/3を除く) 午後4時15分~5時15分	15人	3,600円	
足のアロママッサージ むくみを解消して 美脚を目指そう	10/21(金) 午前10時30分~正午	20人	1,600円	
元気にダンス! ダンス! キッズヒップホップ(5日制) ◆6~9歳の小学生	10/24~11/21の毎週月曜日 午後5時~5時45分	25人	2,050円	
皆で唄(うた)おう相撲甚句 「あ〜どすこい」(2日制) ◆おおむね50歳以上の方	10/26(水)、11/9(水) 午後1時30分~3時	15人	1,000円	
韓国語会話サークル体験(2日制) A:入門 B:中級 C:初級	11/1(火)・8(火) A:午後1時~2時20分 B:午後2時20分~3時40分 C:午後3時40分~5時	各10人	100円	<b>事前</b>
親子でリズム遊び! のびのび体を動かそう A・B(3日制) ◆1・2歳の子どもと保護者	11/7・21、12/5 いずれも月曜日 A:午後1時~1時45分 B:午後2時~2時45分	各12組	1,260円	
ちょこっと体操「手軽にできる筋力アップ」(2日制)	11/14(月)・28(月) 午後1時~2時30分	15人	820円	
楽しく学ぼう! 初めての茶道(8日制)	11/15・29、12/6・20、24年1/31、2/14・28、3/13 いずれも火曜日 午前10時~正午	12人	6,400円~10,700円 (要問い合わせ)	

**区・広報番組「みてみてあだち」** 月替わりで、足立区ゆかりの著名人を進行役に送る広報番組。9月は、富士東関(玉ノ井部屋)が登場。放映は9月26日(月)~10月2日(日) 午後6時開始。過去の放映分は区のホームページからご覧になれます(「動画deあだち」で検索)。問い合わせ先=広報係 ☎3880-5815



# みんなの力でまちをきれいに

皆さんのほんの少しの努力で、まちは美しく変わります。まずは自分ができることから、始めてみませんか？

問い合わせ先＝地域活動支援係 ☎3880-5856

「美しいまち」は「安全なまち」



ビューティフル・ウィンドウズ運動キャラクター「ビュー坊」  
ビューティフル・ウィンドウズ運動展開中

## 11月1日から五反野駅・梅島駅 周辺が「禁煙特定区域」に

喫煙マナーを守ろう



11月1日から五反野駅・梅島駅周辺を「禁煙特定区域」に指定します(図1)。区域内では路上喫煙が禁止となり、違反した場合は罰則として1,000円の過料が科されます。

区域内で喫煙すると1,000円の過料があるよ



## 北千住駅・綾瀬駅・西新井駅・竹ノ塚駅周辺では路上喫煙者が5～9割以上減少!

すでに「禁煙特定区域」に指定されている北千住駅(18年10月指定)・綾瀬駅(21年10月指定)・西新井駅・竹ノ塚駅(ともに22年11月指定)周辺では、路上喫煙者が5～9割以上減少しました。

図1 禁煙特定区域図

※地図は簡略図



## ごみとお花をトレード!

育てよう、地域に花とマナーの心

表1のイベント会場に道端のごみを拾って持っていくと、集めたごみを花の種と交換します。ごみが花の種に変わり、花が咲くことで、まちがきれいに彩られます。昨年は44,429人の方がごみを花の種と交換しました。町会・自治会などの催しでも同様の取り組みを行います。 ※家庭のごみの持ち込みはできません。

地域で呼び掛け合い、花いっぱい  
の美しいまちをつくらう



表1 「ごみとお花をトレード」実施場所一覧

日時	場所(イベント名)
10/8(土) 午前10時40分	荒川河川敷 虹の広場周辺(あだち区民まつり A-Festa 2011)
10/9(日) 午前10時	総合スポーツセンター(スポーツカーニバル)
10/10(祝) 午前10時	足立区役所(地球環境フェア2011)
10/22(土) 午前10時	足立区役所(地球環境フェア2011)
10/23(日) 午前10時	都市農業公園(秋の収穫祭)
10/23(日) 午前9時30分	北千住北自転車駐車場前(北千住地域美化推進月間駅頭キャンペーン)
11/11(金) 午後2時	都立東綾瀬公園(ハト公園)(綾瀬地域防犯・美化キャンペーン)
11/18(金) 午後2時	西新井駅東口広場(西新井地域美化推進月間駅頭キャンペーン)
11/22(火) 午後2時	竹ノ塚駅東口噴水前(竹ノ塚地域美化推進月間駅頭キャンペーン)
11/25(金) 午後2時	

※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

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

東京都から公益事業の認証を取得した霊園です。  
とねりじょうえん

### 「舎人浄苑」相談会

10/15(土) 16(日) 17(月) 参加無料 要予約  
時間 10:00～16:00  
場所 東京芸術センター9F会議室  
住所: 東京都足立区千住1-4

- 公益事業とは?
- 「舎人浄苑」の概要
- 郷里のお墓を移転するには?

どんなことでもお気軽にご相談下さい。

【舎人浄苑概要】  
■ 経営主体/(宗) 全学寺  
■ 墓地許可年月日/平成22年9月3日  
■ 許可番号/22足保生収第463号

お電話にてご予約ください(受付時間9:00～20:00)  
メモリアルアートの 大野屋テレホンセンター  
大野屋 ☎0120-02-8888

### 西新井駅前 パサージオ

## パサージオの日

毎月第3土曜日はパサージオの日を開催!  
10月は15日(土)です。

パサージオの各店舗でご利用できるお得なクーポン企画(前日にパサージオ各店舗で配布)でお待ちしております。お楽しみに!

パサージオ 4F 運営管理室: TEL 3887-8003 足立区西新井栄町 1-17-1

### 会社の未来が「分かる!」「見える!」

## 事業再生診断パック

診断時間 2時間 52,500円(税込)・要予約

専門の弁護士が御社の決算書類等から会社の経営状態を調査し、財務状況や経営危険度を診断します。その後、売上減少や資金繰り悪化を引き起こしている根本的な問題を探し出します。会社規模や業種に関係なくお問合せください。

電話受付時間: 平日 9:30～18:00  
☎ 03-3238-9370

事業再生110番 検索

SHINDO・MATSUMURA LAW OFFICE  
新堂・松村法律事務所  
〒102-0076 東京都千代田区五番町2-13 林五ビル2階  
代表弁護士 第二東京弁護士会所属 大村 扶美枝