



2011年
(平成23年)
2/25
第1606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	足立区教育委員会児童・生徒褒賞受賞者 一覧…2面/特別区職員をめざしません か、新卒高校生等合同就職面接会…5面	6 9 面	催し物…6・7面/「携帯でう さぎ」作品発表…7面/飛び出 せ!輝け! あだちっ子…8・9面	10 15 面	あだち自然の遊び場…10面/シリー ズ現場「立ち上がる中小企業」…11 面/近所deまなポー☆…12~15面	16 面	借金を整理した。世界が、すこ し、明るく見えた。
-------------	-------------	--	-------------	--	---------------	--	---------	-----------------------------



飛び出せ! 輝け! あだちっ子

2面で、教育委員
会児童・生徒褒賞、
8・9面で活躍す
る子どもたちを
紹介します。

問い合わせ先=教育政策課
庶務係 ☎3880-5961

葺立ち

「あきらめるのはいつでもできる。最後に回せばいい」。足立区教育委員会児童・生徒褒賞式の席上、代表でお礼の言葉を述べた千寿本町小学校の坂田香帆さんが、「NASAより宇宙に近い町工場 僕らのロケットが飛んだ」(デイスカヴァー・トゥエンティワン 植松努著)という本から紹介してくれた言葉です。「きつとここにいる人たちも同じような気持ちで最後まで努力したのだからと思えます」と続きました◆記念のトロフィーを全員に配るのに要する時間は約1時間。これだけ東京都や全国規模の大会で優秀な成績を収める足立っ子が大勢いるということ。次に続く後輩たちにとっても大きな希望であり、励みとなるに違いありません◆けれど会場に集まった子どもたちのように、大きな成果を手にできる子ばかりとは限りません。頑張ってもなかなか結果が出ず悩んでいる子どももきつと多いはず。そんな人たちにこそ冒頭の「あきらめるのは最後に回せばいい」をぜひ贈りたいのです◆他人と比較するのではなく、戦うべきは自分自身だと言いつつ聞かせて、苦しい時を乗り越えて成長して欲しいと願います。たとえ当初の目標が達成できなくとも、全力でぶつかった時には必ず次の道が開けてくるものですから。頑張れあだちっ子!

足立区長 近藤 やよい



足立区教育委員会児童・生徒褒賞 受賞者一覧

(敬称略・順不同)

問い合わせ先=教育政策課庶務係 ☎3880-5961

※8・9面で活躍する子どもたちをくわしく紹介しています。

区長褒賞

文化・個人

◆ものづくり

瀬田凜(第六中学校3年生)

◆小説

小林由季(第十中学校3年生)

◆読書感想文

坂田香帆(千寿本町小学校6年生)

◆俳句

戸高美侑(中川小学校6年生)

文化・団体

◆吹奏楽

弘道小学校吹奏楽部

第十一中学校吹奏楽部

第十四中学校吹奏楽部

スポーツ・個人

◆スキー

中渡智香(入谷中学校1年生)

◆トランポリン

仁平菜絵(高野小学校3年生)

森ひかる(扇小学校5年生)

新谷亮介(舎人小学校4年生)

新谷実佑(舎人小学校6年生)

高橋京佑(東伊興小学校3年生)

明石凌(伊興中学校1年生)

安藤諒(伊興中学校1年生)

中村優希(入谷南中学校1年生)

村山優里(入谷南中学校2年生)

◆フライングディスク

上野桃花(第六中学校3年生)

武田祐一郎(栗島中学校3年生)

吉村僚汰(栗島中学校3年生)

米澤菜(栗島中学校3年生)

◆ボクシング

鈴木雅弘(漕江中学校3年生)

◆ラジコン

鈴木悠平(入谷南中学校3年生)

◆空手

鈴木千晶(高野小学校4年生)

早川奈波(鹿浜西小学校2年生)

別府遥香(第四中学校3年生)

稲葉暉人(江北中学校2年生)

鈴木達也(上沼田中学校3年生)

◆柔道

平田樹(中川東小学校5年生)

◆水泳

塩入涼葉(西新井第二小学校5年生)

布施谷結花(加賀中学校2年生)

◆野球

齋藤壮(第十中学校1年生)

乗松良多(第十中学校1年生)

◆陸上

田村美咲(第六中学校3年生)

安田貴恵(第六中学校3年生)

佐藤みな実(第十一中学校1年生)

富澤拓仁(第十四中学校1年生)

松岡祐里恵(東綾瀬中学校1年生)

吉田実結(東綾瀬中学校3年生)

信濃拓光(伊興中学校1年生)

榎本有利菜(栗島中学校2年生)

中澤愛美(栗島中学校2年生)

稲生治洋(栗島中学校3年生)

スポーツ・団体

◆バレーボール

漕江中学校男子バレー部

◆一輪車

行川一輪車チームA

◆空手

第四中学校空手部(女子)

日本空手協会東京都本部

◆水泳

第十四中学校水泳部男子リレーチーム

第十四中学校水泳部女子リレーチーム

◆陸上

六月中学校陸上部女子低学年リレーチーム

善行・個人

◆人命救助

船越恵(千寿青葉中学校3年生)

教育委員会褒賞

文化・個人

◆ポスター

望月悠真(西伊興小学校1年生)

◆作文

藤井菜那未(第六中学校3年生)

善方佳澄(竹の塚小学校3年生)

片淵歩(竹の塚小学校6年生)

◆環境教育プログラム

江尻萌恵(中川北小学校6年生)

山上綾夏(花保小学校6年生)

◆エッセイ

内田実里(第四中学校3年生)

文化・団体

◆新聞

青井中学校第1学年

◆吹奏楽

千寿双葉小学校金管バンド

西伊興小学校 brassバンド

五反野小学校金管バンド

スポーツ・個人

◆トランポリン

折田侑翼(舎人小学校4年生)

森晴太郎(上沼田中学校3年生)

◆なぎなた

高橋詩音(東綾瀬小学校4年生)

岩崎唯(花畑西小学校5年生)

◆フィギュアスケート

國方勇樹(千寿本町小学校4年生)

◆ボウリング

佐藤淳(千寿青葉中学校2年生)

◆モダンダンス

細井瑞希(千寿第五小学校4年生)

石鍋陽香(島根小学校5年生)

◆レスリング

礪屋亮太郎(千寿桜小学校2年生)

◆空手

泉光雅(江北小学校5年生)

川西蘭(扇小学校4年生)

別府佑香(皿沼小学校6年生)

米盛希々子(東加平小学校2年生)

小林直央(中川北小学校5年生)

福島愛理(北三谷小学校3年生)

今井えり(花畑小学校3年生)

清水音乃(花畑小学校3年生)

別部秀(花畑小学校3年生)

清水里紗(花畑小学校4年生)

坂本悠実(花畑西小学校6年生)

坂本彩乃(第四中学校2年生)

高橋茂(第四中学校2年生)

松本葉(第四中学校2年生)

山田隆樹(第四中学校2年生)

鶴見優太(第十中学校3年生)

鈴木菜未(上沼田中学校1年生)

◆剣道

黒澤結佳子(第十一中学校3年生)

◆新体操

安島里美(第六中学校2年生)

◆水泳

木原奎吾(扇小学校4年生)

田中悠生(東伊興小学校2年生)

高橋紗也佳(千寿桜堤中学校3年生)

上田桜子(第十一中学校3年生)

園田瑠夏(第十四中学校2年生)

長崎優(第十四中学校2年生)

星優作(第十四中学校2年生)

三澤皓暉(第十四中学校2年生)

福田裕也(第十四中学校3年生)

本多里帆(第十四中学校3年生)

松本卓弥(第十四中学校3年生)

松吉茜(第十四中学校3年生)

片山友希(西新井中学校1年生)

木原菜園(西新井中学校1年生)

◆太極拳

大竹雅大(千寿第五小学校4年生)

林真史(千寿桜小学校5年生)

白川悠(第一中学校1年生)

◆陸上

竹本望実(第六中学校3年生)

初見笑里(第十二中学校2年生)

八田隆純(第十四中学校2年生)

鈴木夢桜(第十四中学校3年生)

布施温菜(第十四中学校3年生)

伊東雅(東綾瀬中学校3年生)

國吉舞(東綾瀬中学校3年生)

薄井幸樹(伊興中学校1年生)

篠崎亜美(伊興中学校1年生)

下田萌(栗島中学校1年生)

内田哲志(栗島中学校3年生)

大野水緒(栗島中学校3年生)

廣瀬怜音(栗島中学校3年生)

山崎翔平(栗島中学校3年生)

五十嵐恋(六月中学校1年生)

鈴木藍人(六月中学校2年生)

スポーツ・団体

◆ミニバスケットボール

弥生第二スポーツ少年団青空クラブ

◆剣道

第十一中学校剣道部(女子)

◆水泳

第十一中学校水泳部女子リレーチーム

西新井中学校水泳部女子リレーチーム

◆卓球

蒲原中学校卓球部(女子)

◆野球

ブラックキラーズA

◆陸上

第十四中学校陸上部女子Cクラスリレーチーム

第十四中学校陸上部男子Cクラスリレーチーム

第十四中学校陸上部女子駅伝チーム

第十四中学校陸上部女子低学年リレーチーム

第十四中学校陸上部男子低学年リレーチーム

六月中学校陸上部女子1年リレーチーム

善行・団体

◆フィリピンへの紙芝居制作

第四中学校美術部

◆おわびと訂正 あだち広報1月1日号より3号にわたり、欄外記事で「区役所の開庁時間は午前8時30分～午後5時15分」とお知らせしていましたが、正しくは「区役所の窓口開庁時間は午前8時30分～午後5時」です。おわびして訂正します。 問先=広報係 ☎3880-5815

「冒険遊び場」で遊ぼう
 日時 3月5日(土)、午前11時

「あだち日曜教室」学習成果発表
 日時 3月6日(日)、午後1時30分～3時 場所 区役所庁舎ホール 内容 知的障がいがある青年たちの学びの場「あだち日曜教室」の学習成果の発表・作品展示 申込 不要 ※当日直接会場へ 問先 青少年事業係
 ☎(5242) 8169

教育相談鹿浜分室が機能統合
 内容 4月1日から教育相談鹿浜分室は教育相談センターに統合 ※区内西部地区在住で、新規に教育相談やチャレンジ学級(不登校児童・生徒対象の適応指導教室)への通級を希望する方はお問い合わせください。 問先 教育相談センター教育相談係
 ☎(3852) 2861

子育て・教育
 午後2時 対象 18歳以下の子ども ※就学前の子どもは保護者同伴 内容 段階別遊び/落書きコーナー/かまど体験など 持ち物 昼食/飲み物など 申込 不要 ※当日直接会場へ 場・問先 鹿浜いきいき館
 ☎(3853) 5071

子ども予防接種外来(3月分)
 1日～7日 日時等 3月5日(土)・6日(日)：区内医療機関 3月6日(日)、午前10時～午後1時 4時～5時 足立区医師会(中央本町3-4-4) ※対象の予防接種、実施医療機関など、くわしくはお問い合わせください。 6日は電話相談も受け付け 電話相談先 足立区医師会(6日、午前10時～正午/午後1時～4時のみ)
 ☎(3840) 3223

子ども予防接種外来(3月分)
 日時 3月19日(土)、午後3時～5時 ※受け付けは午後4時30分まで 場所 足立区医師会(中央本町3-4-4) 対象 BCG、ポリオを除く 各予防接種の法定年齢内の子

健康・衛生
 講座「糖尿病撃退法」
 日時 3月14日(月)、午前10時～正午 対象 69歳以下で、

健康・衛生
 講座「胃がん予防とピロリ菌あれこれ」
 日時 3月25日(金)、午後2時～3時30分 対象 区内在住・在勤の方 内容 胃がん予防のための鍵を握るピロリ菌の学習 講師 青木哲氏(旭医院院長) 定員 30人 (2月28日から先着順) 申

健康・衛生
 講座「今からできる60歳からの男の健康チェック」
 日時 3月18日(金)、午後1時～2時30分 対象 おおむね60歳以上の男性 内容 60歳代からの男性が気をつけたい病気や生活習慣/健康チェック 講師 原田芳明氏(ハラダクリニック院長) 定員 40人 (2月28日から先着順) 申込 電話または窓口 場・申・問先 竹の塚保健総合センター地域保健係
 ☎(3855) 5082

健康・衛生
 講座「糖病撃退法」
 日時 3月14日(月)、午前10時～正午 対象 69歳以下で、

健康・衛生
 講座「胃がん予防とピロリ菌あれこれ」
 日時 3月25日(金)、午後2時～3時30分 対象 区内在住・在勤の方 内容 胃がん予防のための鍵を握るピロリ菌の学習 講師 青木哲氏(旭医院院長) 定員 30人 (2月28日から先着順) 申

健康・衛生
 講座「今からできる60歳からの男の健康チェック」
 日時 3月18日(金)、午後1時～2時30分 対象 おおむね60歳以上の男性 内容 60歳代からの男性が気をつけたい病気や生活習慣/健康チェック 講師 原田芳明氏(ハラダクリニック院長) 定員 40人 (2月28日から先着順) 申込 電話または窓口 場・申・問先 竹の塚保健総合センター地域保健係
 ☎(3855) 5082

健康・衛生
 講座「胃がん予防とピロリ菌あれこれ」
 日時 3月25日(金)、午後2時～3時30分 対象 区内在住・在勤の方 内容 胃がん予防のための鍵を握るピロリ菌の学習 講師 青木哲氏(旭医院院長) 定員 30人 (2月28日から先着順) 申

健康・衛生
 講座「今からできる60歳からの男の健康チェック」
 日時 3月18日(金)、午後1時～2時30分 対象 おおむね60歳以上の男性 内容 60歳代からの男性が気をつけたい病気や生活習慣/健康チェック 講師 原田芳明氏(ハラダクリニック院長) 定員 40人 (2月28日から先着順) 申込 電話または窓口 場・申・問先 竹の塚保健総合センター地域保健係
 ☎(3855) 5082

健康・衛生
 講座「糖病撃退法」
 日時 3月14日(月)、午前10時～正午 対象 69歳以下で、

健康・衛生
 講座「胃がん予防とピロリ菌あれこれ」
 日時 3月25日(金)、午後2時～3時30分 対象 区内在住・在勤の方 内容 胃がん予防のための鍵を握るピロリ菌の学習 講師 青木哲氏(旭医院院長) 定員 30人 (2月28日から先着順) 申

健康・衛生
 講座「今からできる60歳からの男の健康チェック」
 日時 3月18日(金)、午後1時～2時30分 対象 おおむね60歳以上の男性 内容 60歳代からの男性が気をつけたい病気や生活習慣/健康チェック 講師 原田芳明氏(ハラダクリニック院長) 定員 40人 (2月28日から先着順) 申込 電話または窓口 場・申・問先 竹の塚保健総合センター地域保健係
 ☎(3855) 5082

健康・衛生
 講座「糖病撃退法」
 日時 3月14日(月)、午前10時～正午 対象 69歳以下で、

健康・衛生
 講座「胃がん予防とピロリ菌あれこれ」
 日時 3月25日(金)、午後2時～3時30分 対象 区内在住・在勤の方 内容 胃がん予防のための鍵を握るピロリ菌の学習 講師 青木哲氏(旭医院院長) 定員 30人 (2月28日から先着順) 申

健康・衛生
 講座「今からできる60歳からの男の健康チェック」
 日時 3月18日(金)、午後1時～2時30分 対象 おおむね60歳以上の男性 内容 60歳代からの男性が気をつけたい病気や生活習慣/健康チェック 講師 原田芳明氏(ハラダクリニック院長) 定員 40人 (2月28日から先着順) 申込 電話または窓口 場・申・問先 竹の塚保健総合センター地域保健係
 ☎(3855) 5082

心の健康を考えてみましょう

日時等=表2 申込=電話

表2 心の健康を考えてみましょう日時等

日時	場所	内容等	定員	申・問先(保健総合センター)
3/1(火)、午後2時～4時	生涯学習センター講堂(学びピア21内)	音楽とこころの健康(馬場存氏<精神科医>)	180人(先着順)	千住 ☎3388-4277
3/1(火)、午後3時～5時	東和保健総合センター	思春期の心と脳(成田奈緒子氏<小児科専門医>)	50人(先着順)	東和 ☎3606-4171
3/11(金)、午後2時～3時30分	中央本町保健総合センター	単身高齢者のアルコール依存症(後藤恵氏<成増厚生病院精神科医>)	30人(先着順)	中央本町 ☎3880-5352
3/15(火)、午後1時30分～3時	竹の塚保健総合センター	介護ウツとグリーフケア(悲嘆回復援助)(平山正美氏<精神科医>)	30人(先着順)	竹の塚 ☎3855-5082
3/26(土)、午後3時～4時30分	江北保健総合センター	こころの健康と睡眠(内山真氏<日本大学医学部精神医学系教授>)	50人(先着順)	江北 ☎3896-4004

※先着順は2月28日から受け付け開始

東京都24時間医療機関案内「ひまわり」 ☎5272-0303

※医療機関診療時間などの情報をいつでもお知らせしています

HP <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>
 携帯 <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/kt/>

足立区役所
 〒120-8510
 切手
 上記マークがある申し込みは、右の例を参照
 (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…Eメールアドレス
 ※費用の記載がないものは無料

子連れで参加できる親の学び場「風の子カルチャー」(4月～6月分)

日時等=表1 対象=生後2カ月～就学前の子ども保護者 ※子ども同伴で受講可 定員=各10人程度(抽選) 費用=1回500円×回数 ※材料費は別途必要 申込=往復ハガキに住所、氏名、電話番号、希望講座名、場所を明記し郵送 ※ハガキ1枚につき1講座、1人3枚まで。同一講座への複数申し込みは不可 期限=3月4日(金)消印有効

◆「風の子カルチャー」発表会
 日時等=3月13日(日)、午後0時30分～3時 場所=こども家庭支援センター 内容=風の子カルチャーの教室風景を公開 申込=不要 ※当日直接会場へ
 申・問先=区・こども家庭支援センター 〒120-0004東綾瀬1-5-17 ☎3606-1333
 問先=ボランティアグループ・風の子カルチャー事務局(午前10時～午後5時) ☎080-1242-3553

表1 風の子カルチャー(23年4月～6月分)日時等

曜日	場所	講座名	日程	時間
月	A	リズム&ストレッチ体操	4/4~6/27(5/2を除く)	午前
		アロマセラピー	4/11・25、5/9・23、6/6・20	
		チャレンジ着付け	4/11・25、5/9・23、6/13・27	
		エアロピクスA	4/4~6/27(5/2を除く)	
火	A	フラダンス入門A	4/5~6/28(5/3・31、6/21を除く)	午前
		作って演じる人形劇	4/5・19、5/10・17、6/7・21	
		フラワーアレンジメント	4/12、5/10、6/14	
		楽しい陶器上絵付け	4/26、5/24、6/28	
水	A	ヨーガ教室A	4/6~6/29(5/4を除く)	午前
		英語で子育てA	4/6・20、5/11・25、6/8・22	
		フットマッサージ	4/13・27、5/11・25、6/8・22	
		パッチワーク教室B	4/6・20、5/11・25、6/1・15	
木	A	英語で子育てB	4/13・27、5/18、6/1・15・29	午後
		ピラティスB	4/6~6/29(5/4を除く)	
		俳句で育児記録	4/7・21、5/12・26、6/2・16	
		初めてのミシン教室	4/7・21、5/12・26、6/2・16	
金	A	手作り縫い物教室	4/7~6/16(4/28、5/5・19を除く)	午前
		パンで描く透明水彩講座-初級-	4/14・28、5/12・26、6/9・16	
		エアロピクスB	4/7~6/30(5/5を除く)	
		実用書道	4/1・8、5/6・13、6/3・17	
土	A	パッチワーク教室A	4/1・15、5/6・20、6/3・17	午後
		基礎からの編み物(棒針)	4/8・22、5/13・27、6/10・24	
		基礎からの編み物(かぎ針)	4/1・15、5/6・20、6/3・17	
		バレエ教室	4/1~6/24(4/29を除く)	
日	A	ピラティスA	4/1~6/24(4/29を除く)	午前
		編みましょう! 藤クラフト	4/1・15、5/6・20、6/3・17	
		フラダンス入門B	4/8~6/24(4/29を除く)	
		うたを楽しむ(童謡など)	4/8・22、5/13・27、6/10・24	
月	A	ヨーガ教室B	4/1~6/24(4/29を除く)	午後
		太極拳	4/2~6/18(4/16・30、5/28を除く)	
火	A	お琴を楽しむ(生田流)	4/9・23、5/7・21、6/11・25	午前

※場所の「A」はこども家庭支援センター、「B」は愛恵まちづくり記念館(関原の森内)
 ※時間の「午前」は午前10時30分～正午、「午後」は午後1時30分～3時
 ※愛恵まちづくり記念館の駐車場は4月から使用不可

上記マークがある申し込みは、3面右上の記入例参照

女性の健康週間(3/1~8)

女子力アップでアンチエイジング

◆講演会「月経とメンタルヘルスを考える」
 日時=3月2日(水)、午前10時~11時30分 内容=月経と関連した精神症状や生活習慣 講師=川村諭氏(東京慈恵会医科大学精神医学講座医師) 定員=100人(先着順)
 ◆お口のうるおい測定
 日時=3月7日(月)・8日(火)、午前10時~午後4時 内容=むし歯や歯周病、口臭の原因となる口内の乾燥度合を測定
 ◆選んで計って何キロカロリー
 日時=3月7日(月)・8日(火)、午前10時~午後4時 内容=料理カードを使って、自分の食事の適量を知る
 ◆測定・体験コーナー
 日時=3月1日(火)~4日(金)・7日(月)・8日(火)、午前10時~午後4時 内容=体の脂肪や筋肉量、推定骨量の測定/乳房の形をした触診モデルを使った、乳がんのしこりの感覚を体験
 場所=区役所1階区民ロビー・庁舎ホール
 申込=不要 ※当日直接会場へ 問先=健康づくり係 ☎3880-5433

健康・衛生

健康・衛生は、3面からの続きです

このころの健康 フェスティバル

日時=3月5日(土)、午前10時30分~午後4時 場所=区役所庁舎ホール・1階区民ロビー・正面広場 内容等=第十一中学校吹奏楽部演奏/知的障がい児を支援する音楽グループ「和音」ミニコンサート/シンポジウム「精神保健

【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)

上の区役所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

仕事・経営

福祉の15年の歩みと明日/舞台発表/模擬店/バザーなど ※くわしくは当日会場配布するパンフレットを参照
 申込=不要 ※当日直接会場へ 問先=保健医療係 ☎(3880)5358

人を雇う時のルールを学ぼう・労務管理体制見直しセミナー&個別相談会

日時=3月24日(木)、午後3時~5時 場所=あだち産業センター 対象=中小企業経営者、人事・労務担当者 内容=従業員採用時における注意点/企業に合った労働条件策定の解説/就業規則・労働契約などに関する個別相談会(希望者のみ。午後4時~5時) 講師=石上均氏(特定社会保険労務士) 定員=20名 申し込み=30人 相談会=5社 ※いずれも2月26日か

献血(3月分)

受付時に、運転免許証や保険証など、本人確認ができるものを提示してください。

日程	場所	時間
3(木)	西新井消防署(伊興2-5-11)	午前9時30分~11時30分/午後0時50分~4時
10(木)	保木間小学校	午前9時30分~11時30分/午後0時45分~4時

問先=都・赤十字血液センター ☎5534-7550
 区・衛生管理係 ☎3880-5891

休日接骨院当番所(3月分)

骨折や脱きゅう、ねんざ・打撲などの応急施術を当番制で行っています。

日程	施術所名	所在地	電話番号
6(日)	佐藤整骨院	竹の塚7-8-5第2コーポ クリーンライト	3860-5171
	田口接骨院	東和4-9-8	5682-2682
13(日)	花畑名倉堂接骨院	花畑3-35-5	5242-8760
	森山接骨院	梅島2-3-16	3849-4747
20(日)	大久保整骨院	東綾瀬3-12-5	3606-8550
	新藤接骨院	西新井栄町3-9-1	3886-5259
21(祝)	松原接骨院	花畑4-14-12	3885-5338
	柳沼整骨院	古千谷本町1-10-2	3897-7451
27(日)	かぶと整骨院	東綾瀬1-23-3パレ綾瀬102	6410-5735
	ワールドスポーツ整骨院	竹の塚6-16-7ワールドビル2F	5242-6054

※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

マッチングクリエイターセミナー「わが社はこれで元気になった」

日時=3月16日(水)、午後7時~9時 対象=中小企業経営者または従業員 内容=企業の事業承継などに関する事例紹介とその解説 講師=印南英一氏(株印南製作所代表取締役)/区・マッチングクリエイター(中小企業訪問相談員) 定員=30人(2月28日)

◆従業員が20人以上の場合
 雇用する従業員が20人以上の区内事業所は足立区医師会にお問い合せください。
 問先=足立区医師会 ☎(3840)2111

区内小規模事業所を対象とした健康診断

◆従業員が20人未満の場合
 対象=雇用する従業員が常に20人未満の区内事業所 内容=労働安全衛生法による従業員(事業主も含む)の健康診断 申込=電話(3月1日から先着順) ※日時など、くわしくはお問い合わせください。
 場・申・問先=区・保健総合センター(下記健康カレンダー参照)

相談名	対象・内容	中央本町保健総合センター ☎3880-5351	竹の塚保健総合センター ☎3855-5082	千住保健総合センター ☎3888-4277	江北保健総合センター ☎3896-4004	東和保健総合センター ☎3606-4171	申込・費用等
健康相談	中学生以上の方のための保健相談(肺がん検診は40歳以上の方)	10(木)、午前9時~10時	7(月)、午前9時~10時30分	-	1(火)、午前9時~10時	8(火)、午前9時~10時30分	予約不要 検査は有料
心の健康相談	不眠、いらいらなど心の悩みについて、専門医による相談	23(水)、午後	15(火)、午後	11(金)、午後	8(火)、午前	14(月)、午後	電話予約 ※左記日程以外にも保健師による相談を随時受け付け
うつ相談	うつかもしれない方への専門医による相談	-	-	24(木)、午後	-	-	
アルコール相談	お酒がやめられない方への専門医による相談	-	23(水)、午後	-	-	-	
思春期相談	ひきこもり・対人恐怖症・不登校など専門医による相談	-	10(木)、午前	-	-	23(水)、午後	
もの忘れ相談	高齢者のもの忘れ(認知症)について、専門医による相談	-	24(木)、午後	-	16(水)、午後	7(月)、午前	電話予約
マタニティ歯科相談	妊娠中の方の歯科健診と相談	15(火)、午後	24(木)、午後	-	25(金)、午後	-	
こんにち歯・ひろば	10カ月~1歳2カ月の子どもの親子歯科相談と歯みがき準備の話	7(月)・17(木)、午後	17(木)、午前22(火)、午後	15(火)、午後	2(水)・16(水)、午後	2(水)・16(水)、午後	
子育てと栄養相談	育児・栄養・歯の相談 乳幼児の身長・体重測定	18(金)、午前9時15分~10時15分	15(火)、午後1時~2時	2(水)、午後1時30分~2時30分	11(金)、午前9時15分~10時15分	2(水)、午前9時15分~10時15分	予約不要
HIV抗体検査	10(木)、午後1時30分~2時20分…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) 24(木)、午後1時30分~2時…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 ※中央本町保健総合センターでのみ行っています。なお、エイズ相談は、保健総合センターで随時受け付け						電話予約 ※匿名可

3月10日は「東京都平和の日」都では3月10日を「東京都平和の日」と定め、東京大空襲をはじめ戦災で亡くなった方の冥福と世界の恒久平和を祈念する行事を行います。区では、当日午後1時から1分間の黙とうを行います。ご協力をお願いします。 問先=都・文化事業課 ☎5388-3141 区・人権推進係 ☎3880-5497

土地・建物・道路

都市計画の告示

内容 東京都都市計画地区計画新田地区地区計画の変更(新田二・三丁目各地内) ※都市計画の内容は、住宅・都市計画課都市計画係または区のホームページで閲覧可 告示日 2月15日(火) 問先 都市計画係 (3880) 5280

福祉

73歳以上の区民に無料マッサージ(3月分)

日程等 4日(金)・18日(金)：千住あずま住区センター1分室 8日(火)・22日(火)：竹の塚障がい福祉館 受付時間 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

もの忘れ相談(3月分)

日程等 表1 対象 65歳以上の方とその家族 申込 電話または窓口 問先 介護予防係 (3880) 5885

表1 もの忘れ相談日程等(3月分)

Table with 3 columns: 日程, 申・問先(地域包括支援センター), 電話番号. Rows include dates from 4th to 26th with corresponding locations and phone numbers.

介護予防「らくらく教室」(10日制)

日時 4月10日～6月12日の毎週日曜日、午前10時～正午 対象 区内在住の65歳以上で、介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方 内容 転倒予防の体操・トレーニングなど 定員 20人(選考) 申込 電話または窓口 期限 3月26日(土) 場・申・問先 日介ケアセンター 花畑(花畑6-16-1) (5851) 3373

暮らし

野鳥モニター募集

対象 次のすべての当てはまる方：区内在住・在勤・在学 または区内の自然環境に関する活動をしている 20歳以上 / 野鳥の種類を識別できる 内容 指定地域の調査と報告(2カ月に1回) / 活動報告会・研修会などへの出席 募

地域包括支援センター介護(予防)教室(3月分)

Table with 3 columns: 日時, 内容等, 問先. Lists various classes like '楽しく認知症予防', '健康体操教室', '転倒予防体操' with dates, locations, and contact info.

※先着順は2月26日から受け付け開始 ※「申込」の記載がないものは申し込み不要。当日直接会場へ ※「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

上記マークがある申し込みは、4面右上の記入例参照

区内NPO団体の情報は「あだち協働パートナーサイト」で

集人数 若干名(選考) 期 4月1日～24年3月31日 申込 ハガキ・ファクス・Eメールで住所、氏名、電話番号、応募理由を区へ連絡 期限 3月15日(火)必着 申・問先 自然再生担当 (3880) 5026 (3880) 5626 kankyo-shizen@city.adachi.tokyo.jp

あだち協働パートナーサイト ホームページアドレス http://adachi-kyodo.genki365.net ※区のホームページのトップ画面右にある「協働」のアイコンをクリックしても閲覧可 内容 スタッフ・ポ

ランティア募集情報の公開 ※協働パートナーサイトに情報を掲載したいNPO団体の方は要連絡 問先 NPO活動支援センター(日・月曜日、祝日休館) (3840) 2331

暮らしは、6面に続きます

24年度4月以降採用の特別区職員をめざしませんか

24年4月以降採用特別区職員採用試験・選考 日程等 表2 試験案内配布場所 東京23区の区役所/特別区人事委員会事務局任用課 ※告示日以降に配布。受験資格など、くわしくは試験案内または特別区人事委員会のホームページを参照 問先 特別区人事委員会事務局任用課採用係 (5210) 9787 http://www.tokyo23city.or.jp/区・人事係 (3880) 5831

表2 特別区職員採用試験・選考日程等

Table with 5 columns: 項目, I類採用試験, III類採用試験, 経験者採用試験・選考, 身体障害者を対象とする採用選考. Rows show dates for application, exam, and results.

足立のごと知らないなんてもったいない!! 23年度足立区職員採用案内を配布中

内容 数字で分かる足立区や区の重点施策、先輩職員の声のほか、俳優の武田鉄矢さんを始めとした著名人が足立区への思いを語るインタビュー記事を掲載 配布場所 人事課人事係、区役所総合案内、区民事務所、中央図書館、総合スポーツセンター ※区のホームページからもダウンロード可 問先 人事係 (3880) 5831

新卒高校生等 合同就職面接会

日時 3月16日(水)、午後1時～4時 場所 東京芸術センター9階 対象 3月卒業予定の高校生/20年3月以降に高校を卒業し、未就業またはアルバイトなどを行っている方 内容 正社員を募集している企業(10社程度)との合同面接会 ※希望者には、午前10時からカウンセラーによる面接対策あり 持ち物 筆記用具/履歴書 ※3月卒業予定の高校生は調査書も必要。書類は面接を受ける企業分必要 定員 50人(2月28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、「3/16面接会」を連絡 ※参加企業名は区のホームページをご覧になるか、お問い合わせください。 申・問先 (株)インテリジェンス就職支援部 (6386) 9151 adachi316@inte.co.jp 問先 就労支援係 (3880) 5469

「春の建築物防災週間(3/1~7)」に住まいなどの耐震の点検を 日ごろから、建物やブロック塀などの点検を行い、災害時に備えましょう。区では、住宅の耐震診断・改修工事の助成などを行っていますので、ぜひご相談ください。 問先 建築防災係 (3880) 5952

【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/>

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

暮らし

暮らしは、5面からの続きです

区が保有する個人情報
の目的外利用・外部提供に関する意見募集

次の事業について、意見を募集します。 ※意見の提出方法など、くわしく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。

◆「区と契約中または契約を希望している企業の商号および役員の名・住所、暴力団等との関係など」の外部提供

外部提供先 警視庁 提供理由 区の契約から暴力団等反社会的団体の介入を排除するため 提出期限 3月4日(金) 問先 契約課工事契約係

☎(3880)5832

◆「区に住居登録している75歳以上の高齢者の要介護度」の目的外利用

利用理由 高齢者の見守り活動事業で、地域包括支援センターに寄せられる高齢者の安

暮らし

暮らしは、5面からの続きです

区が保有する個人情報
の目的外利用・外部提供に関する意見募集

次の事業について、意見を募集します。 ※意見の提出方法など、くわしく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。

◆「区と契約中または契約を希望している企業の商号および役員の名・住所、暴力団等との関係など」の外部提供

外部提供先 警視庁 提供理由 区の契約から暴力団等反社会的団体の介入を排除するため 提出期限 3月4日(金) 問先 契約課工事契約係

☎(3880)5832

◆「区に住居登録している75歳以上の高齢者の要介護度」の目的外利用

利用理由 高齢者の見守り活動事業で、地域包括支援センターに寄せられる高齢者の安

TASKものづくり大賞で快挙! 足立区企業が10製品入賞

台東区(T)、荒川区(A)、足立区(A)、墨田区(S)、葛飾区(K)の5区が共同でものづくり産業の活性化をめざすプロジェクト「TASK」が募集した「TASKものづくり大賞」で、入賞18製品のうち、10製品が区内企業からの製品という成果を収めました。受賞企業はすべて足立ブランド認定企業で、区の経営支援セミナーを受講し、新製品の開発に磨きをかけました。区は、今後も区内ものづくり産業を支援していきます。 問先=工業係 ☎3880-5869

審議会等の公開(3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	8(火)	午後3時~4時30分	区役所	建築調整課建築防災係 ☎3880-5952
地域保健福祉推進協議会健康あたち21専門部会	14(月)			健康づくり課事業調整担当 ☎3880-5433
景観審議会	17(木)	午後2時~4時		住宅・都市計画課景観計画係 ☎3880-5738
成年後見制度審査会(一部、非公開となる場合があります)	18(金)		福祉管理課調整担当 ☎3880-5732	
社会教育委員会	22(火)	午後1時~3時	生涯学習センター	中央図書館管理係 ☎5813-3749
情報公開・個人情報保護審議会	24(木)		区役所	区民の声相談課情報公開担当 ☎3880-5225
地域保健福祉推進協議会	29(火)	午後2時~4時	こども科学館(ギャラクシティ内)	福祉管理課調整担当 ☎3880-5732

キャラクシティの催し(3月分)

◆「プラネタリウムの催し」

▽春の新春組

期間 3月5日~6月26日の土・日曜日、祝日、春休み期間中の平日 内容等 1. ロケットとくんとちいさな探査機(タンスちゃん(生き物探しの旅)) 2. 午前11時/午後2時15分 ※春休み期間中の平日は午後2時15分のみ 3. 午後2時15分/午後3時30分 ※春休み期間中の平日は午後1時のみ 費用 200円(小・中学生は100円) ※就学前の子どもの座席使用はチケットが必要 申込 当日午前9時から発売のチケットを購入

▽星空CDコンサート

日時等 5日:植村花菜

シニア

◆「ゆめ広場」

日時等 12日(土):加山雄三 19日(日):Perfume 26日(日):Queen ※いずれも土曜日、午後6時開演 内容 プラネタリウムの星空の下でCDによる音楽鑑賞 費用 200円(小・中学生は100円) ※就学前の子どもの座席使用はチケットが必要。中学生以下は保護者同伴。12日・19日は区民無料 申込 当日午前9時から発売のチケットを購入

▽プラネタリウムクラブ

日時 13日(日)、午前10時~10時25分(午前9時45分受け付け開始) 内容 北斗七星と北極星の話 定員 200人(先着順)

◆「おはなし会」

日時 12日(土)・19日(日)、午前11時~11時30分 対象 就学前の子どもの保護者 内容 絵本の読み語りやパネル

◆「中高生すべーす」

日時等 12日(土):ゲーム大会 19日(日):飛ばして遊ぼう、午後2時~4時 対象 小学生以下の方 ※小学3年生以下の方は保護者同伴。材料がなくなり次第、受け付け終了

◆「中高生のためのドラマレックス」

日時等 12日(土)入門編:29日(火) 19日(日) 27日(日):飛ばして遊ぼう、午後2時~4時 対象 小学生以下の方 ※小学3年生以下の方は保護者同伴。材料がなくなり次第、受け付け終了

◆「中高生すべーす」

日時等 12日(土):ゲーム大会 19日(日):飛ばして遊ぼう、午後2時~4時 対象 小学生以下の方 ※小学3年生以下の方は保護者同伴。材料がなくなり次第、受け付け終了

◆「中高生すべーす」

日時等 12日(土):ゲーム大会 19日(日):飛ばして遊ぼう、午後2時~4時 対象 小学生以下の方 ※小学3年生以下の方は保護者同伴。材料がなくなり次第、受け付け終了

表1 宿泊施設利用案内(5月分)

利用施設	対象	5月の利用できない日	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)	区内在住・在勤の方とその同伴者・区内の社会教育団体	▷宿泊棟…10~11、25~26	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)		▷バンガロー・常設テント・幕営地…10~11	
鋸南自然の家 ☎0470-55-4770 (予約専用)		8~13、15~20、22~27、29~31	
		2、6、8~13、15~20、22~27、29~31	

※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。くわしくは、各施設にお問い合わせください。

利用施設	対象	受付時間
ゆがわら 水の香里 ☎0120-543-405 受付時間=午前9時~午後8時 HP http://www.mizunokaori.com/	区内在住・在勤・在学の方	利用希望日の6カ月前の同日から電話受け付け ※65歳以上または身体障がい者に割引あり ※大人1人7,200円(1泊2食付き)
四季倶楽部 ベルフォーレ那須(予約センター) ☎5695-2500 受付時間=午前9時~午後5時 HP http://www.shikiresorts.com/p		▷在住の方…利用希望月の2カ月前の1日から電話受け付け ▷在勤・在学の方…利用希望日の2カ月前の同日から電話受け付け ※大人1人5,250円(1泊朝食付き)などのプランあり ※布団の上げ下ろしはセルフサービス ※歯ブラシ、ひげそり、シャワーキャップはついていません

※予約の際、足立区在住・在勤・在学を連絡。フロントで住所、勤務(通学)先が分かる物の提示が必要
※施設・料金については、利用施設にお問い合わせるか、区民事務所・生涯学習関連施設で配布しているチラシまたは区のホームページを参照

宿泊施設インフォメーション(5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 休館日等 表1

各施設予約電話へ(表1)

宿泊に関する問い合わせは、各施設予約電話へ(表1)

道路はみんなのもの! (3月は道路交通環境整備強化推進月間)

区では期間中、道路の交通環境の改善に向けて、警察署と合同で啓発活動を行います。道路に商品やのぼり旗・看板を置かないなど、道路交通環境整備へのご協力をお願いします。 問先=監察係 ☎3880-5265

図書館の休館(3月分)

日程等=表2 問い合わせ先=中央図書館 ☎5813-3740

表2 図書館の休館日程等(3月分)

図書館名	日程
常東	1(火)・7(月)・14(月)・21(祝)・22(火)・28(月)・31(木)
宮城	1(火)・7(月)・14(月)・21(祝)・28(月)・31(木)
佐野	1(火)~25(金)・31(木)
中央/竹の塚/やよい/保塚/鹿浜	14(月)・31(木)
新田	6(日)・31(木)
東和/舎人/江北/興本/伊興/梅田/花畑	22(火)・31(木)

「春の施設見学会」
日時等 3月29日(火)、午前8時30分~午後4時30分 対象 区内在住・在勤・在学で小学生以上の方 ※小学生は保護者同伴 内容 中央防波堤外側埋立処分場、東京臨海防衛公園の見学 定員 80人 (抽選) 費用 1千円(昼食代) 申込 往復ハガキに住居、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、「施設見学会」を明記し郵送 期限 3月8日(火)必着 申・問先 あ

郷土博物館の映画会(3月分)
日時 12日(土)、午前11時~正午 ※無料公開日 内容 鹿沼の天念仏(33分) : 農民信仰に根ざした鹿沼市の行事 彫刻屋台を支える技(30分) : 鹿沼の彫刻屋台を修復する伝統の技術 申込 不要 ※当日直接会場へ 場・問先 郷土博物館 ☎(3620) 9393

ウォーキング教室(3月分)
日時 6日(日)、午前8時30分~正午 場所 都立東綾瀬公園 日等 3月2日(水)、午後2時30分開始 申込 当日午前11時から区役所1階区民ロビーで配布する整理券を持参 ※先着約100人。出品数によって変更あり。購入は1人1点のみ 場所 区役所1階区民ロビー 問先 農業係 ☎(3880) 5866

春花品評展示会
日時 3月1日(火)、午後1時~5時 / 3月2日(水)、午前8時30分~正午 内容 区内の花の農家が栽培したデージーや雪柳などの展示
◆展示品のチャリティー販売
日時 3月2日(水)、午後2時30分開始 申込 当日午前11時から区役所1階区民ロビーで配布する整理券を持参 ※先着約100人。出品数によって変更あり。購入は1人1点のみ 場所 区役所1階区民ロビー 問先 農業係 ☎(3880) 5866

図書館子ども映画会(3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 ☎5813-3740	6(日)、午後2時~2時30分	「くまのコールテンくん」「ハッピー・バースデイ、ムーン」
	13(日)、午後2時~2時30分	「かしき長者」「ソラ豆の黒いすじ」
	20(日)、午後2時~2時30分	「ワニくんのバナナ」「むしゃむしゃもぐもぐモグモラン」
	27(日)、午後2時~2時30分	「ちびねこチョコビ」
鹿浜 ☎3857-6551	12(土)、午後2時~2時45分	「そんごろう」「くるみわり人形」
伊興 ☎3857-6537	13(日)、午後4時~4時30分	「花いっぱいになあれ」「いのしし『うりっこ』のぼうけん」
梅田 ☎3840-4646	19(土)、午後3時~3時50分	「花さかじいさん」「かくや姫」「トッピーくんとおほしさま」
花畑 ☎3850-2601	23(水)、午後3時~3時30分	「ちびねこチョコビとおともだち」
やよい ☎3852-1433	23(水)、午後4時~4時30分	「きんぎょがにげた」
興本 ☎3889-0370	27(日)、午後2時~2時30分	「ぼくは王さま1」「おしゃべりなたまごやき」
竹の塚 ☎3859-9966	29(火)、午後3時~4時	「うしろのせきのオチアイくん うしろのせきは、コワイ!」「金太郎」「おむすびころりん」

上記マークがある申し込みは、6面右上の記入例参照
園く小菅東スポーツ公園(荒川河川敷)五反野親水緑道方面(約8km) ※雨天・荒天時中止 対象 区内または近隣地域在住の方 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 30人(2月28日から先着順) 申込 電話またはファクスで住所、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) 5606

☆催し物☆
☆起業家&芸術家イベント「スプリング市」 2月27日(日)、午前11時~午後6時 / シアター1010・アトリエ / 起業家ワークショップ、ミニコンサートなど / 無料 / 当日直接会場へ / NPO法人アン・トネットあだち ☎(5813) 7825



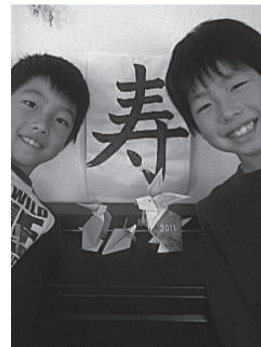
携帯deあだち

携帯deうさぎ 作品発表

皆さんから募集した、あだち広報1月1日号を折って作ったうさぎの携帯写真を、一言コメントと共に紹介します。ご応募ありがとうございました。 ※紙面で紹介できなかった写真は、区のホームページと携帯サイトで紹介



1歳の娘のために折っていたのに出来上がった時には夢の世界へ(*^^*)



お兄ちゃんが広報紙で折り、弟はお兄ちゃんに教えてもらいながら折りました。



昨年生まれ、はじめてのお正月を迎えた娘です。大好きなお父さんは、年男。



我が家のうさぎは、今日もげんきです(-) /



今年は長女が年女です。家にあるうさぎを集めて撮りました。



お気に入りのうさぎのぬいぐるみと一緒に。今年も元気に過ごせますように。



ママが折ったうさぎを見てぴんぴんうさぎの真似~。

「携帯deおすすめスポット」募集

皆さんがまちで見つけた区内のおすすめスポットの写真を随時募集しています。撮影対象は区の公共施設に限りません。「夕焼けや富士山がきれいに見える所」など、あなたの「お気に入りの足立区」を撮影し、応募してください。申込=区の携帯サイト (<http://www.city.ada-chi.tokyo.jp/mobile/>) から「携帯deあだち」のページに入り、携帯メールを送信 ※くわしくは携帯サイトをご覧ください。 申・問先=広報係 ☎3880-5815



携帯電話から利用する場合の二次元コード

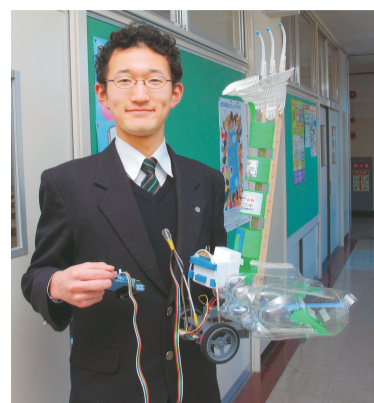
22年度全国中学校アイテアロボットコンテスト 東京都大会応用部門 優勝

第六中学校3年生
瀬田凜さん

宝物とたたえる自作の ロボットで、都大会優勝

進学後は、高校ロボコンで優勝したい

区大会のトーナメントで6回勝ち、優勝。続いて出場した都大会でも51チームで争う予選・決勝トーナメントを勝ち抜いて優勝した。ロボットの製作、操縦ともに瀬田さんが1人で行った。「かけがえのない宝物で、信頼できるパートナー」と、彼は自分のロボットをたたえる。高校に進学してもロボット製作を続けるという。高校ロボコンで優勝するという目標を立て、技術者になるという夢にまい進する。



▲自慢のロボット「ブレードランナー」を手にする瀬田さん

飛び出せ！ 輝け！ あだちっ子

区では、たくさんの小・中学生がスポーツやものづくり、芸術文化など様々なことに取り組んでいます。特集では、未来へ躍進する期待の新星を紹介します。

問い合わせ先＝教育政策課庶務係 ☎3880-5961

区のホームページ
動画 de あだち「輝けあだち人 キッズ編」では、この紙面で紹介したほかにも活躍する子どもたちを動画で紹介しています。問い合わせ先＝広報係 ☎3880-5815
区のホームページアドレス
http://www.city.adachi.tokyo.jp/

リトルリーグ 世界チャンピオン

第十中学校1年生
乗松良多さん(左) 齋藤壮さん(右)

リトルリーグ世界一！松坂大 輔選手も成し得なかった快挙



第十中学校の2人が世界一に

大リーグ・ボストンレッドソックスの松坂大輔選手らを輩出した江戸川南リトルが22年8月、リトルリーグ世界選手権を勝ち抜き、世界一に輝いた。そのメンバー、乗松良多さんと齋藤壮さんは第十中学校の1年生。優勝の瞬間は「とにかくうれしかった」という。



▲共にショートで守備練習に励む二人

それぞれの個性を生かして

主将を務めた乗松さんは「積極的に声を出してチームをまとめるのが得意」という、根っからのキャプテン。世界大会では7割近い打率を残した。齋藤さんは、キャッチャーや外野など、複数のポジションを守る「ユーティリティープレイヤー」。個性を生かし、それぞれ優勝に貢献した。

Q 大会当日に心掛けたことは？
攻める気持ち。素晴らしい環境だったので、はつらつとプレーできた。(乗松さん)

Q 心に残る指導者の言葉は？
体が小さくても、自分の役割をしっかりとこなしていけば、いい選手になれる。(齋藤さん)

Q 将来の夢は？
プロ野球選手になり、日本代表に選ばれたい。(乗松さん)
まずはシニアの大会で全国制覇したい。(齋藤さん)



◀世界大会では3番を任された乗松さん。快音を連発する



▲落差のある変化球でも難なく捕球する齋藤さん

全日本マーチングコンテスト 金賞受賞

第十一中学校・第十四中学校

第十一中学校吹奏楽部
2年生
平間彩夏さん



練習の成果を発揮

コンテストに出場した部員は総勢65人。「Rocky Point Holiday」など4曲を演奏した。夏休みもほとんど休みなしで練習した成果は、マーチングの評価ポイントである演奏・隊列・姿勢それぞれに発揮できた。平間さんは「一つにまとまったときは気持ちよかった」と笑顔。



▲2年生のリーダーたち

たくさんの方に支えられて受賞できた

「全体練習をするときには広い場所が必要です。校庭を使ってくれた運動部や弘道第一小学校の協力があってはじめて、受賞できたと思います」と平間さん。「大人になっても音楽を続けられるよう、これからも頑張りたい」と将来の目標を語った。

Q 大会当日に心掛けたことは？
会場の大阪城ホールは広く、観客席には大勢のお客さんがいました。自分たちも楽しんで、お客さんに「マーチングってかっこいいな」と思ってもらえるような演奏を心掛けました。

Q 心に残る先生の言葉は？
頭は冷静に、ハートは熱く。



▲マーチングの練習のため、足踏みをしながら演奏する

黄金時代到来！ 十一中と十四中が金賞を同時獲得

「刺激し合えるよい仲間」という第十一中学校と第十四中学校の吹奏楽部が快挙を達成。昨年11月に大阪で開かれた第23回全日本マーチングコンテスト中学の部で、両校ともに金賞を獲得しました。

第十四中学校吹奏楽部
3年生
森口葉奈さん(右)
村木凌さん(左)



それほど緊張しなかった

部員数が100人を超える十四中吹奏楽部。コンテストには77人で参加した。十一中同様に3年連続出場で、1年生のときから「全国を知る」森口さんや村木さんはそれほど緊張しなかったという。

「安心した」というのが本音です

小柄ながらチューバという大きな楽器を担当する森口さんは「うれしかったのはもちろん、賞を取れて安心したというのが本音です」と語り、打楽器を担当する大柄な村木さんは「この部活で出会えた仲間たちと貴重な経験ができてよかった」と受賞を振り返った。



▲学校での練習風景。うまいくまで繰り返し演奏



▲全国の舞台上で堂々と演奏する部員たち
(写真提供：㈱エコーフィルムプロダクション)

Q 大会当日に心掛けたことは？
「練習通りにやろう」と心掛けました。そうすれば大丈夫だと、自信を持って大会に臨めました。(森口さん)

Q 心に残る先生の言葉は？
賞を取ることよりも、お客さんを喜ばすことが大切。(森口さん)
自分たちが出場したことによって出られなかった他校の分まで頑張れ。(村木さん)

キラリと輝く 新星たち

ベスト更新が一番の喜び。 姉と一緒に世界をめざす

加賀中学校2年 布施谷結花さん



「自分はまだまだ。もっと技術を伸ばしたい」と向上心にあふれる。姉と一緒にオリンピックへの出場が夢だ。

第50回
全国中学校
水泳競技大会
女子100m
自由形
第3位

しっかり組んで一本を取りにい く柔道で全国3位

中川東小学校5年生 平田樹さん



「来年こそは優勝したい」と雪辱を期す平田さん。柔道を始めるきっかけになった2つ上の兄・直樹さんに続いての褒賞受賞。

全国小学生
学年別柔道大会
小学5年生女子
40kg超級
第3位

大好きなスキーで 勝利へまっしぐら！

入谷中学校1年 中渡智香さん



「滑っているときのスピード感が好き」という中渡さん。集中するためのイメージトレーニングも勝利の秘訣だ。

第29回
南関東ブロック
KCJスキー
選手権
第1位

フライングディスクの2種目 (アキュラシー(正確性)、ディス タンス(距離))で全国4位入賞！

第六中学校3年生
上野桃花さん

中学卒業後はクラブチームで競技を続け、「2年後に東京で開催される全国障害者スポーツ大会では優勝したい」と意気込む。



第10回
全国障害者
スポーツ大会
第4位

夢のオリンピック金メダルへ 大きくジャンプ！

東伊興小学校3年生 高橋京佑さん

兄の影響で、幼稚園の年長からトランポリンを始めた高橋さん。毎日の練習を欠かさず、空中2回転ひねりの技も習得！



第38回
全日本ジュニア
トランポリン
競技選手権大会
第1位

ひよんなきっかけと 繊細な感性でみごと受賞

中川小学校6年 戸高美侑さん



夏休みの宿題で考えた俳句「うえぎばち かれてる花も 夏の花」で入賞が決まったときは「びっくりした」という。読書が好きで、小林一茶にも関心があるそう。

平成22年度
全国小中学生
俳句大会
一茶まつり
大賞

身近で自然を体感! 「あだち自然の遊び場」3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

桑袋ビオトープ公園 生き物のつながりを感じる

◆ドロバチハウスづくり

日3月13日(日)、午後2時～3時 内竹筒などでハチのすみかを作り、園内に設置する 定20人(先着順) 申不要 ※当日直接会場へ



▲竹筒に巣を作るドロバチの習性を利用した工作です

◆ドングリの苗木を植えてみよう

日3月20日(日)、午前10時～正午 内公園内の林にドングリの実がなるコナラ、クヌギの苗木を植える 定20人(抽選) ※小学生以下の子どもは保護者同伴 申往復ハガキ・ファクス・Eメール(携帯メール不可)または直接窓口に希望者全員の住所、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3月8日(火)必着

—いずれも—

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



◀植える苗はドングリから育てたものです

荒川ビジターセンター 荒川を楽しもう

◆川あるきの日

日3月6日(日)、午前10時～正午 場 鹿浜橋～江北橋右岸 ※鹿浜橋下右岸集合 内草花や昆虫・野鳥などを観察しながら、河川敷を歩く 持帽子/水筒 ※動きやすい服装、防寒具、雨天の場合は雨具 定20人(先着順)

◆あらかわ自然たんけん! わんどであそぼう

日3月13日(日)、午後1時30分～3時 ※午後1時受け付け開始 場 わんど広場 ※荒川ビジターセンター集合 内春の荒川で虫探しや原っぱ探検、水辺の生き物探しをする 持帽子/水筒 ※汚れてもよい服装 定30人(先着順)

—いずれも—

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



▲だんだん暖かくなる季節。春を探しましょう

生物園 様々な生物の姿に学ぶ

◆公園の自然ウォッチング

日3月16日(水)、午後3時～4時 ※午後2時30分受け付け開始 対小学生 内元洲江公園で春の生き物探しをする 定15人(先着順) 料入園料のみ 申不要 ※当日直接会場へ

◆チョウの飼育体験教室

日3月21日(祝)、午後1時30分～2時 ※午前9時30分受け付け開始 内生物園のチョウの飼育体験をする 定20人(先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴 料入園料のみ 申不要 ※当日直接会場へ

◆カブトムシ・クワガタムシ飼育ボランティア募集

日4月から1年間 対高校生以上の方 内採卵や幼虫の世話、羽化した成虫の展示作業など 定15人(抽選) 料600円(保険料) 申往復ハガキに希望者の住所、氏名(フリガナ・未成年の方は保護者名)、学年(年齢)、電話番号、「カブト・クワガタ飼育ボランティア応募」を連絡(返信面にも宛名を記入) 締4月10日(日)必着

—いずれも—

場問 生物園 〒121-0064保木間2-17-1 ☎3884-5577



▲生き物が活発になり始める季節。どんな生き物に出合えるでしょうか



▲1年間かけて、カブトムシ・クワガタムシを育てませんか

都市農業公園 土や草木の手触りを実感

◆植物観察会「野菜の花ってどんな花?」

日3月5日(土)、午後1時30分～3時 内様々な野菜の花の紹介

◆ハーブミニ講座「ラベンダーについて」

日3月12日(土)、午後1時30分～3時 内ラベンダーの苗の選び方、育て方

◆園芸教室「夏咲き球根の植え付け」

日3月15日(火)、午後1時30分～3時 内夏咲き球根の植え付け時期や育て方、管理方法

—いずれも—

※緑の相談所(都市農業公園内) 集合 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

◆初心者陶芸体験教室

日3月19日(土)、午前10時～11時30分/午後1時30分～3時 対区内在住・在勤・在学の方 内陶芸工房「穂多里」会員に教わりながら、湯飲みなどの陶芸作品を作る 定各16人(抽選)

◆ハーブ教室「ハーブクッキーづくりとハーブティーの楽しみ方」

日3月26日(土)、午前10時～正午/午後1時30分～3時30分 対区内在住・在勤・在学で小学1年生以上の方 ※小学3年生以下の方は保護者と参加 内オートミール・ミント入りのサクサククッキーを作る 定



▲手作りのハーブクッキーとハーブティーで優雅なひとときを過ごしましょう

各20人(抽選)

—いずれも—

料1人500円 申往復ハガキまたはEメール(携帯メール不可)で希望者全員の住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、教室名、希望時間を連絡 ※1通で2人まで 締3月4日(金)必着

◆「都市農業公園写真展(4月17日～5月8日)」作品募集

内園内で植物や生き物、風景などを撮影した写真 申写真の裏に申込用紙を貼り、持参または郵送 ※1人1点。サイズ不問。申込用紙は都市農業公園で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 締4月10日(日)必着 ※応募作品は展示期間終了後、来園して引き取り

場 申問 都市農業公園 〒123-0864 鹿浜2-44-1 ☎3853-4114
✉ toshinou@city.adachi.tokyo.jp

◆自然環境館の催し

▷古民家で雛飾りを作ろう

日2月27日(日)、午後1時30分～2時30分 ※自然環境館(都市農業公園内) 集合 内草や花などで雛飾りを作る

▷都市農業公園ガイドツアー

日3月6日(日)、午後1時30分～2時30分

※自然環境館(都市農業公園内) 集合 内解説員による園内の見どころ紹介

—いずれも—

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 場問 自然環境館(都市農業公園内)

☎3853-8010

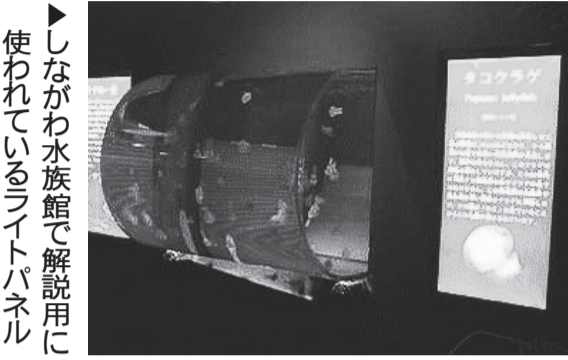
別冊 わたしの便利帳 を全戸配布します (医療機関のご案内)

配布期間=3月1日～25日 ※配布期間を過ぎても届かない場合はご連絡ください。 問先=▷配布もれ…ケイエスヨミネット ☎3888-3355 ▷わたしの便利帳…区・広報係 ☎3880-5815

創業5年以上の企業の新事業を支援 **ビジネスチャレンジ**

技術支援も受けながら 薄型パネルを開発

アートレーザー技研株式会社 代表 吉田正雄さん



「不況を打ち破る新商品がほしい」。吉田さんが一念発起し、薄型・省エネパネルの開発に踏み切ったのは平成17年。その挑戦を後押ししたの

は、区が創業5年以上の企業の新事業を支援する「ビジネスチャレンジコース」だった。年間500万円の助成金は大きい。よりよい素材の調達や特許申請など、運転資金に当てることができた」と吉田さんは語る。また、支援の一環として、電機メーカー出身の区の相談員が吉田さんを技術・経営の両面で支援した。電機の専門家としての技術的なアドバイスや、都立産業技術研究センターへの顔つなぎも吉田さんには心強かった。約1年の試行錯誤の後「ライトパネル」が完成。平成22年度東京都ベンチャー技術大賞



▲独自の技術とアイデアでライトパネルを製品化した吉田正雄さん

「新しい商品やサービスを開発したい」「会社を立ち上げたい」。事業者の新しいチャレンジを支援する区の制度がある。これを利用して、飛躍を遂げている企業を取材した。

「パネルの開発は無理だと家族や社員に反対されたこと

コース現場

立ち上がる 中小企業

区が創業5年以上の企業の新事業を支援する「ビジネスチャレンジコース」だっ

「新しい商品やサービスを開発したい」「会社を立ち上げたい」。事業者の新しいチャレンジを支援する区の制度がある。これを利用して、飛躍を遂げている企業を取材した。

創業プランコンテスト **起業を支援**

新薬開発業界に 新たな潮流を

株式会社クリニカルリサーチ24 代表 川西宏知さん

区が行っている「創業プランコンテスト」は、斬新なアイデアを持つ創業5年未満(創業予定者含む)の事業者に助成金を交付する制度だ。22年度優秀賞に輝いたのは、22年1月に南花畑で起業した株式会社クリニカルリサーチ24。製薬会社で新薬開発担当者として経験を積んだ川西宏知さんが代表を務める、従業員7人の会社だ。事業内容は、新薬開発のための臨床試験の進行を手助けする役割の「治験コーディネーター」を病院などの医療機関に派遣するといふもの。業界の常識を覆す、24時間対応と低コスト



「意思を強く持つことも大切ですが、それを実現するための計画を練って、実行に移

「区が信用を与えてくれる

「区は、事業を上げ、雇用を増やすことで足立区に貢献したいという。医療機関・施設への支援と合わせて、製薬会社への支援も事業に加えていきたいと更なる意欲を見せる。

「区が持っている「創業プランコンテスト」は、斬新なアイデアを持つ創業5年未満(創業予定者含む)の事業者に助成金を交付する制度だ。22年度優秀賞に輝いたのは、22年1月に南花畑で起業した株式会社クリニカルリサーチ24。製薬会社で新薬開発担当者として経験を積んだ川西宏知さんが代表を務める、従業員7人の会社だ。事業内容は、新薬開発のための臨床試験の進行を手助けする役割の「治験コーディネーター」を病院などの医療機関に派遣するといふもの。業界の常識を覆す、24時間対応と低コスト

「区が創業5年以上の企業の新事業を支援する「ビジネスチャレンジコース」だっ



▲新薬開発支援サービスの新たな潮流をめざす川西宏知さん

ニュービジネス支援事業応募企業募集【応募期間4/11~5/11】 申込・問い合わせ先=創業支援係(あだち産業センター内) ☎3870-8400

創業プランコンテストコース 対象要件=未創業または創業5年未満(23年4月1日現在) 助成金額=最大200万円 賞金=最優秀賞30万円など

ビジネスチャレンジコース 対象要件=創業5年以上(23年4月1日現在) 助成金額=最大1,000万円/2年

※もっとくわしく知りたい方は、**足立区 ニュービジネス支援事業** 検索
区のホームページアドレス <http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

3/9(水)説明会を開催 日時等=▷ビジネスチャレンジコース…午後2時~2時40分/午後6時30分~7時10分 ▷創業プランコンテスト…午後7時20分~8時 場所=あだち産業センター 定員=各30人(2月28日から**先着順**) 費用=無料 申し込み方法=電話 ※説明会で募集要項を配布。募集要項は3月10日以降、区のホームページからもダウンロード可

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法	
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522					
「親子で手作り絵本教室」家族の記録を作品に(2日制) ◆小学生とその保護者	3/26(土)・28(月)、午前10時～正午	10組	1,560円	事前	
家系図作成入門	3/26(土)、午後2時～4時	20人	525円		
こどもヒップホップダンス教室(7日制) ◆小学生	4/5～5/24の毎週火曜日(5/3を除く)、午後4時30分～5時45分	30人	2,275円		
日商簿記3級試験対策講座(後期)(5日制)	4/6～5/11の毎週水曜日(5/4を除く)、午前9時～正午	30人	4,095円		
「元気はつらつスポーツ吹き矢教室」4月(3日制)	4/6～20の毎週水曜日、午後1時30分～3時30分	24人	1,700円		
体幹ピラティスA・B(7日制)	4/6～5/25の毎週水曜日(5/4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	3,010円		
「入門太極拳教室」しなやかな身体と若さを保とう(12日制)	4/6～6/29の毎週水曜日(5/4を除く)、午後1時30分～3時	28人	4,920円		
ヘルシーエクササイズ(7日制)	4/7～5/26の毎週木曜日(5/5を除く)、午前10時～11時30分	60人	3,010円		
江北五色桜ウオーキング教室	4/12(火)、午前10時～正午	20人	無料		
こどもミュージカル入門教室(7日制) ◆小学生	4/9～5/21の毎週土曜日、午前10時～正午	30人	3,010円		
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551					
しかはま将棋道場 しかはま囲碁道場 ◆小学生以上の方	▷将棋…3/6(日) ▷囲碁…3/27(日) ※いずれも午後2時～4時	各15人	1回200円(小・中学生は50円)	当日	
鹿浜寄席(柳家我太楼、林家たけ平) ◆小学生以上の方	3/13(日)、午後2時～3時30分	20人	1,000円(小・中学生は500円)	事前	
鹿浜いきいき寄席(柳家我太楼、林家たけ平) ◆後期高齢者医療被保険者証を持っている方	3/13(日)、午後2時～3時30分	10人	無料		
昔あそびを体験しよう ◆小学生	3/26(土)、午後1時～3時	20人	無料	当日	
赤ちゃんおはなし会&A:パパと一緒によちよちサロン B:ほのほのサロン ◆0～2歳の子どもの保護者	A:4/3(日) B:4/14(木)、いずれも午前10時45分～午後0時20分	各15組	無料		
ピューティウオーキング「鹿浜びよんびよんクラブ」(6日制)	4/4～5/23の毎週月曜日(5/2・9を除く)、午後1時～3時	20人	2,460円		
「鹿浜うたごえサロン」みんなで歌おう! 懐かしの叙情歌	4/13(水)・27(水)、午後1時30分～3時30分	各50人	1回100円	事前	
ドキドキ! まなぼー体験センターお仕事体験(鹿浜寄席) ◆小学生	4/17(日)、午後1時～4時	10人	無料	事前	
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931					
冬太り解消スッキリウオーキング(2日制) ◆おおむね50歳以上の方	3/7(月)・14(月)、午後1時～2時30分	20人	820円		
携帯電話活用術 ◆おおむね60歳以上の方	3/18(金)、午後1時30分～3時30分	30人	無料		
いつものメイクにもうひと工夫! ミラクル目チカラ・メイク ◆18歳以上の女性	3/24(木)、午後1時～3時	20人	無料	事前	
銀粘土で作るペットのオリジナルネームタグ(迷子札)	3/26(土)、午後1時～5時	15人	2,300円	事前	
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107					
いきいきと若々しく見えるメイクのコツ ◆後期高齢者医療被保険者証を持っている方	3/15(火)、午後2時30分～4時	20人	無料		
あなたもなりませんか? 認知症サポーター養成講座	3/18(金)、午後2時～3時30分	20人	無料		
おとなも子どもと一緒に遊びましょう ◆2歳～小学生とその保護者	3/25(金)、午後1時～3時	15組	無料		
おもしろリサイクル工作! ガス管を使って万華鏡を作ろう ◆小学4～6年生	3/29(火)、午前11時～正午	20人	無料		
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431					
懐中電灯を作って電気のことを勉強しよう ◆小学生	3/28(月)、午後1時30分～3時30分	20人	100円	事前	
間伐材を使って「コースター」を作ろう ◆小学生	3/30(水)、午前10時～正午	30人	無料		

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
愛情いっぱいベビーマッサージ(4日制) ◆A:2～6カ月の子どもとその保護者 B:7～10カ月の子どもとその保護者	4/1～22の毎週金曜日、A:午前9時45分～10時45分、B:午前11時15分～午後0時15分	各10組	3,000円	事前
ゴックン期から始める食育	4/6(水)、午後1時30分～3時	30人	無料	
目覚める脳と体ゆったり体操「フェルデン」(5日制)	4/6～5/18の毎週水曜日(4/27、5/4を除く)、午後3時30分～5時	30人	3,550円	
パパピクス(7日制) ◆2・3歳の子どもの父親	4/9・23、5/14・28、6/11・25、7/9のいずれも土曜日、午前10時30分～11時30分	25組	3,815円	
インドカレー店で“自分だけのナン”作りに挑戦A・B ◆4歳～小学生の子どもの保護者	A:4/9(土)、B:4/16(土)、いずれも午後3時～4時30分	各10組	1回1,300円	
子ども向け英会話A・B(5日制) ◆3歳～就学前の子ども	4/14～5/19の毎週木曜日(5/5を除く)、A:午後3時～3時40分、B:午後3時50分～4時30分	各10人	3,800円	
ママピクス(乳児編)A・B(10日制) ◆6カ月～1歳未満の子どもとその母親	4/18～7/4の毎週月曜日(5/2、6/13を除く)、A:午前9時45分～10時45分、B:午後0時30分～1時30分	各20組	5,450円	
ママピクス(幼児編)A・B(10日制) ◆1歳の子どもの母親	4/18～7/4の毎週月曜日(5/2、6/13を除く)、A:午前11時～正午、B:午後1時45分～2時45分	各30組	5,450円	
「スポーツ吹き矢」をやってみよう ◆小学生以上の方	4/23(土)、午後1時～3時	30人	300円	
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
東和寄席(柳家我太楼、林家たけ平) ◆小学生以上の方	3/13(日)、午前10時30分～正午	20人	1,000円(小・中学生は500円)	事前
花粉症対策! アロマコロンとクリームを作ろう	3/15(火)、午後2時～4時	15人	1,800円	
東和工作教室「万華鏡」のストラップを作ろう ◆小・中学生	3/26(土)、午後3時～4時	20人	250円	
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/8～5/27の毎週金曜日(4/29を除く)、午後1時30分～3時	50人	3,010円	当日
ヘルシーエクササイズ(7日制)	4/12～5/31の毎週火曜日(5/3を除く)、午後3時40分～5時10分	30人	3,010円	
「英語・中国語サロン」初心者向け会話	4/19(火)、午後7時30分～9時	20人	200円	
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
すくすく子育てひろば「アイスクリームをつくろう」 ◆2・3歳の子どもの保護者	3/23(水)、午前10時～11時30分	20組	300円	事前

※舎人地域学習センターの講座募集は15面に続きます。

来て!見て!話して! ITサロン(3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・障がいのある方は140円。証明書提示) 申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ

表1 ITサロン(3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(水)・6(日)・9(水)・16(水)・20(日)・23(水)・30(水)
地域学習センター	鹿浜	☎3857-6551 2(水)・20(日)
	舎人	☎3857-0008 3(木)・15(火)・26(土)
	新田	☎3912-3931 5(土)
	竹の塚	☎3850-3107 5(土)・11(金)・17(木)
	花畑	☎3850-2618 5(土)・18(金)
	保塚	☎3858-1502 10(水)・24(水)
	東和	☎3628-6201 10(水)・27(日)
	江北	☎3890-4522 12(土)
	伊興	☎3857-6537 12(土)・19(土)
	中央本町	☎3852-1431 12(土)・26(土)
興本	☎3889-0370 13(日)・27(日)	
梅田	☎3880-5322 19(土)	

※佐野地域学習センターは3月25日まで休館

◆電話番号は、よく確認してから掛けてください 各施設と間違えられて電話が掛かり、迷惑をしている区民の方がいます。電話番号をよく確認の上、掛けてください。また、必ず相手を確認してから用件を話してください。

近所deまなボー☆

生涯学習施設・スポーツ施設の催し(3月・4月分)

3月1日(火)、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3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

くわしくは、あだち学び情報館『まなボー☆』(<http://www.kousya.jp/manabi/>)をご覧ください。

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
生涯学習センター 〒120-0034 千住5-13-5(学びピア21内) ☎5813-3730				
おかえり教室「中国語倶楽部」 ◆中国語で簡単な日常会話ができる方	毎週水曜日(3/30を除く)、午後7時～9時	各15人	1回510円	当日
歌や絵本から覚える楽しい幼児英語(3日制) ◆1～3歳の子ども	4/7～21の毎週木曜日、午前10時30分～11時15分	20人	1,750円	事前
気軽に手軽に「はじめてのトールペイント」(3日制) ◆トールペイント初心者の方	4/8～22の毎週金曜日、午前10時～11時30分	20人	2,200円	
日光街道・歴史と自然を訪ねて千住宿から間々田宿まで(2日制)	4/9(土)、午後2時～3時30分、10(日)、午後1時～4時30分 ※10日は現地集合で小山市立博物館などを見学	30人	610円(交通費は実費)	事前
はじめてのパソコン入門(5日制)	4/21(木)～25(月)、午前10時～正午	20人	8,515円	
パソコン「エクセル・ワード入門」(5日制) ◆マウス操作、文字入力ができる方	4/21(木)～25(月)、午後1時30分～3時30分	20人	8,900円	事前
初心者のための山歩き入門	4/23(土)、午後1時～3時	30人	700円	
自分史づくりワークショップ12カ月(12日制)	4/23～24年3/24の毎月第4土曜日、午後1時30分～4時30分	20人	7,700円	事前
ワンコインコンサート「マリンパによる春一番コンサート」	4/24(日)、午後2時～3時30分	180人	500円	
地域に羽ばたけ あだちコスパレード(12日制)	4/2・16、5/14・28、6/11・25、7/9、8/6、9/3・17、10/1・22、いずれも土曜日、午後6時30分～8時10分	80人	6,000円	事前
★生活習慣病との上手(うまい)付き合い方(2日制)	4/7(木)・14(木)、午後2時～4時	50人	無料	
※★マークのついている講座のハガキ申し込みのあて名は「あだち区民大学塾事務局(生涯学習センター内)」(所在地は生涯学習センターと同じ)。問い合わせ先は☎5813-3759(月～金曜日、午後1時～5時)				
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
「仲良しケータイ広場」3月 ◆おおむね60歳以上の方	3/15(火)、午前10時～正午	10人	300円	当日
楽しく手遊び! 手ぶくろ人形ではじめる読み聞かせ	3/18(金)、午前10時～正午	10人	無料	事前
家族と友人のための「うつ」の優しいつきあい方	3/26(土)、午前10時～11時30分	20人	無料	
春休みに分数攻略! ゲーム機で学ぶ算数と製作現場の裏話 ◆小学5・6年生	3/30(水)、午前10時～正午	28人	無料	事前

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
ヘルシーエクササイズ(7日制)	4/6～5/25の毎週水曜日(5/4を除く)、午前10時～11時30分	60人	3,010円	事前
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/6～5/25の毎週水曜日(5/4を除く)、午後1時30分～3時	50人	3,010円	
梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1 ☎3880-5322				
梅田寄席(柳家小はん、瀧川鯉朝) ◆小学生以上の方	3/3(木)、午後7時～8時30分	34人	1,000円(小・中学生は500円)	当日
武術太極拳(12日制)	4/1～6/24の毎週金曜日(4/29を除く)、午前10時～11時30分	30人	4,920円	事前
ヘルシーストレッチ体操A・B(7日制)	4/5～5/24の毎週火曜日(5/3を除く)、A:午前9時20分～10時30分、B:午前10時50分～正午	各50人	3,010円	3/15必着
元気いきいき体操A・B(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/5～5/31の毎週火曜日(5/3・10を除く)、A:午後1時15分～2時45分、B:午後3時～4時30分	各34人	3,010円	
ころばぬ体操「ゆっくりコース」(5日制) ◆65歳以上の方	4/6～5/18の毎週水曜日(4/27、5/4を除く)、午前9時30分～10時30分	15人	2,550円	事前
ころばぬ体操「しっかりコース」(5日制) ◆65歳以上の方	4/6～5/18の毎週水曜日(4/27、5/4を除く)、午前10時45分～11時45分	15人	2,550円	
食医食のお料理「飾り巻きずし・栄養福袋玉子・黒糖だんご」 ◆16歳以上または小・中学生とその保護者	4/10(日)、午後2時～4時	32人	1,500円(小・中学生は1,000円)	当日
今月の料理「カキの炊き込みご飯など4品」	4/15(金)、午前10時30分～午後1時30分	32人	1,500円	
行政書士講座無料説明会「日曜基本コース・サンプル講義」	4/24(日)、午後6時～7時30分	45人	無料	当日
宅建講座無料説明会「日曜基本コース・サンプル講義」	4/24(日)、午後7時45分～9時15分	45人	無料	
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
基礎から一緒にヒップホップダンス体験(3日制)	3/8～29の毎週火曜日(3/22を除く)、午後7時30分～9時	10人	30円	事前
親子で楽しむリトミック体験(2日制) ◆0～1歳6カ月の子どもとその保護者	3/12(土)・19(土)、午前9時40分～10時20分	20組	40円	
写真を貼(は)って手作りメモリアルブックを作ろう(2日制)	3/20(日)・27(日)、午後1時30分～3時30分	15人	935円	事前
元気いきいき体操(6日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/4～5/30の毎週月曜日(4/18、5/2・16を除く)、午後1時30分～3時	35人	2,580円	
50歳からの楽しいコーラス入門教室(7日制) ◆おおむね50歳以上の方	4/6～5/25の毎週水曜日(5/4を除く)、午後1時30分～3時	30人	3,675円	3/15必着
子どもミュージカル入門「歌とダンス」(7日制) ◆小学生	4/9～5/28の毎週土曜日(4/30を除く)、午後1時～3時	30人	3,010円	
リラックスヨガ(8日制)	4/11～6/27の毎週月曜日(4/18、5/2・16、6/20を除く)、午後1時30分～2時40分	30人	4,000円	事前
子どものためのクラシックバレエ(10日制) ◆A:3歳～小学1年生 B:小学2～6年生	4/14～6/30の毎週木曜日(5/5、6/2を除く)、A:午後3時45分～4時45分、B:午後5時～6時	A:25人 B:20人	7,555円	
楽しく親子体操A・B(5日制) ◆2・3歳の子どもとその保護者	4/15～5/20の毎週金曜日(4/29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	2,725円	事前
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
「おしゃべりベビーマッサージ」1日サロン ◆2～8カ月の子どもとその保護者	3/4(金)・18(金)、午前10時～正午	各10組	1回1,100円	事前
誰(だれ)でも参加できる「マジックショー」 ◆どなたでも	3/19(土)、午前10時30分～正午	20人	無料	
オシャレに包む「風呂敷(ふるしき)教室」	3/24(木)、午前10時～正午	20人	1,365円	事前
「プロに学ぶデコ教室」ライストーンでマイアイテム作り ◆小学3年生以上の方	3/26(土)、午前10時～正午	15人	735円	

広告

看護助手のお仕事《資格不問》未経験者150名大募集!! ☆医療・看護の仕事に興味ある方はご連絡下さい! 都内病院をご紹介します☆
★お問い合わせは…【ヒューマンリソシア株式会社 東京都新宿区西新宿7-5-25 TEL:03-6846-9055 メディカル営業部 担当:藤本】

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
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				
ラテンエアロde(で)ボディシェイプ(7日制)	4/8~5/20の毎週金曜日、午前11時30分~午後0時30分	15人	2,870円	事前
ママピクス(5日制) ◆A:6カ月~1歳未満の子どもとその母親 B:1歳の子どもの母親	4/11~5/30の毎週月曜日(4/18、5/2・16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	2,725円	3/15 必着
きれいに歩こう(5日制) ◆おおむね30歳以上の方	4/25~6/13の毎週月曜日(5/2・16・23を除く)、午後0時30分~1時30分	20人	3,200円	事前
【プールの利用休止日】 期間=休止中~2月28日(月)(緊急工事のため。プール以外の施設・総合受付は営業)				
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				
アクアピクスタイル	毎週火曜日(3/22を除く)、午後7時30分~8時20分	なし	入場料のみ	当日持
水中ウオーキングA・B(6日制) ◆おおむね50歳以上の方	4/7~5/26の毎週木曜日(4/21、5/5を除く)、A:午後1時30分~2時20分、B:午後2時30分~3時20分	各30人	3,960円	
親子水遊びA・B(5日制) ◆2歳~就学前でオムツの取れている子どもとその保護者	4/23~5/28の毎週土曜日(5/21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	3/15 必着
小学生水泳教室(7日制) ◆A:小学1~3年生 B:小学4~6年生	4/23~6/11の毎週土曜日(5/21を除く)、A:午後1時30分~2時20分、B:午後2時30分~3時20分	各20人	3,570円	
アクアピクス教室(10日制)	4/23~7/9の毎週土曜日(5/21、6/18を除く)、午後7時30分~8時30分	35人	7,000円	事前
【プールの利用休止日】 日時=3月8日(火)、午後1時30分~4時30分				
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(下記参照)へ				
ママピクスA(7日制) ◆6カ月~1歳未満の子どもとその母親	4/1~5/20の毎週金曜日(4/29を除く)、午後2時30分~3時30分	30組	3,815円	3/15 必着
ママピクスB(7日制) ◆1歳の子どもの母親	4/1~5/20の毎週金曜日(4/29を除く)、午後3時45分~4時45分	30組	3,815円	
楽しく体を動かそう「わいわいエアロピクス」(8日制)	4/1~5/27の毎週金曜日(4/29を除く)、午後1時~2時10分	35人	3,440円	
楽々からだ調整(7日制)	4/4~5/30の毎週月曜日(4/18、5/16を除く)、午後3時30分~4時40分	35人	3,010円	事前
フットセラピーと裸足でエアロ「フットセラピーピクス」(7日制)	4/7~5/26の毎週木曜日(5/5を除く)、午後3時30分~4時30分	35人	3,010円	
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
幼児サッカー(8日制) ◆4歳~就学前の子ども	4/1~5/27の毎週金曜日(4/29を除く)、午後3時~4時15分	50人	1,680円	
体の変化を感じよう「体幹ポール・ベーシック編」(10日制)	4/4~7/4の毎週月曜日(4/11、5/9・16、6/13を除く)、午後1時15分~2時15分	35人	4,300円	
体を整えよう「体幹ポール・コンディショニング編」(8日制)	4/5~5/31の毎週火曜日(5/3を除く)、午後1時15分~2時15分	35人	3,440円	
自分の体と向きあいながら「楽しくストレッチ体操」(7日制)	4/6~5/25の毎週水曜日(5/4を除く)、午前10時30分~11時40分	20人	3,010円	
楽しく体を動かそう「わいわいエアロピクス」(7日制)	4/7~5/26の毎週木曜日(5/5を除く)、午後7時15分~8時25分	35人	3,010円	事前
フットセラピーと裸足でエアロ「フットセラピーピクス」(7日制)	4/8~5/27の毎週金曜日(4/29を除く)、午前10時15分~11時15分	40人	3,010円	
体幹を引き締めよう「体幹ポール・シェイプアップ編」A・B(7日制)	4/8~5/27の毎週金曜日(4/29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	
アップテンポの運動を! 「ハルシーエクササイズ」(7日制)	4/8~5/27の毎週金曜日(4/29を除く)、午後1時30分~3時	40人	3,010円	
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/8~5/27の毎週金曜日(4/29を除く)、午後1時30分~3時	50人	3,010円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
コロナコロン柔道(12日制) ◆5歳~小学生	4/13~7/6の毎週水曜日(5/4を除く)午後4時~5時	30人	2,640円	
小学生柔道(12日制) ◆受け身ができる小学生	4/13~7/6の毎週水曜日(5/4を除く)午後5時~6時	30人	2,640円	
小学生合気道(13日制) ◆小学生	4/15~7/15の毎週金曜日(4/29を除く)、午後4時30分~5時30分	30人	2,860円	
キッズサッカー(9日制) ◆小学1・2年生	4/18~6/27の毎週月曜日(5/9、6/13を除く)、午後4時~5時30分	50人	1,890円	事前
チア&バトンA・B(10日制) ◆小・中学生	4/21~7/14の毎週木曜日(5/5、6/30、7/7を除く)、A:午後4時~5時、B:午後5時~6時	各40人	2,100円(初めての方は教材費2,000円が別途必要)	
ボクシングエクササイズ	毎週月曜日(3/14を除く)、午後3時30分~4時40分	40人	1回430円	当日持
東綾瀬公園温水プール(すいすいらんど綾瀬) 〒120-0004 東綾瀬3-4-1 ☎5616-2500				
ストレッチ&全身シェイプ(5日制)	4/1~5/6の毎週金曜日(4/29を除く)、午前11時20分~午後0時10分	10人	2,150円	
腰痛肩こり改善教室(5日制)	4/5~5/17の毎週火曜日(5/3・10を除く)、午前11時20分~午後0時10分	13人	2,150円	
水中ウオーキング(6日制)	4/5~5/24の毎週火曜日(5/3・10を除く)、午前11時30分~午後0時20分	40人	3,960円	
クロール初級(6日制)	4/5~5/24の毎週火曜日(5/3・10を除く)、午後0時30分~1時20分	15人	3,840円	
はじめてクロール(6日制)	4/5~5/24の毎週火曜日(5/3・10を除く)、午後1時30分~2時20分	15人	3,840円	
はじめて背泳ぎ(6日制)	4/5~5/24の毎週火曜日(5/3・10を除く)、午後2時30分~3時20分	15人	3,840円	事前
50歳からの貯筋体操(5日制) ◆おおむね50歳以上の方	4/5~5/17の毎週火曜日(5/3・10を除く)、午前10時20分~11時10分	13人	2,150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カ月の子どもとその保護者	4/6~27の毎週水曜日、A:午前10時~10時30分、B:午前10時45分~11時15分	各15組	4,200円	
子どもリトミック(4日制) ◆1歳3カ月~3歳未満の子どもとその保護者	4/6~27の毎週水曜日、午前11時30分~午後0時15分	12組	4,200円	
成人水泳「中級・上級」(6日制) ◆クロール・背泳ぎ25m以上泳げる方	4/8~5/27の毎週金曜日(4/29、5/13を除く)、午後2時30分~3時20分	15人	3,840円	
3・4歳児の水泳「水慣れ」(5日制) ◆3・4歳でオムツの取れている子ども	4/9~5/14の毎週土曜日(4/16を除く)、午後0時30分~1時20分	15人	4,000円	
4~6歳児の水泳(5日制) A:水慣れ B:浮きバタ足 ◆4歳~就学前の子ども	4/9~5/14の毎週土曜日(4/16を除く)、午後2時30分~3時20分	A:15人 B:10人	4,000円	3/15 必着
小学生水泳水慣れコース(5日制) ◆小学生	4/9~5/14の毎週土曜日(4/16を除く)、午後3時30分~4時20分	15人	4,000円	
小学生呼吸なしクロール(5日制) ◆小学生	4/9~5/14の毎週土曜日(4/16を除く)、午後3時30分~4時20分	15人	4,000円	
小学生呼吸付きクロール・背泳ぎ(5日制) ◆小学生	4/9~5/14の毎週土曜日(4/16を除く)、午後4時30分~5時20分	15人	4,000円	
小学生バタフライ・平泳ぎ(5日制) ◆小学生	4/9~5/14の毎週土曜日(4/16を除く)、午後5時30分~6時20分	15人	4,000円	事前
成人水泳「初級」(5日制)	4/18~5/23の毎週月曜日(5/9を除く)、午後0時30分~1時20分	15人	3,200円	
元気いきいき水中運動(7日制) ◆おおむね50歳以上の方	4/18~6/6の毎週月曜日(5/9を除く)、午後1時30分~2時20分	15人	4,480円	
成人水泳「初級・中級」(5日制)	4/18~5/23の毎週月曜日(5/9を除く)、午後6時30分~7時20分	20人	3,200円	
小学生水泳教室(7日制) ◆小学1~3年生	4/30~6/25の毎週土曜日(5/21、6/18を除く)、午後1時30分~2時20分	20人	3,570円	
【トレーニングルームの休止】 場所=区内9カ所のトレーニングルーム(中央本町・東和・江北・興本・伊興・鹿浜・花畑の各地域学習センター、総合スポーツセンター、スミススポーツセンター) 内容=3月下旬にマシン入れ替えのため利用を休止 ※休止日の詳細は、各センターへ問い合わせ				

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(3月・4月分)

3月1日(火)、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

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
のびのびベビー体操「パパもいっしょ」 ◆1歳7カ月～2歳6カ月の子どもとその保護者	3/26(土)、4/2(土)、午後1時～2時30分	各20組	1回420円	事前
牛乳パックでカメラを作ろう ◆小学生とその保護者	3/26(土)、午後2時～4時	20組	300円	
日曜寄席(古今亭駿菊、蜷気楼龍玉) ◆小学生以上の方	3/27(日)、午後2時～3時30分	20人	1,000円(小・中学生は500円)	
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/5～5/24の毎週火曜日(5/3を除く)、午前10時～11時30分	28人	3,010円	
無理なく楽しくウオーキング(6日制)	4/7～5/19の毎週木曜日(5/5を除く)、午前10時～11時30分	20人	1,860円	
楽しく農業! バランタ菜園「枝豆」(2日制) ◆16歳以上の方(3歳以上の親子参加可)	4/9(土)・23(土)、午前10時～11時	10人	1,500円(プランタ一持参の方は900円)	
丈夫な苗で育てるバランタ菜園「枝豆・ゴーヤ・なす」(4日制) ◆16歳以上の方(3歳以上の親子参加可)	4/9(土)・23(土)、午前10時～11時、5/7(土)・21(土)、午前10時～11時30分	10人	5,000円(プランタ一持参の方は3,200円)	
わくわくサイエンス「ペットボトルの中で浮いたり沈んだり」 ◆小学1～3年生(1年生は保護者同伴)	4/10(日)、午後1時～2時30分	20人	400円	
わくわくサイエンス「ガリレオ温度計を作ろう」 ◆小学4～6年生	4/10(日)、午後3時～4時30分	20人	400円	
ベビーマッサージA・B(6日制) ◆2～7カ月未満の子どもとその保護者	4/12～5/24の毎週火曜日(5/3を除く)、A:午前10時～11時、B:午前11時30分～午後0時30分	各15組	4,200円	
すくすく子育てひろば「音あそび」 ◆0～3歳の子どもとその保護者	4/13(水)、午前10時～11時30分	20組	300円	
子ども英会話(4日制) ◆A:小学1・2年生 B:小学3～6年生または経験者	4/13～5/18の毎週水曜日(4/27、5/4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	2,400円	
ピヨピヨ学級「枝豆栽培とアルバムづくり」(6日制) ◆1～3歳の子どもとその保護者	4/20～7/20の第1・3水曜日(5/4を除く)、午前10時～11時30分	15組	600円	
マタニティママ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	4/23(土)、午前11時～正午	10人(託児4人)	110円(託児付き520円)	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
親子クッキング「カルボナーラをつくろう」 ◆5歳～小学生とその保護者	3/19(土)、午前11時～午後2時	12組	親1人子1人…1,300円 親1人子2人…1,950円	事前
料理教室「季節の料理 春の味」 ◆後期高齢者医療被保険者証を持っている方	3/25(金)、午前10時30分～午後1時30分	16人	無料	
食事から考える認知症予防	3/26(土)、午後1時30分～3時30分	20人	110円	
親子でかわいいシユシユ作り ◆5歳以上の子どもとその保護者	4/2(土)、午前10時～正午	15組	親1人子1人…850円 親1人子2人…1,400円	
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/6～5/25の毎週水曜日(5/4を除く)、午後1時30分～3時	40人	3,010円	
樹脂粘土で素敵な「花(カラー)」づくり(2日制)	4/14(木)・21(木)、午前10時～正午	10人	2,260円	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
ママとふれあい 幼児あそび「2歳」A・B ◆2歳の子どもとその母親	3/17(木)、A:午前9時45分～11時、B:午前11時15分～午後0時30分	各10組	550円	事前
花粉症対策! アロマオリブ石鹸(せっけん)作り	3/18(金)、午前10時30分～正午	20人	2,250円	
みんなの将棋ひろば ◆小学生以上の方	3/20(日)、午前10時～正午	20人	200円(小学生は初回100円)	当日
ママとふれあい 幼児あそび「1歳」A・B ◆1歳の子どもとその母親	3/24(木)、A:午前9時45分～11時、B:午前11時15分～午後0時30分	各10組	550円	事前
春の寄せ植え ◆後期高齢者医療被保険者証を持っている方	3/25(金)、午後1時30分～3時	20人	無料	
中学生限定! 英単語・読んで書ける基本ルールを学ぼう ◆中学1・2年生	3/28(月)、午後4時～5時30分	15人	600円	
楽しく学ぼう! アメリカ雑誌で学ぶ英会話(9日制)	4/13～7/6の毎週水曜日(4/27、5/4・25、6/22を除く)、午後7時30分～8時30分	15人	6,300円	
スイムスポーツセンター(うきうき館) 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133				
水中ウオーキング(6日制)	4/2～5/14の毎週土曜日(4/16を除く)、午後1時30分～2時20分	40人	3,960円	事前
ヘルシーエクササイズ(7日制)	4/4～5/30の毎週月曜日(4/18、5/16を除く)、午前10時～11時30分	50人	3,010円	
ゆったりヨガ(7日制) ◆18歳以上の方	4/6～5/25の毎週水曜日(5/4を除く)、午前10時30分～正午	30人	3,500円	
4泳法シリーズ「クロール」(4日制) ◆18歳以上の方	4/6～27の毎週水曜日、午後1時30分～2時20分	20人	3,200円	
元気いきいき体操(7日制) ◆おおむね60歳以上の方	4/6～5/25の毎週水曜日(5/4を除く)、午後1時30分～3時	50人	3,010円	
はじめヨガ(7日制) ◆18歳以上の方	4/7～5/26の毎週木曜日(5/5を除く)、午前10時30分～正午	30人	3,500円	

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

新規借換 住宅ローン 無料相談 実施中

セブン銀行では、複数の金融機関の住宅ローンを比べて選べます!

セブン銀行の口座をお持ちでない方もご相談ください

※土・日・祝日を含む10時～21時まで営業!!

◆お電話でのお問合せ・ご予約は…
セブン銀行本店イトーヨーカドーアリオ西新井店出張所(アリオ西新井1階サービスカウンター横)
☎0120-17-2477 お電話受付時間 毎日10:00～20:00

セブン銀行

ご相談は何度でも無料
あなたの立場に立って一緒に考えます

- 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、ゆっくりと丁寧にご相談を承ります。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](#) 検索
http://nishikatahoumu.jp/ mail all@nishikatahoumu.jp

区内指定医療機関で **がん検診等** を受けましょう!

メタボ先生

検診等の名称	対象者(平成23年3月31日現在の年齢)	費用
子宮がん検診	20歳以上で前年度未受診の女性	無料
乳がん検診	40歳以上で前年度未受診の女性	2,000円
前立腺がん検診	60歳～64歳の男性	1,000円
歯周病健診	40歳～80歳の方	無料

◆がん検診等は毎年度実施しています。大腸がん検診、ピロリ検診、肺がん検診もありますので、詳しい内容は、足立保健所健康づくり課健診事業係にお問い合わせ下さい。

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)

借金を整理した。世界が、すこし、明るく見えた。

お金に困ったら、一人で悩まず相談を

お金の悩みを抱えたら、一人で悩まず、まずは専門家に相談するのが解決への近道です。区で行っている無料の相談先を紹介します。



問い合わせ先=こころといのち支援担当 ☎3880-5432
区のホームページアドレス <http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

解決策を一緒に探しましょう

区では、借金・雇用・生活・こころ・法律などの専門家により、相談会を行っています。昨年12月に行った相談会でも、多重債務、失業、低収入、就学資金、自殺を考えているなど197件の相談がありました。何か悩みがある方は、まずは相談をしてください。

相談できる人はいますか

皆さんには、相談できる人がいますか。現在、社会経験豊富な中高年男性であっても、だれにも相談できずに自殺する傾向があります。決して命の尊さを、知らない訳ではありません。自殺は個人の選択した死ではなく、いくつもの悩みを重ね、追い込まれた末の死です。借金は、その大きな悩みの一つとなります。

3月は自殺対策強化月間です。区はだれもが安心して「生きる」ことができるよう、自殺対策という「生きる支援」に取り組んでいます。また、都・広報コンクール映像部門で、区の動画「生きる支援」が第一席を受賞しました。ご覧になりたい方は、区のホームページ [足立区 生きる支援映像](#) をご覧ください。

相談者インタビュー

自分1人で悩まないで、誰かに相談することが大切

Aさん(仮名)は、昨年まで多重債務で苦しんでいた。「不安で眠れなくなりました。眠ってもすぐに目が覚めてしまった。部屋で1人でいると涙が勝手にポロポロこぼれてくる。酒を飲んでも眠れない。自分が失われるような感じで『もう死ぬしかない』と思い詰っていました」と当時を振り返る。

21年12月、区が行う「雇用・生活・こころと法律の総合相談会」を知った。対応する弁護士に状況を説明した結果、破産することになった。「あのとき相談会に行っていなければ、今頃死んでいたかもしれない。本当に助かりました。やはり自分1人で悩まないで、だれかに相談することが大切です」と語るAさん。今では酒を飲まなくてもよく眠れているという。「気分が晴れて、楽しく過ごせている」と笑顔を見せた。

区で不安はなかったと語るAさん



➡ まずはご相談を (いずれも費用は無料。秘密厳守)

多重債務相談 (相談内容に合った相談先を紹介)

消費者センター相談専用電話 ☎3880-5380
(午前9時~午後4時45分、土・日曜日、祝日を除く)

弁護士による多重債務相談

日時=3月7日(月)、午後2時~4時/8日(火)、午前9時30分~11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=借金の整理の指導や助言 ※相談は1人30分程度 定員=各3人(2月28日から先着順) 申し込み方法=電話 申込・問い合わせ先=消費者センター ☎3880-5385

経営および融資の相談窓口

中小企業支援課 ☎3870-8404

生活福祉資金(教育支援金)等の貸付相談窓口

社会福祉協議会 ☎3880-5740

無料
予約不要

雇用・生活・こころと法律の総合相談会



日時等=▷東京芸術センター9階…3月7日・14日・28日、午前10時~午後4時 ※いずれも月曜日
▷区役所…3月3日・10日・17日・24日、午前10時~午後4時 ※いずれも木曜日 内容=仕事が見つからない、ローン返済ができない、眠れない、体がだるい、多重債務があるなどの相談に専門相談員、保健師、弁護士などが応じる 申し込み方法=不要 ※当日直接会場へ 問い合わせ先=お問い合わせコールあだち ☎3880-0039

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

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
北千住駅より徒歩5分
クラオリーガル司法書士事務所
あだち産業センター
東京芸術センター

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 東京芸術センター10階
東京司法書士会会員番号4990
http://www.klao.jp/ 簡易診断"実施中!" 簡裁訴訟代理認定番号701045

カワイ音楽教室 予約受付中
2011春の無料体験レッスン会
人数限定 各教室 6~12名

※定員になり次第、締め切ります。※人数は教室・コースによって異なります。

教室	1歳からの クーちゃんランド (H21.4.2~H22.4.1)		2歳からの くるくるクラブ (H20.4.2~H21.4.1)	
	日程	開講	日程	開講
西新井センター 足立区西新井茶町2-5-18 3F	3/24(木)・25(金) 11:15	金 11:00	3/24(木)・25(金) 10:00	金 10:00
五反野センター 足立区西綾瀬2-23-8	3/24(木)・31(木) 11:15	木 11:15	3/24(木)・31(木) 10:00	木 10:00
竹ノ塚センター 足立区竹の塚6-15-14 2F	3/23(水)・30(水) 10:00	水 10:00	3/23(水)・30(水) 11:15	水 11:00
北綾瀬センター 足立区谷中2-9-3 3F	3/9(水)・23(水) 10:00	水 10:00	3/2(水)・16(水) 10:00	水 11:00
MS新田 足立区新田3-35-20	3/9(水)・23(水) 10:00	水 10:00	3/23(水)11:15 3/30(水)11:00	月 11:15

お申込・お問合せ▶☎0120-959-353(火~土/9:00~17:30受付)

**ケーブルテレビにつながってれば安心!
アナログテレビがそのまま使える!!**

2011年3月14日よりデジアナ変換放送開始
(予定)

まだまだ現役だ!!
Illustrations by SHINGO GOTO
2台目アナログテレビ

**2011年7月24日地デジ完全移行後
JCNが、地上デジタル放送を
2015年3月まで
アナログ方式に変換してお届けいたします。**

映像はハイビジョン放送ではありません
画面には上下・左右に黒い帯が出ることがあります
音声はステレオ放送ではありませんが、5.1CHは非対応となります
データ放送、文字スーパー(字幕)、EPG(電子番組表)はご利用いただけません
録画に関しては、コピーワンスの制限がかかります
複数の番組が編成されている場合、サブチャンネルの再送信はありません
地上アナログ放送のうち一部デジアナ変換では視聴しただけでないチャンネルがあります

足立
(株)ケーブルテレビ足立
〒120-8576 足立区綾瀬2-28-6 第3山崎ビル
☎0120-300-219
デジアナ変換のお問い合わせは
(受付時間/9:00~18:00 定休日/木曜・祝日)