



2009年
(平成21年)
11/10
第1574号

毎月10日・25日発行（1月は1日・25日）
あだち広報は全戸配布です。配布もれは、10日号…(株)足立区シルバー人材センター(☎3855-3322)、25日号…(株)フットワークス(☎5389-0787)へ

あだち 広報

●発行/足立区 〒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

区のイベント、手続き等の案内は、お問い合わせコールあだちへ(毎日・午前8時～午後7時) ☎3880-0039 ☎3880-0041

今号の 主な内容	2 5 5 面	認可保育園募集…2面/区・育英資金の貸付…3面/新型インフルエンザワクチンの優先接種と費用助成…4面/人材募集…5面	6 7 7 面	みんなで築こう人権の世紀/ 携帯de食欲の秋作品紹介	8 5 11 面	足立区内共通プレミアム商品券発売…8面/催し物…9・10面/シリーズ現場「NPO法人って何? (完結編)」…11面	12 面	足立区の給食は「おいしい給食」
-------------	------------------	--	------------------	-------------------------------	-------------------	---	---------	-----------------

元気な子どもの合言葉は「早寝 早起き 朝ごはん」

11月は強化月間だ
コケッコ〜



子どもたちが、健康で伸び伸び成長できるように、区では「早寝早起き朝ごはん」事業を進めています。「早寝早起き朝ごはん」を幼児期から身に付けることで、たくましく生き抜く力を付けましょう。

問い合わせ先=子ども施策推進担当 ☎3880-5266
区のホームページアドレス
http://www.city.adachi.tokyo.jp/

なぜ「早寝早起き朝ごはん」が大切なの?

「早寝早起き朝ごはん」が子どもの健やかな成長につながると言われているのには、図1のような科学的根拠があるからです。規則正しい生活リズムを身に付けることが大切です。

昼間に運動をして、眠りやすい環境を

規則正しい生活リズムを身に付けさせるために、日中に活発な運動をし、寝付きを良くさせましょう。区では、活発な運動の一つとして、運動能力と共に適応力や柔軟な思考力も養える「コーディネーショントレーニング」を幼児教育の場に取り入れています。

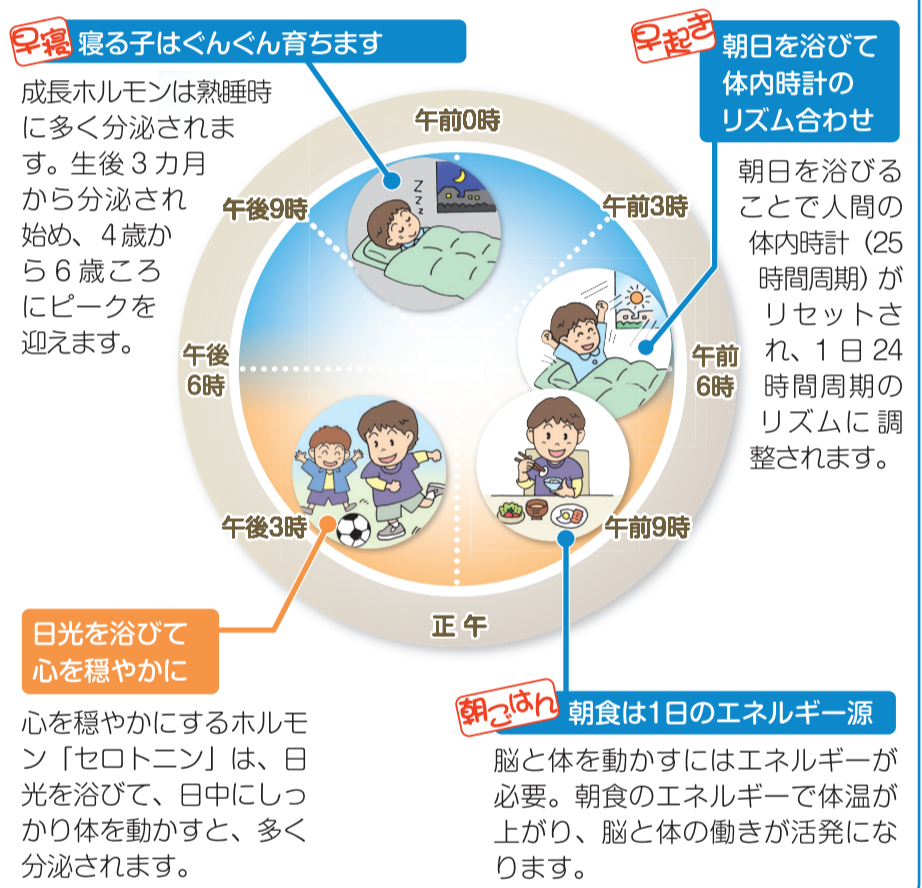
◆コーディネーショントレーニングとは?

脳と五感を刺激して、あらゆる運動の基礎となる7つの能力（下記参照）を楽しく体を動かしながら鍛え、「体・脳・筋肉」をバランスよく高めるものです。現在は、東京未来大学の協力を得ながら、モデル園である中島根保育園と辰沼保育園でトレーニングを行い、その結果を検証し、全園への導入を検討しています。

7つの能力

- リズム能力 : リズム感を養い、動くタイミングを上手につかむ
- バランス能力 : バランスを正しく保ち、崩れた姿勢を立て直す
- 変換能力 : 状況の変化に合わせて、素早く動きを切り替える
- 反応能力 : 合図に素早く反応し適切に対応する
- 連結能力 : 体全体をスムーズに動かす
- 定位能力 : 動いているものと自分の位置関係を把握する
- 識別能力 : 遊具やスポーツ用具などを上手に操作する

図1 「早寝早起き朝ごはん」が子どもの成長につながる科学的根拠



今日から実践

コーディネーショントレーニング例

家庭でも簡単にできるトレーニング方法の一例を紹介します。楽しんで行うことが大切なトレーニング。いくつかの体操の組み合わせを、毎日20分程度行うことで効果が高くなります。※くわしくは区のホームページをご覧ください。

ジャンケンで、大人が出したものと同じものを声に出しながら出させる。慣れたら同要領で、今度は勝つように出させる



体育座りの姿勢で、おへそを見たまま背中までゴロン



大人が「パー」と言ったら「でんぐり返し」、「グー」と言ったら「芋虫ゴロゴロ」



ひざとひじを伸ばしてよつん這いで歩く



朝ごはんコンテスト & シンポジウム

11月29日(日)、午前10時～正午
※午前9時30分開場

場所=梅島第一小学校 対象=就学前～小学生の子どもがいる保護者 ※子どもの同伴可 内容=我が家のおすすめ朝ごはんコンテスト/コーディネーショントレーニング/パネルディスカッション 持ち物=上履き 定員=300人(先着順) 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=NPO法人日本教育総合振興会「早寝早起き朝ごはん」担当 ☎3637-2908
区・子ども施策推進担当 ☎3880-5266

11月の区役所休日開庁日 11月22日(日)、午前9時～午後4時

※取り扱っていない業務もあります。主な取り扱い業務は2面欄外をご覧ください。事前に確認の上、来庁してください。



22年度
4月入園

認可保育園児募集

申込案内配布開始日=11月16日 申し込み受付期間=11月27日~12月11日

認可保育園は、保護者が就労や病気などの事情で、子どもを保育できない場合に、保護者に代わって子どもを保育する児童福祉施設です。22年4月から認可保育園に入園を希望する方や、引っ越しなどにより転園を希望する方は、受付期間中に申し込んでください。

募集定員を超えて応募があった場合は選考となり、保育の必要性の高い子どもが優先されます。

問い合わせ先=入園事務係
☎ 3880-5263
区のホームページアドレス
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/>

申し込みの対象となる方

就労・病気・出産などの事情により、子ども（生後57日目～小学校就学前）を日中家庭で保育できない方および育児休業取得中で、22年5月1日までに職場復帰できる方が対象です。 ※保育時間、0歳児保育・延長保育実施園、保育料などは、申込案内や区のホームページを参照

未出生児の申し込み

22年2月24日までに産産予定であれば、産休明け保育（生後57日以上）を行っている保育園に限り、申し込みができます。ただし、実際に22年2月3日までに産産していない場合は、生後57日目に達しないため、4月入園はできません。22年2月25日以降に産産予定の方は、産産後に申し込んでください。

表2 認可保育園一覧（11月1日現在）

区分(※1)	保育園名	所在地	電話番号
私	日ノ出町	日ノ出町15-1	3881-6660
公	第二日ノ出町	日ノ出町19-3	3881-9333
公	千住あずま	千住東2-20-17	3881-1293
公民	せきや	千住関屋町16-1	3888-6210
公	緑町	千住緑町2-17-11	3888-2288
公	千住	千住元町16-9	3881-4801
公	元町	千住元町34-3-101	3881-0013
公	宮城	宮城1-5-6-101	3919-2236
私	三星	宮城1-28-7	3911-1868
公民	第二新田 ※2	新田1-14-12-101	未定
私	新田	新田2-1-10	3911-0977
公	新田わかば	新田3-8-20	3911-5619
私	ココロット	新田3-35-22	5390-3360
公民	さつき	江北1-15-3-103	3890-6665
私	江北	江北3-17-4	3890-3794
公	第二上沼田	江北4-15-50-101	3890-4804
公	上沼田	江北4-23-9-102	3890-2585
私	西新井教会	西新井本町1-22-5	3896-1425
私	西新井本町 ※3	西新井本町2-4-24	3854-3811
私	興野	西新井本町4-19-23	3890-6606
公	興本	西新井本町4-27-6-101	3890-3693
公	本木	本木東町18-17	3848-4583
私	扇こころ	扇1-22-28	3898-3919
公	本木東	本木2-13-11	3849-3325
私	いづみ	関原1-12-17	3886-2520
私	中部ひまわり	関原2-10-4	5845-5702
私	足立ひまわり	関原3-24-20	3840-6287
私	西新井きらきら	西新井栄町1-18-14	5888-9163
公	梅田	梅田4-2-19	3848-4775
私	親隣館	梅田4-29-6	3886-6810
私	うめだ「子供の家」	梅田7-19-23	3889-8800
私	島根	梅島3-14-18	3852-6370
公	五反野	足立2-26-14	3848-4791
私	子ひばり	足立2-33-2	3887-1701

区外の保育園を希望する方

区内在住で、区外の保育園を希望する場合は、申込期間や必要書類などが自治体ごとに異なります。必ず希望する区市町村に確認してください。ただし、申し込み受付は、他区市町村ではなく、足立区保育課入園事務係で行います。注意してください。

入園申込案内の配布・受付

申込案内は、各窓口や認可保育園で配布（表1・2）するほか、区のホームページからもダウンロードできます。受付期間中に申し込みをしなかった場合や必要書類が足りない場合などは、22年4月入園の選考対象にならないので注意してください。また、受付期間の後半は窓口の混雑が予想されます。早めに申し込んでください。

既に21年10月入園分以降の申し込みをした方は、再度の申し込みは不要です。家庭状況や希望園に変更がある方は、12月11日までに必要書類を提出してください。



くわしくはこの申込案内をご覧ください

表1 申込案内配布・受付場所一覧

	申込案内配布 (11/16月開始)		申し込み受付 (11/27~12/11の午前9時~午後4時)		
	月~金	土	月~金	土	日
保育課入園事務係	○	×	○	×	○
認可保育園	○	○	○	○	×
福祉事務所 (中部福祉事務所を除く)	○	×	○	×	×

区分(※1)	保育園名	所在地	電話番号
私	高和	足立4-31-17	3886-5075
公民	やよい	中央本町1-9-3-105	3889-9580
公	中央本町	中央本町4-11-39	3848-4771
公民	青井	青井3-24-2-101	3889-0241
公	弘道	弘道1-7-1	3849-3271
公	西綾瀬	西綾瀬4-2-4	3848-4785
公	あやせ	東綾瀬1-5-17	3628-5660
私	足立若葉	東綾瀬1-16-21	3620-1592
私	東部若葉	東綾瀬1-25-23	5613-0230
公	東綾瀬 ※4	東綾瀬2-12-13	3606-8811
私	東綾瀬きらきら	東綾瀬2-17-8	5682-2620
私	東和	東和1-11-7	3620-5525
私	コンビプラザ東和三丁目	東和3-13-1	5613-8070
私	聖母のさゆり	東和4-10-9	3620-5309
私	東	東和5-5-23	3629-6213
公	東谷中	谷中1-32-9	3605-2688
私	チェリー	谷中2-16-16	3606-1212
私	隅田学園	中川4-37-22	3606-3388
公	大谷田第一	大谷田1-1-5-101	3629-0245
公	大谷田第二	大谷田1-1-9-101	3629-0246
公	おおやた幼保園	大谷田2-1-9	3620-7591
公	辰沼	辰沼1-2-7-101	3605-2806
公	六木	六木1-5-10-101	3605-2709
公	神明町	神明2-10-4	3605-2737
私	六町あづま	南花畑1-13-4	5242-4400
公	東花畑	南花畑4-11-6-101	3885-6924
公	北保木間	南花畑5-15-3-101	3883-2424
公	花畑	花畑5-12-7	3884-4501
公	花畑桑袋	花畑8-5-15-101	3850-2538
公	保木間	保木間3-25-9	3850-3932
公	南保木間	東保木間1-5-16-101	3883-9171
私	愛隣	東保木間1-10-16	3883-2233
公民	東保木間	東保木間1-25-2-101	3858-4401
公	東栗原	一ツ家2-15-14-101	3884-1467

区分(※1)	保育園名	所在地	電話番号
公	平野	平野3-18-1-101	3850-2549
公	栗原	栗原1-14-18	3885-3878
公	中島根	島根2-33-2	3850-4078
公	島根あおば	島根4-26-7	3884-4370
私	洲江	竹の塚2-9-3	3858-7533
公	竹の塚	竹の塚3-7-33-106	3884-4711
公	竹の塚北	竹の塚7-13-4-101	3884-5900
公	西保木間	西保木間2-17-5-101	3883-4100
公	水神橋	西保木間4-12-4	3883-2906
私	伊興すみれ	東伊興3-3-4	3890-8133
公	伊興	伊興4-11-25	3897-2801
公民	伊興大境 ※5	西竹の塚1-10-5-101	3857-2531
公	西新井	西新井2-21-2	3898-4291
私	清水	西新井4-2-1	3899-8040
公	すわぎ	西新井4-28-7	3855-4420
公	沼田	江北6-29-1	3896-2044
公	第三上沼田	江北7-12-3-101	3896-3161
公	鹿浜	鹿浜5-24-4-101	3897-8515
私	太陽	鹿浜5-25-17	3853-7085
公民	谷在家	谷在家3-22-10-101	3897-5881
公	加賀	加賀2-31-5-101	3853-5782
私	聖	舎人1-3-13	3857-0223
公	いりや第一	舎人6-12-5-101	3855-1066
公	いりや第二	舎人6-11-2-101	3855-1067

- ※1 「公」は公立、「私」は私立、「公民」は公設民営を表す
- ※2 (仮) 第二新田保育園は22年4月開園予定のため、申込案内の配布・申し込み受付業務は行いません。
- ※3 (仮) 西新井本町保育園…22年4月から民営化
- ※4 東綾瀬保育園…現在保育を行っている仮園舎（東綾瀬3-8-3）で申込案内の配布・申し込み受付業務を行います。
- ※5 伊興大境保育園…22年4月から公設民営化

区役所休日開庁（11月22日(日)、午前9時~午後4時）《主な取り扱い業務》 転入・転出届、住民票の発行/住民税の証明書・納付/国民健康保険の資格・保険料の納付/長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の申請・保険料の納付/国民年金の資格/介護保険料の納付/児童手当・子ども医療費助成の申請/戸籍の届出など ※ほかの取り扱い業務もあります。来庁前に確認してください。 問い合わせ先=お問い合わせコールあたち ☎3880-0039

区・育英資金の貸付

募集期間=11月10日~30日 対象=次のすべてに当てはまる方...22年4月1日現在、区内に引き続き1年以上居住している/同種の修学資金をほかから借り受けていない/都内または通学可能な近県にある大学・高等学校・高等専門学校・専修学校(修業年限2年以上の専門課程および大学入学資格を得られる修業年限3年以上の高等課程)に入学を予定している(在学中も可)/学業成績が良好/連帯保証人を2人立てられる 募集予定人数等=表3 貸付開始月=22年4月 申込=申請書を持参 申込=区立中学校3年生...通っている中学校へ持参 ▷そのほかの方...学務課助成係へ持参 ※申請書は通っている中学校または学務課助成係で配布 問先=助成係 ☎3880-5977

表3 区・育英資金の貸付額募集予定人数等

区分	高校生・高等専門学校生・専修学校生(高等課程)		大学生・短期大学生・専修学校生(専門課程)	
	募集予定人員	15人程度(選考)	15人程度(選考)	
貸付金額	修学資金(月額)	国立公立	1万3,000円	3万5,000円
		私立	3万円	4万5,000円
	入学資金	国立公立	7万円	20万円
		私立	15万円	30万円

児童館子育てひろば「まま・ぱぱ・キッズ キラキラフェスタ」
 ◆人形劇グループ公演「しりたがりやのソウさん」
 日時=12月25日(金)、午後1時

児童館子育てひろば展示とちよこつと遊び
 日時=12月22日(火)・24日(木)、午前9時~午後5時/12月25日(金)、午前9時~午後3時
 場所=区役所1階区民ロビー
 内容=子育てひろばの活動紹介/子育て自主サークル「ふらっと まま」による親子遊

健康・衛生 難病講演会「よく知って膠原病と上手につきあおう」
 日時=11月24日(火)、午後1時30分~3時30分 対象=膠原病治療中の方など 内容=病気の実際、治療法/日常生活上の注意点 講師=山路健氏(順天堂大学准教授) 定員=50人(11月11日から先着

20~39歳のための歯周病健診
 日程=12月9日(水) 受付時間=午後1時30分~2時30分
 対象=区内在住で、22年3月31日現在20~39歳の方 内容=口腔診査/歯磨き実習(歯ブラシ、デンタルフロス、歯間ブラシ)/個別相談 定員=30人(11月11日から先着順) 申込=電話または窓口 場所=申=問先=東和保健総合センター 歯科保健担当 ☎(3606) 4171

もうすぐママ! マタニティ栄養教室(2日制)
 日時等=11月25日(水)、午後1時30分~3時:ママになるための食生活のポイント/簡単レシピ紹介(管理栄養士)▽12月2日(水)、午後1時30分~3時:心も体もリラックス、マタニティヨガ&体操(スポーツ指導員)/妊娠中もおいしいお茶を(日本茶インストラクター) 対象=妊娠中の方 定員=20人(11月11日から先着順) 申込=電話 場所=申=問先=中央本町保健総合センター 保健栄養担当 ☎(3880) 5355

もうすぐママ! マタニティ栄養教室(2日制)
 日時等=11月25日(水)、午後1時30分~3時:ママになるための食生活のポイント/簡単レシピ紹介(管理栄養士)▽12月2日(水)、午後1時30分~3時:心も体もリラックス、マタニティヨガ&体操(スポーツ指導員)/妊娠中もおいしいお茶を(日本茶インストラクター) 対象=妊娠中の方 定員=20人(11月11日から先着順) 申込=電話 場所=申=問先=中央本町保健総合センター 保健栄養担当 ☎(3880) 5355

子育て・教育
 区立小・中学校希望校変更の受付・応募状況の公表
 ◆希望校変更の受付
 期間=11月13日(金)~19日(木)、午前8時30分~午後5時15分 ※土・日曜日を除く 対象=22年度新入学予定者で、希望校を変更したい方 ※希望選択票を提出していなかった方も、この期間に限り受付 申込=窓口 申先=就学係

就学相談・教育相談
 ◆就学相談
 日時=月~金曜日(祝日を除く) 問先=就学係 ☎(3880) 5969
 ◆教育相談
 日時=月~金曜日(祝日を除く) 問先=就学係 ☎(3880) 5969

親医療証を持っている方に現況届を発送
 対象=親医療証(ひとり親家庭等医療費助成制度医療証)を持っていて、児童扶養手当を受給していない方 内容=受給資格と加入健康保険を確認するため、現況届を11月初旬に発送 ※現況届が届いた方は、必要事項を記入し、保険証の写し(現況届に名前の載っている方全員分)を添付して、提出期限までに返送。現況届の提出がない方には、22年分の親医療証は送付不可 期限=11月20日(金)必着 問先=家庭支援係 ☎(3880) 5883

親医療証を持っている方に現況届を発送
 対象=親医療証(ひとり親家庭等医療費助成制度医療証)を持っていて、児童扶養手当を受給していない方 内容=受給資格と加入健康保険を確認するため、現況届を11月初旬に発送 ※現況届が届いた方は、必要事項を記入し、保険証の写し(現況届に名前の載っている方全員分)を添付して、提出期限までに返送。現況届の提出がない方には、22年分の親医療証は送付不可 期限=11月20日(金)必着 問先=家庭支援係 ☎(3880) 5883

健康・衛生
 ◆緊急シンポジウム「赤ちゃんの虐待と母親支援 足立区から子どもの虐待死を出さないために」
 日時=12月10日(木)、午後2時開始 ※午後1時30分開場 場所=区役所庁舎ホール 内容=講演「親になっていくための支援を考える」(本間博彰氏<宮城県子ども総合センター長>ほか)/パネルディスカッション/乳幼児への虐待を予防するための対策法 申込=不要 ※当日直接会場へ
 問先=区・こども家庭支援センター ☎3606-1333

健康・衛生
 ◆緊急シンポジウム「赤ちゃんの虐待と母親支援 足立区から子どもの虐待死を出さないために」
 日時=12月10日(木)、午後2時開始 ※午後1時30分開場 場所=区役所庁舎ホール 内容=講演「親になっていくための支援を考える」(本間博彰氏<宮城県子ども総合センター長>ほか)/パネルディスカッション/乳幼児への虐待を予防するための対策法 申込=不要 ※当日直接会場へ
 問先=区・こども家庭支援センター ☎3606-1333

11月は児童虐待防止推進月間 守ろうよ 未来見つめる 小さなひとみ

児童虐待は、保護者などの大人によって子どもに加えられる行為(表4)で子どもの心身や成長に深刻な影響を及ぼし、時には命を奪います。周りの大人のちょっとした目配りと気配りが、子どもを虐待から救います。「おやっ?」と思ったら、まずは相談機関にご相談ください。 通報先=▷月~金曜日...区・こども家庭支援センター ☎3606-1333 足立児童相談所 ☎3854-1181 ▷土・日曜日、祝日...児童相談所全国共通ダイヤル ☎0570-064-000 ▷夜間・緊急時...警察 ☎110

表4 児童虐待の分類

身体的虐待	性的虐待
殴る、蹴るなど/タバコの火を押し付ける/屋外に長時間締め出すなど	性的行為の強要/わいせつな写真の被写体などになることを強要するなど
ネグレクト(養育の放棄・怠慢)	心理的虐待
適切な衣食住の世話をせずに放置/乳幼児を車の中に放置/家に閉じ込める(学校に登校させない)など	拒否的な態度・罵声などによる脅かし、脅迫/兄弟(姉妹)間での極端な差別扱い/子どもの前で、配偶者へ暴力を振るうなど

【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)

区役所マークがある申し込みは、右の例を参照

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

く、午前9時~午後6時 対象=就学時健診の結果、障がいがあると思われる、特別な教育的配慮が必要と考えられる子どもとその保護者 内容=専門の相談員による就学に関する相談 申込=電話 場所=申=問先=教育相談センター 就学相談担当 ☎(38852) 2876

く、午前9時~午後6時 対象=就学時健診の結果、障がいがあると思われる、特別な教育的配慮が必要と考えられる子どもとその保護者 内容=専門の相談員による就学に関する相談 申込=電話 場所=申=問先=教育相談センター 就学相談担当 ☎(38852) 2876

く、午前9時~午後6時 対象=就学時健診の結果、障がいがあると思われる、特別な教育的配慮が必要と考えられる子どもとその保護者 内容=専門の相談員による就学に関する相談 申込=電話 場所=申=問先=教育相談センター 就学相談担当 ☎(38852) 2876

く、午前9時~午後6時 対象=就学時健診の結果、障がいがあると思われる、特別な教育的配慮が必要と考えられる子どもとその保護者 内容=専門の相談員による就学に関する相談 申込=電話 場所=申=問先=教育相談センター 就学相談担当 ☎(38852) 2876

区 上記マークがある申し込みは、3面右上の記入例参照

新型インフルエンザワクチンの優先接種と費用助成

◆優先接種

対象＝基礎疾患のある方／妊娠中の方／1歳～小学3年生／1歳未満の子どもの保護者など／小学4年生～高校生／65歳以上の方 ※国が示す優先接種者。そのほかの方への接種は、今後、国で決定され次第発表
 接種費用＝▷1回目…3,600円 ▷2回目…2,550円 (1回目と異なる医療機関のときは3,600円)

◆費用助成

対象等＝▷接種日現在、区内在住で優先接種の対象に当てはまる方 助成額＝▷生活保護者など…全額助成 ▷そのほかの方…1回につき1,500円

— いずれも —

接種スケジュールや費用助成の申請方法など、くわしくは11月中旬に発行予定の「あだち広報特集号」や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。 問先＝新型インフルエンザ相談センター

☎3880-5446

お問い合わせコールあだち

☎3880-0039

健康・衛生

医療に関する電話相談

◆診療所・歯科診療所などに関する相談
 日時＝月～金曜日(祝日、年末年始を除く)、午前9時～午後5時

◆決定や医療機関との紛争の仲介・調停など、裁判にかかわるものは相談不可 相談先
 区・医療安全相談窓口
 ☎(3880)5475

健康・衛生は、3面からの続きです



上記マークがある申請は、右の例を参照

【郵送申し込み記入例】

切手 〒120-8510

足立区役所 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/>

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

予防接種を受けましょう

対象等＝表1 ※区推奨接種年齢に達したときに、予診票を郵送。法律による対象年齢の範囲内であれば無料で接種可。対象年齢を過ぎると有料。区推奨接種年齢より早く接種を希望する方や、転入などにより予診票がない方などはお問い合わせください。 問先＝健康推進係 保健総合センター (表2) ☎3880-5892

表1 予防接種対象年齢等

予防接種名	区推奨接種年齢 (区が通知する年齢)	法律による対象年齢 (無料で接種できる年齢)
ポリオ1・2回目	5カ月～1歳4カ月の3月下旬と9月下旬	3カ月～7歳6カ月に達するまで
DPT I期 (三種混合)	6カ月に達する月の翌月	
MR I期 (麻しん風しん混合)	1歳の誕生日の前月	1～2歳に達するまで
MR II期	5～7歳未満で小学校入学1年前	
MR III期	中学校1年生に相当する年齢 (年度内に13歳になる方)	
MR IV期	高校3年生に相当する年齢 (年度内に18歳になる方)	
DT II期 (二種混合)	12歳の誕生日の翌月	11～13歳に達するまで

※日本脳炎は、新ワクチンも日本脳炎第1期定期予防接種として接種可。ただし、新ワクチン・従来のワクチン共に予診票の郵送を休止中。予診票を希望する方など、くわしくはお問い合わせください。

表2 保健総合センター一覧

保健総合センター	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

表3 住区で健康づくり日時等

日時	場所 (住区センター)	内容	問先 (保健総合センター)
11/17(火)、午前10時30分～11時30分	神明	身体測定・血圧測定・血糖測定など (0歳児の子どもの母親)	東和 ☎3606-4171
11/26(木)、午後2時～3時30分	千住柳町	講演「心の健康大丈夫? うつの予防と対応」(坂本博子氏<くすずき病院医師>)	千住 ☎3888-4277
12/2(水)、午前10時～正午 12/16(水)、午後1時30分～4時(2日制)	東和	講演「高血圧の予防と付き合い方」/健康チェック	東和 ☎3606-4171
12/4(金)、午後1時30分～3時	押部血沼谷在家	講演「年齢を重ねても美しい体づくりの話とウォーキング実習」(鈴木規美子氏<KIMIKOポスチュアウォーキング協会会長>)	江北 ☎3896-4004
12/10(木)、午後1時30分～3時30分	東綾瀬	学習会「糖尿病予防の基礎知識」	東和 ☎3606-4171

福祉

障がい者週間記念事業

◆作品展

日時＝12月3日(木)～8日(火)、午前9時～午後5時30分 場所＝区役所1階区民ロビー 内容＝区内の障がい者(児)の絵画や陶芸作品などの展示

◆舞台発表会等

日程＝12月5日(土) 時間等＝午前9時40分～オープニングセレモニー/午前10時～常笑気流歌劇団の公演/午前10時50分～障がい者団体による舞台発表会/午後1時～江戸あだち太鼓・大鷲会による和太鼓演奏 場所＝区役所庁舎ホール

— いずれも —

申込＝不要 ※当日直接会場へ 問先＝障がい福祉センター 自立生活支援室
 ☎(56801)0132
 ☎(56801)0137

◆病院に関する苦情・相談
 内容＝病院に関する悩みや困っていることなどの電話相談
 相談先＝都・患者の声相談窓口 (月～金曜日、午前9時～正午/午後1時～5時)
 ☎(5320)4435

問先＝区・医薬衛生係
 ☎(3880)5362

歯の健康講座「ご存じですか? 歯科人間ドック」(2日制)

日時＝11月25日(水)・30日(月)、午後1時30分～3時30分 対象＝区内在住・在勤の方 内容＝講演「歯科人間ドックってなあに?」/体験「お口のうるおい度・むし歯のなりやすさチェック」など 講師＝佐藤勉氏(日本歯科大学東京短期大学教授)/区・歯科衛生士 定員＝35人(11月11日)

から先着順) 申込＝電話
 場・申・問先＝千住保健総合センター 歯科保健担当
 ☎(3888)4277

呼吸器病音楽教室「楽しく歌って、からだもこころもリラックス」

日時＝11月27日(金)、午後1時30分～3時 場所＝区役所庁舎ホール 対象＝ぜん息を治療中の方とその家族など 内容＝ぜん息の発作を楽にする腹式呼吸を、よく知っている歌を歌いながら学ぶ 講師＝山崎浩氏(音楽家) 定員＝70人(11月11日から先着順) 申込＝電話 申・問先＝公害保健係
 ☎(3880)5893

女性のための健康づくり(2日制)

実施日・受付時間等＝▽12月

15日(火)、午前9時～9時30分
 : 東和保健総合センター
 12月22日(火)、午前9時30分～10時: 中央本町保健総合センター
 10時: 結果日・受付時間＝22年1月19日(火)、午前9時15分～9時30分 対象＝区内在住で18～39歳の女性 内容＝健康チェック/健康教室 定員＝30人(11月11日から先着順) 申込＝電話 場・申・問先＝東和保健総合センター
 ☎(3606)4171

講演会「潰瘍性大腸炎・クローン病の最新情報」

日時＝11月28日(土)、午後1時30分～4時 対象＝潰瘍性大腸炎・クローン病が心配な方とその家族 内容＝治療法と病気の付き合い方/質疑応答

歯と口の健康教室「口もとから始めるビューティフルエイジング」

日時＝11月26日(水)、午後1時30分～3時 対象＝区内在住・在勤の方 内容＝歯と口の健康に関する話/笑顔を作る表情筋エクササイズなど 講師＝内田佳代氏(歯科衛生士) 定員＝25人(11月11日から先着順) 申込＝電話 場・申・問先＝東和保健総合センター 歯科保健担当
 ☎(3606)4171

住区で健康づくり

日時＝12月3日(木)～8日(火)、午前9時～午後5時30分 場所＝区役所1階区民ロビー 内容＝区内の障がい者(児)の絵画や陶芸作品などの展示

◆舞台発表会等

日程＝12月5日(土) 時間等＝午前9時40分～オープニングセレモニー/午前10時～常笑気流歌劇団の公演/午前10時50分～障がい者団体による舞台発表会/午後1時～江戸あだち太鼓・大鷲会による和太鼓演奏 場所＝区役所庁舎ホール

— いずれも —

申込＝不要 ※当日直接会場へ 問先＝障がい福祉センター 自立生活支援室
 ☎(56801)0132
 ☎(56801)0137

表4 福祉事務所一覧

福祉事務所	電話番号
中部(区役所内)	3880-5881
千住	3888-3141
東部	3605-7105
西部	3897-5011
北部	3883-6800

◆特別障害者手当・障害児福祉手当の申請
対象は次のすべてに当てはまる方：区内在住/20歳以上/施設に入所していない/病院・診療所に入院していない/法律で定める重度の障がいのため、日常生活において常に特別の介護が必要 支給額：月額2万6千400円

◆障害児福祉手当
対象は次のすべてに当てはまる方：区内在住/20歳未満/施設に入所していない/障がい児本人が障がいを理由とする公的年金を受けていない/法律で定める重度の障がいのため、日常生活において常に介護が必要 支給額：月額1万4千380円

11月の休日納税・納付相談

日時=11月22日(日)、午前9時~午後4時
場所=区役所 問先=納税課納税相談係
☎3880-5236
納税課徴収推進係 ☎3880-5237
納税課特別整理係 ☎3880-5235
国民健康保険課納付相談係 ☎3880-5243
高齢医療・年金課資格収納係 ☎3880-6041
介護保険課資格保険料係 ☎3880-5744

◆マンション管理士による分譲マンション相談
日程=毎月第3水曜日 対象=分譲マンション居住者/分譲マンション管理組合 内容=分譲マンションの維持管理、建て替えなど
時間=午後2時~4時 場所=いづれも

◆住宅専門相談
建築士による住まいの相談
日程=毎月第2水曜日 対象=区内在住の方 内容=住まいの新築、建て替え、リフォームなど

住宅

◆家族向け(都営住宅)地元割り当て・区営住宅(入居者募集)
募集のしおり配布期間=11月18日~26日(土・日曜日、祝日を除く) 募集のしおり配布場所=建築防災課住宅管理係、区民事務所(なくなり次第配布終了) ※対象など、くわしくは募集のしおりをご覧ください。 問先=住宅管理係

人材募集

保健師(非常勤職員)
対象=保健師の資格を有する方
勤務内容=保健総合センターにおける母子・成人業務の健診や相談など
勤務条件=午前8時30分~午後5時(週4日) ※有給休暇あり
雇用期間=22年1月4日~23年3月31日または22年4月1日~23年3月31日 報酬=月額21万円 ※交通費・社会保険などあり
募集人数=各1人 選考=▷1次...書類 ▷2次...面接(後日連絡) 申込=履歴書(JIS様式推奨、写真貼付)、資格証明書の写しを郵送または持参(土・日曜日、祝日を除く) ※応募書類は返却不可 期限=11月30日(月)必着 申・問先=中央本町保健総合センター庶務係 〒120-0011中央本町1-5-3 ☎3880-5351

勤務条件=午前8時30分~午後5時15分間の7時間30分(1週間で30時間) ※有給休暇あり
雇用期間=22年4月1日~23年3月31日 ※更新あり 報酬=月額18万6,000円程度 ※交通費・社会保険あり 募集人員=1人 選考=▷1次...作文 ▷2次...面接(1次合格者のみ) 申込=履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付、応募動機を記入)と作文「窓口での接客のありかたについて」(800字程度・市販の原稿用紙)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。くわしくは募集案内を参照。募集案内は児童給付係で配布 期限=12月11日(金)必着 申・問先=児童給付係 ☎3880-5884

徴収事務補佐員(非常勤職員)
対象=区内またはその近郊に在住の方
勤務内容=財産調査の照会事務/口座振替関連入力事務/窓口での税の収納や相談受付など
勤務条件=午前8時30分~午後5時または午前8時45分~午後5時15分(週4日・30時間) ※有給休暇あり
雇用期間=22年4月1日~23年3月31日 ※更新あり 報酬=月額18万6,000円程度 ※交通費・社会保険あり 募集人数=1人 選考=▷1次...作文(12月22日(火)) ▷2次...面接(1次合格者のみ。2月3日(水)) 申込=履歴書(JIS様式推奨、自筆、写真貼付、応募動機を記入)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 期限=11月30日(月)消印有効 申・問先=納税計画係 ☎3880-5850

中小企業相談員(非常勤職員)
対象=65歳未満で中小企業診断士の資格を有する方
勤務内容=中小企業の経営全般・創業に関する相談・指導など
勤務条件=午前10時~午後4時(週3日) ※有給休暇あり
雇用期間=1年 ※更新あり 報酬=日額17,000円 募集人数=若干名 選考=▷1次...書類 ▷2次...面接(後日連絡) 採用予定日=22年4月1日(木) 申込=申込書、履歴書(JIS様式推奨)、資格証の写しを郵送または持参(土・日曜日、祝日を除く) ※申込書は中小企業支援課経営支援係で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可。応募書類は返却不可 期限=11月27日(金)必着 申・問先=経営支援係(あだち産業センター内) 〒120-0034千住1-5-7 ☎3870-8404

子ども家庭事務補佐員(非常勤職員)
対象=区内または近隣地域在住の方
勤務内容=窓口での手当・子ども医療の申請受付/端末入力な

登校サポーター
対象=20歳以上の方 内容=登校渋りのある小学生を自宅に迎えに行き、登校を支援するなど 報酬=1時間900円 申込=電話 申・問先=教育相談センター登校支援担当 ☎3852-2867

◆住居表示板の取り替え・取り付け
作業期間=12月上旬~22年2月下旬 ※期間は、作業の進み具合により前後することあり 対象地域=千住大川町/千住元町/千住柳町/千住桜木一・二丁目/千住緑町二・三丁目 内容=各街区に取り付けてある「街区表示板」と、各建物に取り付けてある「町名表示板」「住居番号表示板」のうち、変色・破損したものを取り替えと新規取り付け ※取り替え・取り付け作業は区役所の腕章をつけた委託業者が行いますので、ご覧ください。 問先=住宅管理係

◆国民健康保険料の納付書を11月16日に送付
対象=国民健康保険に加入している方 毎月納付書で納めている方 内容=11月~22年3月納期分の納付書の送付 ※21年度分を全額支払い済みの方や口座振替による支払いの方、今後年金からの特別徴収(天引き)のみの方には「国保だより」のみを送付 納付期限=毎月末日 ※12月納期

◆税金・国保
国民健康保険は、会社などの健康保険に加入することができない方が加入する保険制度です。家族の方の社会保険に扶養家族として加入できる方は、勤務先で加入の手続きをしてください。また、社会保険に加入したときは、国民健康保険をやめる手続きをしてください。手続きなど、くわしくはお問い合わせください。 問先=資格賦課係 ☎(3880) 5240

◆社会保険の扶養家族に当てはまる方は切り替える
国民健康保険は、会社などの健康保険に加入することができない方が加入する保険制度です。家族の方の社会保険に扶養家族として加入できる方は、勤務先で加入の手続きをしてください。また、社会保険に加入したときは、国民健康保険をやめる手続きをしてください。手続きなど、くわしくはお問い合わせください。 問先=資格賦課係 ☎(3880) 5240

◆退職者医療制度
対象は次のすべてにあてはまる方：国民健康保険に加入している/65歳未満/厚生年金や各種共済組合などの年金裁定を受けていて、その加入期間が20年以上または40歳以降で10年以上ある 内容=保険料や負担割合は一般の国民健康保険被保険者と同様。医療費は被保険者保険からの拠出金で賄われるため、国民健康保険財政の負担を軽減 ※対象者とその被扶養者は、「退職者医療制度」への切り替え手続きあり。くわしくはお問い合わせください。 問先=資格賦課係 ☎(3880) 5240

上記マークがある申し込みは、4面右上の記入例参照

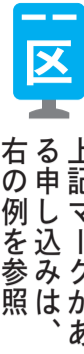
銭湯へ行こう「りんご湯」

日時＝11月29日(日) 場所＝区内の銭湯
 費用＝未就学児…50円／小学生…100円
 ／65歳以上の方…200円／そのほかの方
 …450円(通常料金) 申込＝当日、番台
 ・フロントで年齢を告げる ※証明書は
 不要 問先＝衛生管理係 ☎3880-5891

**後期高齢者医療被
 保険者に医療費の
 お知らせを郵送**
 対象＝今年の1月～6月に医
 療機関を受診した方(1カ月
 間の総医療費が3万円以上の
 場合)／療養費(鍼灸、按
 摩、柔道整復など)を施術さ
 れた方 内容＝その月の医療
 費の全額(10割分)をお知ら
 せするため、11月20日頃に
 「医療費等のお知らせ」を郵
 送 ※この通知に関して手続

高齢医療・年金

きなどは不要 問先＝高齢医
 療係
 ☎(38800)5874



【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
 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

建物の建築には検査が必要

建物を建てる場合は、すべ
 ての建築主に完了検査を受け
 る義務があります。また、3
 階建て以上の建物、または共
 同住宅で階数が3以上(地下
 階を含む)の建物の場合は中
 間検査も必要です。検査に合
 格すると、「中間検査合格証
 書」が交付されま
 す。必ず申請して検査を受け
 てください。 問先＝審査第
 一係
 ☎(38800)5276
 審査第二係
 ☎(38800)5277

仕事・経営

再就職準備セミナー「再就職のミカタ」

日時＝12月3日(木)、午前10時

足立区内共通 プレミアム商品券を発売

販売額＝1セット5千円(1
 枚500円分の券11枚。5千500円
 分10%のプレミアム付
 き) ※1人4セットまで
 販売日時等＝11月22日(日)から
 完売まで：商店街・商店／11
 月22日(日)、午前9時～午後4
 時(予定)：区役所1階区民
 ロビー 使用期限＝22年3月
 31日(水) 利用可能店舗＝商店
 街振興組合連合会加盟店舗／
 コンビニエンスストア／ドラ
 ッグストアなど、区内約2千
 400店舗 ※販売店および利用
 可能店舗にはステッカーを掲



▲NPO法人千住藝術村のスタ
 ップがデザインした商品券。
 プレゼントなどにもぜひ購入
 ください

示。店舗一覧は区のホームペ
 ージを参照 問先＝お問い合わせ
 コールあだち
 ☎(38800)0039

区内中小企業者向け助成金

◆ホームページ作成助成金

対象＝営業用のホームページを新規に
 作成した区内事業者 対象経費＝作成
 委託経費または作成ソフトおよび解説
 本(2冊分)の購入費 助成金額＝対象
 経費の2分の1 ※上限3万円 申請
 期間＝ホームページを作成した日か
 ら1年以内 申込＝次のすべてを持参
 …申請書／作成したホームページの画
 面(トップページ)を印刷したもの／
 助成対象経費の合計と支払内訳が確認
 できるもの

◆ISO認証取得助成金

対象＝ISO9001(品質管理)・14001
 (環境管理)・27001(情報セキュリ
 ティ管理)の認証を取得し、次のすべて
 に当てはまる中小企業…区内に本社も
 しくは認証を取得した事業所がある／
 認証取得日から1年以内(重複申請者
 <区のISO認証取得助成金を受けた
 後、ほかの異なるシリーズの認証を取
 得した者>は、申請期間の制限なし)
 ／ほかの公的助成を受けていない(同
 一シリーズ内の規格更新は対象外)
 対象経費＝認証取得のための審査およ
 び登録／内部監査員養成研修／コンサル
 タントの指導などに関する経費 助

成金額＝対象経費の2分の1 ※上限
 50万円 申込＝次のすべてを持参…申
 請書／認証登録証／社歴書／助成対象
 経費の合計と支払内訳が確認できるもの
 ／登記事項証明書

◆エコアクション21(EA21)認証取得助成金

対象＝EA21の認証を取得し、次のす
 べてに当てはまる中小企業…区内に本
 社または認証を取得した事業所がある
 ／認証取得日から1年以内／ほかの公
 的助成を受けていない 対象経費＝認
 証のための審査および登録に要する経
 費 ※中間・更新審査は対象外 助成
 金額＝対象経費の2分の1 ※上限10
 万円 申込＝次のすべてを持参…申
 請書／認証登録証／社歴書／助成対象
 経費の合計と支払内訳が確認できるもの
 ／登記事項証明書

— いずれも —

申請書は創業支援係で配布するほか、
 区のホームページからもダウンロード
 可。添付書類の原本返却を希望する場
 合は、原本および原本のコピーを提
 出。助成件数の枠に限りあり 問先＝
 創業支援係(あだち産業センター内)

☎3870-8400

正午 場所＝エル・ソフィ
 ア 対象＝区内在住で再就職
 をめざす女性 内容＝自分を
 活かした働き方を認識し、適
 職を発見する方法／求人情報
 の見方 講師＝高坂美幸氏・
 柴山純氏(再チャレンジサポ
 ートコンサルタント) 定員
 30人(11月11日から先着
 順) ※保育あり(要予約、
 生後6カ月～就学前の子ど
 も、先着15人) 申込＝電話
 申・問先＝男女参画プラザ
 ☎(38800)5222

「産業展示室」への 展示企業の募集

展示期間＝22年1月4日～3
 月31日 対象品＝足立区の伝
 統工芸品・地場産品／足立区
 生まれの技術製品 内容等＝
 ▽展示ブース：8社 ▽シヨ
 ーケース：20社 申込＝申込
 書を持参または郵送 ※申込

竹の塚地域学習セン ター・竹の塚図書館 指定管理者の募集

募集施設＝竹の塚地域学習セ
 ンターおよび竹の塚図書館
 (竹の塚2-25-17) 応募
 資格＝次のいずれかに当ては
 まり、募集説明会に参加でき
 る事業者または団体：都内で
 公共的な社会教育施設の窓口
 や運営などで健全な業務実績
 を有する／都または区の競争
 入札参加資格の登録がある
 ※法人格の有無は不問、共同

書は、あだち産業センター産
 業情報室で配布するほか、区
 のホームページからもダウン
 ロード可。くわしくはお問い
 合わせください。 場・申・
 問先＝経営支援係(あだち産
 業センター内) 〒120-000
 34千住1-5-7
 ☎(3870)8404

◆募集説明会・現地見学会

日時＝11月17日(火)、午後1時
 30分開始 場所＝旧教育相談
 センター4階(竹の塚2-25
 -21) 申込＝ファクス・E
 メールで募集要項に添付され
 ている申込書を提出 ※募集
 要項は、区のホームページか
 らダウンロード可
 — いずれも —
 くわしくは区のホームペー
 ジをご覧ください、お問い合

あだち異業種フ ゾラム2010

日時＝22年2月16日(火)、午後
 2時～8時 場所＝区役所庁
 舎ホール 対象＝事業者・従
 業員／起業を考えている方／
 ビジネスチャンスや情報を探
 している方 内容＝講演会
 「ビジネス創造のポイント・
 誰でもできる」／ビジネス

事業体も可。個人は不可 指
 定管理期間＝22年4月1日～
 27年3月31日 申込＝応募書
 類を持参 申し込み受付日＝
 12月9日(水)
 学習施設管理担当
 ☎(38800)5467
 (☎38800)5641
 ☐s-gakushuu@city.adachi.
 tokyo.jp

交流会／製品展示会 ※懇親
 会あり 費用＝3千600円(資
 料代など) 講師＝中西幹育
 氏(株式会社創造研究所会長)
 申込＝申込書を☐へ郵送ま
 たはファクス・Eメールで提
 出 ※申込書は産業振興課工
 業係で配布するほか、区のホ
 ームページからもダウンロード
 可 期限＝22年1月6日(火)
 必着 申・問先＝あだち異業
 種フォーラム2010実行委
 員会事務局(工業係内)
 ☎(38800)5869
 (☎38800)5903
 ☐sangyo@city.adachi.tokyo.jp

広告

早朝 5時～
 深夜 ～23時

出張! パソコン教室

3500円/1時間
 6000円/2時間

足立区内 出張料無

超初心者からプログラム
 指導までベテラン講師が
 懇切丁寧に教えます

電話 050-5805-6788
 リメーション 担当:高橋

暮らし

住民基本台帳カードの更新

対象は顔写真付きの住民基本台帳カードを所有し、次のいずれかに当てはまる方...

男女参画プラザの情報資料室

開館時間 月～土曜日、午前9時～午後5時(祝日・月末は休館)...

環境にも財布にもやさしい太陽光発電の補助金制度

住宅用太陽光発電システム設置費補助金制度 対象は区内の自ら居住する住宅に太陽光発電システムを設置し...

催し物

親子でリースを作って千住を彩ろう

日時 12月5日(土)・6日(日)、午前10時30分開始 ※1回40分、各日10回 場所 千住ミルデイスI番館...

パパと一緒にリースを作ろう!

日時 12月19日(土)、午後2時～4時 場所 エル・ソフィア 対象は区内在住・在勤の父親とその子ども...

住宅用太陽熱利用システム設置費補助金制度

対象は区内の自ら居住する住宅に太陽熱利用システムを設置し、都の補助金の承認を受ける場合...

上記マークがある申し込みは、8面右上の記入例参照

食文化を学ぶ会「フイリピン料理教室」

日時 12月15日(火)、午前11時～午後2時 場所 エル・ソフィア...

パソコン講座

日時等 表1 場所 IIT支援室(あだち産業センター内)...

ニックと一緒にオーストラリアのクリスマスを楽しもう

日時 12月12日(土)、午後1時30分～3時 場所 ベルモント公園...

Table with 4 columns: Course Name, Date/Time, Capacity, Fee. Includes courses like 'パソコン検定試験対策(8日制)', 'Excel2007基礎・基礎から簡単なデータベースまで(2日制)', etc.

環境づくり区民大会

日時 11月19日(内)、午後2時開始 場所 区役所庁舎ホール...

講演会・あなたもできる! NPO活動・CBを応援しよう

日時 12月5日(土)、午後2時～4時 対象 区内在住・在勤・在学の方...

日時 11月19日(内)、午後2時開始 場所 区役所庁舎ホール...

【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

催し物

団塊世代向けお掃除セミナー

日時 12月6日(日)、午後1時30分～4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・在勤でおおむね50～65歳の方

内容 講師 日本ハウスクリーニング協会指導員 定員 30人(11月11日から先着順) 費用 500円(資料代)

申込 電話・ファクス・Eメールで住所、氏名、年齢、メールアドレス、「お掃除セミナー」を連絡 申・問先 NPO活動推進担当

電話 (38880) 5020
FAX (38880) 5613
npoc@city.adachi.tokyo.jp

消費者講座「今から間に合う掃除のコツ」
日時 12月8日(火)、午後1時

30分～3時30分 場所 エル・ソフィア 対象 区内在住・在勤・在学の方 内容 明日から始められる掃除のコツ/汚れの付きにくい掃除の仕方の実演 講師 吉村美紀氏(DIYアドバイザー) 定員 60人(11月11日から先着順) 申込 電話または窓口 申・問先 消費者センター

電話 (38880) 53885

青少年センターの催し

◆中高生プロジェクト「つくって語って考えよう」
日時 11月28日(土)、午後2時～5時 対象 中学生・高校生

内容 内容 中学生・高校生の居場所を考える 講師 高尾美沙子氏(青山学院大学研究員) 定員 30人 申込 電話・ファクス・Eメールで住所、氏名、電話番号、学校名、学年、「中高生プロジェクト」を連絡

◆親子でネイチャークラフトを楽しむ
日時 12月12日(土)、午前10時～正午 対象 中学生以下の方とその保護者 内容 木の枝や実などを使って工作する 講師 中島静香氏(あちこち

会会員) 定員 15組 申込 電話 1つれも

東京藝術大学連携イベント

◆親子で楽しむクリスマスコンサート
日時 12月5日(土)、午後2時～3時30分 場所 天空劇場(東京芸術センター21階) 対象 区内在住の親子 内容 澤和樹氏(ヴァイオリニスト〈東京藝術大学教授〉)を迎え、クリスマスソングやクラシック音楽の演奏/「おとあそび♪音楽隊」による参加型音楽活動 定員 400人(抽選) ※2歳未満の子どもは、保護者と同席の場合あり 申込 申込書を郵送またはファクス ※申込書は地域学習センター、住区センター、区民事務所などで配布するほか、東京藝術大学アトリエゾンセンターのホームページからもダウンロード可

◆研究と創作「アニメーション作家 山村浩二作品の音楽」
日時 12月6日(日)、午後3時～4時30分 場所 東京藝術大学千住キャンパス(千住1-25-1) 対象 区内在住・在勤・在学で6歳以上の方 内容 映画「カフカ 田舎医者」の上映(作曲家・演奏家による生演奏)/作家本人による作品紹介や音楽の制作現場の紹介 講師 山村浩二氏(東京藝術大学映像研究科教授)ほか 定員 150人(抽選) 申込 往復ハガキに住所、氏名、参加人数(4人まで)、電話番号、「山村浩二作品の音楽」を明記し郵送 ※くわしくは東京藝術大学アトリエゾンセンターのホームページまたはアトリエゾンセンター通信(地域学習センター、生涯学習センターなどで配布)をご覧ください。

期限 11月24日(火)必着 申・問先 東京藝術大学アトリエゾンセンター(午前10時30分～午後5時) 〒120-0034千住1-25-1
☎050-5525-2744
FAX 03-5284-1578
HP <http://www.geidai.ac.jp/labs/alc/>
☎3880-5730
問先 区・文化振興担当

東京学芸大学連携イベント

◆子どもも大人もみんなで遊ぼう!
日時等 表1 申込 電話 申・問先 青少年教育担当
☎5242-8163

日時	場所	対象	内容等	定員
12/2(水)、午後3時～5時	青少年センター(ギャラクシティ内)	4～6歳の子どもとその保護者	新聞アートを楽しもう! 新聞紙の海を作る(石井壽郎氏〈東京学芸大学教員〉)	15組(先着順)
12/9(水)、午後3時～5時	千寿双葉小学校	18歳以上の方	小学生に得意な昔遊びを披露しよう(角田貴世氏〈東京学芸大学研究員〉)	15人(先着順)
12/20(日)、午前10時～正午	子ども家庭支援センター	小・中学生とその保護者	新聞アートを楽しもう! 新聞紙で立体を作る(鉄矢悦朗氏〈東京学芸大学教員〉)	15組(先着順)

※先着順は11月11日受付開始

日時等 11月29日…コルク板を使って壁掛けや写真立てを作る 12月6日…廃油を使ってキャンドルを作る 12月13日…牛乳パックの紙を漉いて年賀状を作る ※いずれも日時 11月19日(木)、午後0時10分～0時45分 場所 区役所1階区民ロビー 内容 タング/エイサー/狂言など 申込 不要 ※当日直接会場

日時 11月22日(日)、午前10時～午後2時 場所 千住地域内容 江戸時代に浮世絵に描かれた千住地域巡り/和菓子作り体験 定員 30人(抽選) 費用 300円(材料費)

日時 11月14日(土)、午前10時10分～午後3時30分 場所 シアター1010・10階講義室(千住ミルデイスI番館内) 申込 不要 ※当日直接会場へ 問先 東京家事調停協会

日時 11月18日(水)、午後1時開演/千住本水川神社会館(千住3-22) 講師 漫談・懐メロ・詩吟・三味線/講師(宝井琴梅師)、昔懐かし江戸声百景(宮田章司師)/椋代琴紫

日時 11月14日(土)、午前10時10分～午後3時30分 場所 シアター1010・10階講義室(千住ミルデイスI番館内) 申込 不要 ※当日直接会場へ 問先 東京家事調停協会

ADMS認定「生活習慣病指導員」認定研修会【11月15日(日)開催】
NPO法人ADMS <http://www.adms.or.jp/> 連絡先 :3840-2111(代)(ADMS事務局まで)

上記マークがある申し込みは、10面右上の記入例参照

広告





NPO法人は、行政では対応しきれない、地域一人ひとりの多様化するニーズに応じたサービスを提供するために活動している。10月10日号では、NPO法人がこれからの社会に必要な存在であることを確認した。今号では、NPO法人の活動を応援するためにできることを考える。

心と力を合わせる ことが応援になる

「NPO法人は、同じ思いを持った人が、力を合わせて世の中をより良くしていくものです」とNPO活動に関する区内の拠点、NPO活動支援センター(以下、センター)の増子明香センター長は語る。活動目的に共感し、ボランティアをすることが、大きな応援になるという。

「ただ、NPO法人を応援するためのボランティアは、自分を犠牲にしてするものではないです」と増子センター長は続けた。「できるときにできることをやればいいのです。例えば、経理の仕事をしている方が、休日にNPO法人の会計ソフトを見てあげるだけでも十分です」

「できるときに、できることを」というボランティアの本質を探るために、実際に区内にあるNPO法人でボランティアをしている方を訪ねることにした。

「できること」を できる範囲でやる

20畳ほどのスペースに所狭しと並べられたモノ・モノ・モノ。品数だけでなく、種類も豊富で、花の種類から着物まで並んでいる。ここは、障がい者の介護支援や障がい者運動をしているNPO法人「日だまりケンタ」が運営するリサイクルショップ(竹の塚4-8-9)。地域の方から譲り受けた生活用品を販売し、売り上げを法人全体の運営費などに充てている。

店内に入ると、とびきりの笑顔で、2人の女性が迎え入れてくれた。ショップのお手伝いを受けてきたとき、店員は「店内は地域の方からの品物でいっぱい。これも応援の気持ちの表れだ」



伝えている福田栄子さんと武井文子さんだ。

「できること」
福田さんは、元々、客としてショップに来ていた。毎日のように通ううちに、自然と運営側に回っていた。

「仕事帰りで都合がつくときに、来ているだけなのよ」と福田さんは謙遜する。「つい、お手伝いしたくなっちゃったのよね」と茶目つけたっふりな笑顔を見せてくれた。

もう一方、武井さんは、定年退職直前に区の団塊世代向けの講座を受講し、自分にやれることは何かないか模索していた。そんなとき、「日だまりケンタ」の存在を知った。

「元々、接客業をしていたし、ファッションが好きだったから、ショップのお手伝いをしてみたいと思ったんです」と語る武井さん。店先に植物を置いて客の足を止める工夫をするなど、自身の経験を思う存分発揮している。

「店に入ってきたときには、神妙な面持ちだった人が、私たちと話すことによって、生き生きとした表情で家に帰っていく姿を見るのがとてもうれしい」と武井さん。

「皆、気軽に立ち寄れる所を探していたのね。ここが地

問い合わせ先▽区内のNPO・NPO活動支援センター
 (3840) 2331
 この記事: 広報課 広報係
 (3880) 5815

域のしゃべり場になっているんです」と話す合間にも、次々に常連客がやって来ていた。

「日だまりケンタ」の理事長、金子孝一郎さんは「このNPO法人もそうだと思いますが、人手が足りていないので、同じ思いを持った方々のボランティアは非常に助かります。その結果、店を開ける時間も長くなり、売り上げにも大きく貢献してくれています」と教えてくれた。

「できる範囲でやるから楽しめる」

福田さんと武井さんは、「できるときに、できることを」を正に体現していた。それも自分自身が一番楽しんでいる。2人の生き生きとした姿から、NPO法人へのボランティア参加は、NPO法人を



「この店はお客さんと一緒に作り上げています」と語る武井さん(右)と福田さん(左)

応援するだけでなく、ボランティア側の自分磨きにも繋がっていることが分かった。

応援の形は 十人十色

「人の役に立ちたい」「何か自分にできることをしたい」という思いは十人十色。だからNPO法人を応援する方法も、それぞれ違います」と語る増子センター長。ボランティアをする時間がない人は、「寄付」という方法もある。「寄付」は、個々のNPO法人に直接寄付する方法が一般的だが、区が設立し、5千円を超えるときには税額の一部が控除される「協働パートナー基金」を利用し、区内全体のNPO活動を応援する方法もある。

◆◆◆
 地域の問題解決のために、社会的に必要なNPO法人。NPO法人が活躍できるように応援することが、ひいては自分たちの受けたいサービスの選択肢を広げることになる。「いいまちで暮らしたい」という希望を実現することは、「自分が生きるまちを暮らしやすいまちに変える」とことと同じなのではないだろうか。そのために、地域に密着したNPO法人を皆で応援していきたい。

▲11月14日(土)に、センターでNPOフェスタが行われる。この催しに参加して応援の一步を踏み出そう

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、広報課へ ☎3880-5815

11月30日の有効期限内に 必ず健診を受けましょう!

足立区国保の特定健診と後期高齢者医療健診の「受診券」有効期限は11月30日です!

◆万が一「受診券」を廃棄・紛失した場合でも、再発行が可能です。

◆足立保健所健康推進課 成人保健係へご連絡のうえ、再発行をご依頼ください。

窓口での自己負担はありません。

メタボ先生

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)

家計の負担を かるくする 都民共済!

毎月の掛金が家計の負担になっていませんか?

家計のやりくりが大変な状況が続いています。毎月の家計の負担を減らしたい。でも、万一のときの保障は備えておきたい。そんな方に、都民共済がお役に立ちます!

お問い合わせ・資料のご請求は
都民共済 TEL 03-3980-0271(代)
 ■営業時間/9:00~17:00 ■定休日/土・日・祝日
 〒170-6061 東京都豊島区東池袋3-1-1 サンシャイン60・36階

地震には ウッドピタ

東京都
「平成20年度 安価で信頼できる
木造住宅の耐震改修工法」
都民に紹介する事例に選定

無料
簡易耐震診断
受付中

株式会社
ウッドピタ

【東京支店・中央ショールーム】東京都中央区浜2-2-5
 【新宿ショールーム】東京都新宿区西新宿2-4-1 新宿NSビル1F

ウッドピタ で 検索 ☎0120-260-220
 お気軽に問い合わせください。

足立区の給食は「おいしい給食」

区は、小・中学生が給食を残さず食べ、健やかに成長することをめざして、「おいしい給食推進事業」に取り組んでいます。今号では、学校給食に込めた様々な工夫とそれを体験できるイベントを紹介しします。

申込・問い合わせ先=おいしい給食担当 〒120-8510
中央本町1-17-1 ☎3880-5427

「おいしい給食」の取り組み例

食べる雰囲気や意欲も重視!

給食を作る人への感謝の気持ちや栄養バランスの重要性などを学んでもらいながら、食べる意欲を向上させる取り組みをしています。



▲梅島小学校のスーパー給食では、片岡護シェフがアマトリチャーナのペンネなどを披露

▷超人シェフのスーパー給食…一流シェフを学校に招き、シェフ考案の献立を作ってもらいます。栄養士・調理師が、一流シェフの技術や知識を学び、献立作りに活かしています(今年度3回実施予定)。

▷もりもり給食ウィーク(6月・1月)…子どもが楽しみながら「もりもり」給食を食べられるように、時間の5分間延長や給食に興味を持つような働きかけを行っています。

家で給食体験

～学校の栄養士が伝授する給食レシピ～



子どもたちが残しがちな魚・野菜・豆などをおいしく食べられるよう、学校の栄養士が工夫して給食献立を作っています。今回はその中から「さんまの蒲焼丼」を紹介しします。ぜひ作ってみてください。

さんまの代わりにいわしなども使ってもおいしいぞ!

さんまの蒲焼丼

材料 (大人約4人分)

- 米 …………… 2カップ
- 水 …………… 480ml
- 生さんま(開き) …………… 4枚
- 日本酒 …………… 大さじ1
- しょうが汁 …………… 小さじ1/2
- 片栗粉 …………… 大さじ4
- 揚げ油 …………… 適宜
- 砂糖 …………… 大さじ2
- しょうゆ …………… 大さじ2
- 本みりん …………… 大さじ1
- しょうが汁 …………… 小さじ1/2
- 水 …………… 大さじ5
- 片栗粉 …………… 小さじ1/2
- 水 …………… 小さじ1

※給食用のレシピなので調味料は味見しながら調節してください。

作り方

- 1 米を研いで30分以上水に浸してから、炊く。
- 2 さんまは、Aの日本酒としょうが汁を合わせたもので、下味をつける。
- 3 下味をつけた2のさんまの水気を軽く切り、片栗粉をまぶして、180℃に熱した油で、骨まで食べられるようにカラリと揚げる。
- 4 Bの調味料を小鍋に入れて熱し、ひと煮たちさせ、Cの水で溶いた片栗粉を加えとろみをつけ、たれを作る。
- 5 4のたれの半量を3のさんまにからめて、炊きあがったご飯の上にのせる。残りのたれは、お好みで盛り付けた後にかける。

一言



さんまの蒲焼丼は、秋の味覚として、学校給食でも人気のメニューです。ちなみに給食は、できるだけ国産の食材を選び、加工品や冷凍食品を使わずに作っています。ドレッシングやシチューのルーも手作りで、その上、栄養バランスをよく考えています。

おいしい給食まつり

～新入生もこれでバッチリ! まるごと体験★あだちの給食～

- 12月12日(土)、午前11時～午後4時(試食はなくなり次第終了)
- シアター1010(千住ミルディスI番館内)
- 費用無料、申し込み不要 ※当日直接会場へ

給食の試食

内容=アマトリチャーナのペンネ(片岡護シェフのメニュー) / むろあじのハンバーグ / 小松菜蒸しケーキなど 定員=1,000人(先着順。当日配布する試食券が必要)

▷給食の試食は、定員1,000人のうち、500人は事前申し込み可(抽選)

事前申込対象=来年度新入学児童とその保護者 申し込み方法=往復ハガキに、新入学児童の氏名・生年月日、住所、電話番号、希望人数、給食についての質問、返信面に住所、保護者氏名を明記し、郵送 ※1通につき4人まで 申込期限=11月30日(月)必着

その他のコーナー

展示コーナー(年代別給食レプリカ、学校の取り組み紹介) / 体験コーナー(やってみよう給食当番、さわってみよう調理器具) / ミニシアター(給食メニューコンクール表彰式、学校の栄養士の話)など

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、広報課へ ☎3880-5815

結婚相談

地域一番店を目指して

●ご両親のお問合せが急増中です●

日本仲人連盟 成婚ランキング上位(1~10月ご成婚17名)

地元で安心「結婚相談」出前いたします

迷っておられる方は資料をご覧ください。ご家族と一緒に説明をお聞き下さい。

- 資料をお送りします(無料)。ご希望の日時にお伺いして、ご説明も致します(一部三県は無料)。
- ご自宅でお相手探し出来ます。
- 明朗安心料金システムです。

代表取締役/ 澤井利雄(読売新聞社社友) お気軽にご相談ください
カウンセラー/ 澤井良枝

Eメール sawai@1-p-1.com URL http://www.1-p-1.com

(株)ワンプラスワン ☎0120-79-4150
足立区平野3-26-14

知らなかったでは済まされない! 我が家を守る大切な保険!

第21回 生命保険無料相談会開催のお知らせ

全国各地で開催し、大好評となっている生命保険無料相談会を北千住西口丸井ビル10階・シアター1010(センジュ)にて開催致します。

勤められるままに入った保険、きつかけは様々でも、この先「家族の安心」を守り保障してくれる大切な保険です。しかし、その契約内容について加入した契約者自身がよく分かっていないという現状が指摘されています。

ここに最新の相談会に参加された方の声を紹介します

「保険のことを聞きたいと思っても、どこへ行ったらよいか分からなかったのです。本などで情報を集めてもはっきりした答えは得られませんでした。相談会を知って「これだ」と思いました。さっそく妻と参加して今まで思っていた疑問が一気に解決できました! (40代男性TKさん)」

生命保険無料相談会は、我が家の将来を考えるよい機会です。今回は完全個別性、安心してご家族と一緒に乗り越え下さい。当日は生命保険協会認定FPの資格を持ったファイナンシャルプランナーの個別相談会になります。(但し、定員になり次第締め切らせていただきます) 予約制

会場 シアター 1010 北千住西口丸井ビル10階受付 日時 11/13(土)14(日)15(月) 20(木)21(金)23(土)

梅島エルノフィア・他会場希望随時受付 24時間予約受付フリーダイヤル ☎0120-242-256

※学資保険の相談も受付しております。

ソニー生命保険株式会社 東京ライフプランナーセンター第6支社
東京都港区東新橋1-6-1 日本テレビタワー22F TEL:03-5537-6286 担当:伊東一男 No.SL-07-157-101

成人式 記念写真

六切1ポーズ ¥13,650より

前撮りキャンペーン 12月25日迄

お問合せ・資料のご請求は下記まで。

須賀写真館

☎03-3883-8210
足立区西保木間1-16-2(金曜日定休)
駐車場完備

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