



●発行/足立区 〒120-8510 足立区中央本町1-17-1 ☎3880-5111代 編集/企画部広報課 FAX 3880-5610  
●あだち広報は毎月10日・25日/エクスプレスは奇数月1日発行

## 問1

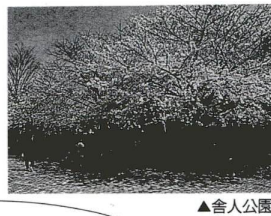
### 〇タセンジュエキ(口千住駅)

口千住駅は、JR常磐線・日比谷線・千代田線、東武伊勢崎線の新線が乗り入れる都内でも屈指のターミナル駅です。歴史も古く、JRの口千住駅は明治29年に開業、東武線は明治32年に開業しました。1日の平均乗降客数は約160万人(平成9年度)、区内駅で最大の利用者数です。平成17年度には常磐新線も開業予定です。また、口千住駅西口では再開発事業が進行中です。平成15年には駅前広場が整備され、再開発ビルもオープン予定です。

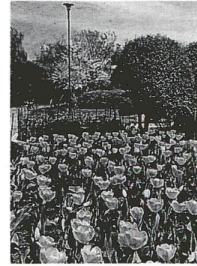


## 問2

### 区の木 桜/区の花 チューリップ



▲舎人公園



▲元洲江公園

区の木は桜、区の花はチューリップです。ワシントンからの里帰りした桜が舎人公園に植樹されるなど、桜の名所が区にはたくさんあります。特に東綾瀬公園、花畑公園の桜が美しい花を咲かせます。

チューリップは、明治10年ごろから足立区の主要な農産物として全国的に有名でした。花は4月下旬から5月上旬に咲き、特に元洲江公園が見事です。

# 新春あだちクイズ



皆さんは足立区のことを、どれくらい知っていますか?区内には、楽しく利用できる区の施設や公園、豊かな自然、歴史的な建物などがたくさんあります。住めば住むほど魅力がアップする足立区。今回はそんな足立区についてクイズを作りました。

クイズ正解者のなかから、抽選で10人の方に、記念品を差し上げます。当選者の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

#### 問題の解き方

- ①問題は全部で9問です。1面から2面に続いています。
- ②各問題の〇のなかに「カタカナ」で1文字入れてください。
- ③各問題で解答した文字を組み合わせると、ある言葉になります。

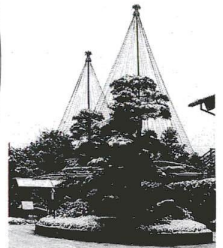
#### 【ヒント】

足立区の基本構想で定めた、区の将来像を示す言葉です。

#### 【解答】

〇〇メ ヌト〇…1面の解答から  
ミスベ〇チ〇〇〇…2面の解答から

解答が正解の読み方の一部分のとき、漢字を今替えます。ご了承ください。



昭和59年、区制50周年を記念して造られた石垣と築地堀に囲まれた日本庭園です。池泉廻遊式庭園といわれる様式で、大池の周りの園路を進むと、滝や流れが変化して見え隠れします。黒松や桜なども見事です。冬になると、松の枝を雪がら守る雪つりもみられます。

花畑4-40-1 ☎3885-9795

昭和59年に西オーストラリア州ベルモン〇市と足立区は姉妹都市提携を調印しました。面積は40km<sup>2</sup>で足立区の約4分の3、人口約2万7千人で足立区の約23分の1の水と緑の豊かなまちです。平成5年に、足立区にできたベルモン〇公園は友好親善のシンボル。園内の池には、ブラックスワン(黒鳥)も、泳いでいます。ベルモン〇公園…梅島1-33、梅島2-17



▲姉妹都市の学生使節団が第五中学校を訪問

2面へ

## 問4

### 姉妹都市 ベルモン〇市

## 問3

### ハナハタ〇ネンテイエン(花畑〇念庭園)

## 応募方法

ハガキにクイズの解答、氏名(フリガナ)、年齢、住所、電話番号、「あだち広報」を読んで感じたこと、意見、よく読む記事を書いて送ってください。  
申・問先=〒120-8510中央本町1-17-1足立区役所広報課「新春あだちクイズ」係 ☎3880-5111代  
期限=1月22日必着

うら

- ①クイズの解答
- ②氏名(フリガナ)
- ③年齢
- ④住所・電話番号
- ⑤日ごろ、「あだち広報」を読んで感じたことよく読む記事

おもて

切手 120-8510  
足立区中央本町1-17-1  
足立区役所広報課  
「新春あだちクイズ」係行

博物館の地域講座「石造物をしらべろ」は、区内の社寺や路傍に残された、庚申塔、地藏、道標などの調査を行っています。  
現在、軍士塚の石造物と綾瀬川以東の地域についての調査が終了しています。区内のどんな場所にどのような石造物があるのか、その意味や年代の分布など、石造物博物館 ☎(03)560-5200

郷土博物館企画展「石造物をしらべろ」  
1月17日〜3月28日

博物館の地域講座「石造物をしらべろ」は、区内の社寺や路傍に残された、庚申塔、地藏、道標などの調査を行っています。  
現在、軍士塚の石造物と綾瀬川以東の地域についての調査が終了しています。区内のどんな場所にどのような石造物があるのか、その意味や年代の分布など、石造物博物館 ☎(03)560-5200

あだち広報エクスプレス3月号  
投稿募集「学校」

入学・卒業をして様々な行事、また通学中の様々な学校に関する投稿をお寄せください。既に卒業された方、また現在、通学中の方の投稿をお待ちしています。選挙のうそ掲載し、掲載された方には、粗品を差し上げます。  
申込住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入し、40字程度にまとめて郵送またはファクスにて1月18日 申・問先へ広報係 ☎120-8510中央本町1-17-1 ☎3880-5111代 ☎(03)560-5200

#### 今号の主な内容

- 2・3面▽保健福祉ガイド/介護保険Q&A/ワンポイント健康術
- 4・5面▽足立の災害対策/訪問 東京都住宅供給公社西新井営業所/学校アルバム
- 6・7面▽暮らしの情報/催し物ガイド/フリーマーケット/掲示板/みんなのページ
- 8面▽ママこいの場所を訪ねて/花だより/スマッチ



# 新春あだちクイズ

問題の解き方

- ①問題は全部で9問です。1面から2面に続いています。
- ②各問題の○のなかに「カタカナ」で1文字入れてください。
- ③各問題で解答した文字を組み合わせると、ある言葉になります。

【ヒント】足立区の基本構想で定めた、区の将来像を示す言葉です。

【解答】 ○○メ○ ヌト○…1面の解答から  
ミズベ○○チ○○○…2面の解答から

1面から

## 問5

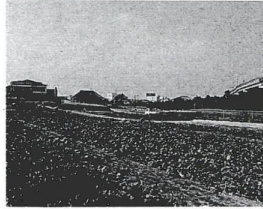
ニシアライ○イシ<西新井□師>

天長3(826)年、弘法大師の創建といわれる足立区の代表的観光名所。古くから、初詣や厄除け祈願などで多くの人々が訪れます。毎月21日には縁日が開かれ、1月21日は初師といわれダルマを買う人で特に賑わいます。関東唯一のポタン園や樹齢500年といわれる藤棚も見事です。  
西新井1-15-1



## 問6

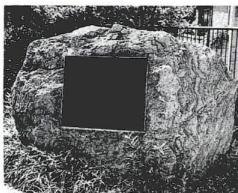
トシ○ウギョウコウエン<都市□業公園>



昭和30年代くらいまでは、稲作が盛んだった農業地帯の足立区。かつての農業の様子を今に伝えるとともに、自然とふれあえるところが、荒川に隣接した「都市業公園」。園内には梅や桜などが四季折々の花を咲かせ、水田や畑が広がります。熱帯植物が生い茂る温室やハーブ園、江戸時代後期の農家も移築されています。レストランもあります。  
鹿浜2-44-1 ☎3863-4114

## 問9

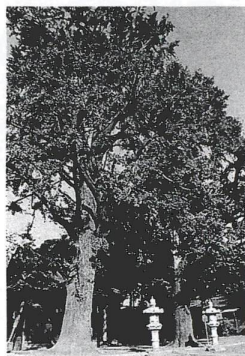
芭蕉の「おくのほそ道」への旅は、元禄2(1689)年に深川から舟を出て千住へ上陸して「行春や鳥啼魚の目は泪」と矢立て初の句を詠みました。日本の代表的な俳諧紀行文学の第一歩はここから始まったのです。これにちなみ、千住大橋の北詰の大橋公園には、「矢立て初の碑」があります。 千住橋戸町31



○ツオバシヨウヘ□尾芭蕉

## 問8

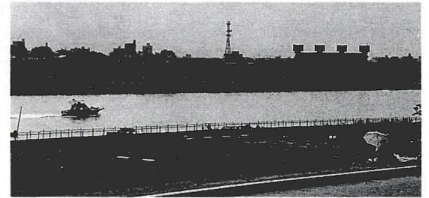
興野神社のイ○ヨウ



区では、大切な緑を守るため670本を超える保存樹木や5カ所の樹林を指定しています。その保存樹木の中で、一番太い木がこの「イ○ヨウ」。幹周りが4m42cmという立派な大木です。  
興野2-1

## 問7

○ラカワ <□川>



四方を川に囲まれた足立区。なかでも、□川の河川敷は花火大会などのイベント会場、汗を流す運動場、自然と親しむワンド広場と楽しみ方色々。  
私たちが「□川」と呼んでいるこの川は、現在の隅田川の流れを変えて造り出された人工の川です。この工事は洪水の被害を防ぐため、明治44年に着工し、昭和5年に完成した、日本の土木史に残る大事業でした。

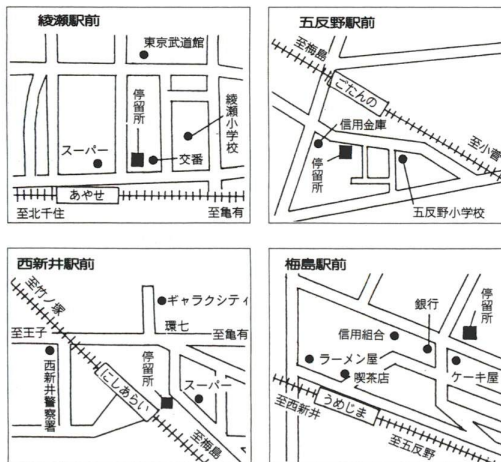
### 送迎車時刻表

綾瀬駅前	五反野駅前	区役所(西新井行き)	西新井駅前	梅島駅前	区役所(綾瀬行き)
8:35	8:42	8:52	9:03	9:12	9:26
9:45	9:52	10:02	10:13	10:22	10:36
10:55	11:02	11:12	11:23	11:32	11:46
12:55	13:02	13:12	13:23	13:32	13:46
14:05	14:12	14:22	14:33	14:42	14:56
15:15	15:22	15:32	15:43	15:52	16:06
16:25	16:32	16:42	16:53	17:02	17:16

ルート：綾瀬→五反野→区役所→西新井→梅島→区役所→綾瀬  
※時間は、道路事情により前後します

高齢者や体の不自由な方、傷病者、妊婦等とその介護者対象に区役所来庁用として、綾瀬・五反野・西新井・梅島の各駅周辺から無料の送迎車(車イス含む)を運行しています。運行日は、土日・休日等を除く毎日、運行時刻および停留所は図のとおりです。  
問先：庁舎管理課 ☎(03)5711-5111

### お年寄りや体の不自由な方のために 区役所無料送迎車を運行しています



### 高齢者の就業出張相談

シルバー人材センターでは、豊富な知識と経験を持ち、健康で働く意欲のある高齢者の皆さんの就業の相談に応じます。 ※西新井区民ギャラリーについては、都・区民センターにて実施します。

出張相談日程

場所	日程
勤労福祉サービスセンター	第2火曜日 午前10時～午後3時
老人会館	第3火曜日 午前10時～午後3時
西新井区民ギャラリー	第3木曜日 午前10時～午後4時

人材センター ☎(03)5711-5111

### 同和問題の理解のために

差別をなくす運動 ①  
本平社の創立は、長い間差別に苦められてきた人びとの方と勇気奮え、自主解放の志のもと、各地をめぐり本平社の支部が結成されました。  
創立大会から一年あとの間に、京船以下3府2県で20余の本平社が立ち、大正13年には別荘を、そして翌14年には、金庫・別荘にのほろびました。この運動が、部落解放の第一歩を踏み出したのです。  
放つためにこの方法の一つに、大会の決議にあわせて、差別的言動に対する「徹底的糾弾」がありました。  
本平社が結成した差別事件は、大正11年だけで60件を超え、翌12年には全国で100条件になりました。  
糾弾闘争は、始めは主として個人に向けられていましたが、大正末期になると、軍隊、警察ほか公的機関や代表者に向けられるようになっていきました。  
糾弾闘争は、始めは主として個人に向けられていましたが、大正末期になると、軍隊、警察ほか公的機関や代表者に向けられるようになっていきました。  
糾弾闘争は、始めは主として個人に向けられていましたが、大正末期になると、軍隊、警察ほか公的機関や代表者に向けられるようになっていきました。  
糾弾闘争は、始めは主として個人に向けられていましたが、大正末期になると、軍隊、警察ほか公的機関や代表者に向けられるようになっていきました。



# 保健福祉ガイド

## 該当する方は申請を 児童扶養手当・児童育成手当

●児童扶養手当  
対象：区内に住所があり、昭和55年1月1日以後に生まれた児童(障害のある児童は18歳1月までを養育している母または養育者で、父が父の状態にある方：離婚、死、生死不明、1年以上の遺棄または1年以上の法令による拘禁等)で父不在/婚姻にないで生まれた児童で父から認められていても、養育されていない父に重度の障害がある方、身障手帳1・2級程度、支給制限される場合(所得制限以外の収入が加算)

●児童育成手当  
対象：昭和55年4月1日以後に生まれた児童(父または母が死んでいない、生死不明/父または母が1年以上を養育している方、父が離婚/父または母が死んでいない、生死不明/父または母が1年以上を養育している方、父または母が法令により1年以上拘禁されている方、状況により申請に必要なものが異なる)で、お問い合せください。申問先：児童手当係 3千500円

●いづれも  
所得制限があり、児童が施設入所している場合は支給されません。状況により申請に必要なものが異なるので、お問い合せください。申問先：児童手当係 3千500円

## 介護保険Q&A

### 第6回 認定基準とサービス例

Q: 要介護認定基準とサービスの内容がどうなっているのですか。  
A: 左表のとおりです。サービスは訪問介護、訪問入浴、訪問リハビリテーション、デイケア、デイサービス、ショートステイなどを組み合わせて使えます。問先：介護保険課

要介護度	認定の基準	在宅のサービス標準例
要支援	日常生活を遂行する能力は基本的にあるが、浴槽の出入りなどに一部介助が必要。	週2~3回程度のサービス
要介護	1 立ち上がりや歩行などに不安定さがみられることが多い。排せつや入浴などに一部介助が必要。	1日1回程度のサービス
	2 立ち上がりや歩行など自力ではできない場合が多い。排せつや入浴、衣服の着脱などに一部介助または全介助が必要。	1日1~2回程度のサービス
	3 立ち上がりや歩行など自力ではできない。排せつや入浴、衣服の着脱などに全介助が必要。	1日2回程度のサービス
	4 日常生活を遂行する能力はかなり低下しており、排せつや入浴、衣服の着脱などに全面的な介助、食事摂取に一部介助が必要。	1日2~3回程度のサービス
	5 日常生活を遂行する能力は著しく低下しており、生活全般にわたって、全面的な介助が必要。	1日3~4回程度のサービス

3面で問い合わせ先の電話番号がないものは区役所代表へ ☎(38880) 51111代  
凡例 申・申込：申し込み方法 期限：申し込み期限 申・申込：申し込み場所 申・申込：お問い合わせ先

## 足立区児童手当(第3子以上)の手続きは、お済みですか

10月1日以後に誕生された児童(区内に住所あり)は、お済みですか。11月1日までに申請手続きをします。10月以前の誕生月の方は、誕生月の翌月から月額1万円の手当が支給されます。1人1万円の手当が支給され、1人以上の方、申問先：児童手当係 または各福祉事務所(表2)

表1 10年度所得制限額(平成9年中の所得)

扶養人数	所得制限額
0人	152759,000円
1人	182759,000円
2人	212759,000円
3人	242759,000円
4人	272759,000円

\*5人目以降は、1人増えるごとに30万円を所得制限額に加算

表2 福祉事務所一覧

福祉事務所	電話番号
中部福祉事務所(区役所内)	☎3880-5111代
千住福祉事務所	☎3888-3141
東部福祉事務所	☎3605-7105
西部福祉事務所	☎3897-5011
北部福祉事務所	☎3883-6800

## 保育園児募集 4月入園・転園

面談が動いたり、病児等の理由で乳幼児の保育がきまりの方のために、随時保育園入園の相談・申し込みを受け付けています。ただし、年齢によっては空きのない場合があります。転園希望の方は、転園希望の保育園に申し込みが必要で、申問先：各福祉事務所(表2)

## 「親乳医療証」をお持ちの方へ

●自己負担金の滞付  
●郵外⑥のクリニックの医療証は、⑥の医療機関で受診したり、医療証を持たずに受診したときは必ず領収書(受診者氏名・診療年月日/保険点数/自己負担金額/医療機関名/記載のもの)を受け取ってください。申込：領収書/印鑑/申請者名義の預金通帳(郵便局以外) ⑥の医療証

## 健康術

【ストレスとリラクゼーション】  
現代人を取り巻く環境の中には、さまざまなストレスが存在します。この言葉からは、悪いイメージを連想しやすいですが、色々な状況の変化によって、体や感情が反応することで悪いことばかりではありません。

●「プラス」と「マイナス」のストレス  
スポーツをする時の適度な緊張感もストレスで、集中力を高め、ケガの予防や成績アップにも作用します。しかし、ストレスを受け「ゆとりの時間」が持てなかったときに、マイナスに作用します。大事なのは、ストレスをためずに、自分なりのリラクゼーションのテクニックを身につけ早期に解消することです。

- リラクゼーションテクニック
- ①呼吸法…酸素を大量に体内に取り入れることによってリラックスします。両手をお腹にあてて鼻から深く息を吸い込み、吐く時は口をすぼめゆっくり出します。
  - ②筋肉ほぐし…ストレスと筋肉の関係は、深い関係にあり、身体的疲労を除くことでストレスを解消します。疲れがたまってきた部分の筋肉に対し、力を入れたり抜いたりを2~3秒間隔で続けます。血行が良くなり、緊張をほぐします。
  - ③自律訓練法…精神面の休息もリラックスにつながり、頭をカラッポにすることは、リラクゼーションの基礎です。また、穏やかな風景等をイメージすることも有効です。
  - ④積極的な運動…ストレッチ体操や積極的な運動が、有効です。健康的なライフスタイルは、人間関係にもよい影響を与えストレスを抑えます。
  - ⑤積極的な休息…最も簡単な方法で、生活のペースを落とし、のんびり過ごす積極的な体を休ませることで、明日への活力を養います。



《体育課》

健康保険証を窓口持参  
●保険証の種類が変わったとき変更の手続きが必要です。新しい健康保険証/印鑑/⑥の医療証を窓口にお持ちください。

●食事と健康教室(二日制)  
●体重とうまくつきあおう  
自分に合った体重を維持する方法を、一緒に見つけてみませんか。  
日時：1月20日(水)、27日(水) 午後1時30分~3時30分  
内容：減量を続けるための食生活、自宅でできる簡単な体操、定員：30人(先着順) 費用：無料 申込：電話 ⑥の医療証 ⑥の健康課 費用：3000円(先着順) 費用：無料 申込：電話 場：申・問先 ⑥東和保健相談所 ☎(3800) 4171

●講演会 思春期青年期の揺れる心を考える  
動かしにくい/云後の生活について ※動きやすい服装で参加を 定員：40人 先着順  
申・申込：電話 場：申・問先 ⑥東和保健相談所 ☎(3800) 51111

●介護講演会 介護する人の心  
日時：1月19日(火) 午後7時~9時  
講師：永田久美子氏(東京都老人総合研究所保健師/介護体験者) 区民/ホムヘルパー  
定員：50人 先着順 費用：無料 申込：電話 場：申・問先 ⑥東和保健相談所 ☎(3800) 4171 直通

●潰瘍性大腸炎患者会  
日時：1月25日(日) 午後1時30分~3時30分  
対象：潰瘍性大腸炎の方とその家族 内容：情報交換  
交流会 費用：無料 申込：電話 場：申・問先 ⑥東和保健相談所 ☎(3800) 4004

●高脂血症予防教室  
日時：2月1日(月) 15時、午後1時30分~3時30分  
対象：成人健康診査(区内医療機関実施を受けた方) ※受講時に成人健康診査結果を持参 内容：VLDL、LDL、果糖を減らす、食生活の工夫/グループワーク/VLDL、LDL、果糖を減らす、食生活の工夫/グループワーク

●集団給食技術者講習会  
日程：表3 場所：千住保健所  
対象：事業所、病院、学校、寄宿舍、児童・社会福祉施設等の給食管理者、栄養士、調理師、その他調理作業関係者、在学生栄養士等  
定員：60人(先着順) 費用：無料 申込：電話 期限：1月22日 申・問先：千住保健所 ☎(3800) 4277

表3 集団給食技術者講習会日程

日程	内容
2/2(水)	環境ホルモンと健康 食器・厨房機器の安全性その他 岐阜経済大学講師 天笠啓祐氏
8(月)	倫と健康 東京都老人総合研究所 鈴木隆雄氏
22(月)	アレルギーと食事 東京女子医科大学 大谷智子氏

※いづれも時間は午後2時~4時



# 毎朝、日本のどこかで地震が発生しています

表1 東京都および近隣の過去1年間の地震発生件数

震源地(近着食品)	震度	震度1	震度2	震度3	震度4	合計
東京都	(1.0)	75回	31回	10回	2回	118回
23区・多摩地区	(1.0)	75回	31回	10回	2回	118回
内 東京都	(1.0)	54回	22回	10回	2回	88回
新島・神津島	(5.0)	6回	5回			11回
伊豆諸島	(1.0)	13回	4回			17回
静岡県	7回	31回	12回	5回		125回
茨城県	3回	15回	7回	2回		37回
千葉県	27回	7回	7回			51回
栃木県	9回	1回				10回
神奈川県	2回	1回	3回			6回
山梨県	3回	2回				5回
埼玉県	1回					1回
群馬県						0回
合計		219回	88回	40回	9回	356回

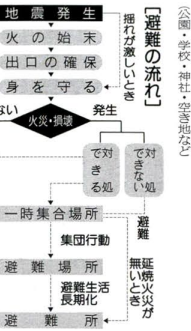
## 地震発生時の行動チェック

「安全な避難場所」を確保して、避難中に「地震」が起きたら、どう行動すればいいのか。多くの人が悩んでいる。今回は、地震発生時の行動チェックを、地域防災リーダーから学ぶ。

●避難場所の確保  
地震発生時の避難場所は、あらかじめ確保しておくことが重要。避難場所には、家具や什物がないこと、窓やガラスがないこと、天井の吊り下げ物がないこと、火気や電源がないこと、床が平らなこと、避難経路が確保されていることなどが求められる。

●避難時の行動  
地震発生時は、まず冷静に状況を判断する。揺れが強い場合は、机やテーブルの下に身を隠す。揺れが弱ければ、壁沿いや柱のそばに立つ。エレベーターは絶対に使わない。火気や電源を断る。避難時には、靴を履き、手袋やマスクを着用する。避難後は、周囲の状況を確認し、必要に応じて助けを求めたり、連絡をとったりする。

## 避難の流れ



### 消防や救出活動を地域の皆さんで

消防や救出活動を地域の皆さんで。消防団や消防委員会、消防ボランティアなど、地域の皆さんが活躍の場を確保し、災害発生時の対応力を高めることが重要です。

「入居者の命を守る防災活動」を奨励しています。入居者の命を守るためには、防災活動の重要性を認識し、積極的に参加することが求められます。



### 消火活動

消火活動の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

消火活動の種類

- 自主消防活動
- 消防団活動
- 消防委員会活動

### 救出活動

救出活動の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

救出活動の種類

- 自主救出活動
- 消防団救出活動
- 消防委員会救出活動

### 救出活動

救出活動の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

救出活動の種類

- 自主救出活動
- 消防団救出活動
- 消防委員会救出活動

### 足立の災害対策

足立区の災害対策について詳しく説明しています。

足立区の災害対策

- 防災意識の向上
- 防災施設の整備
- 防災活動の推進

### 避難所の運営は、避難した皆さんの手におまかせ

避難所の運営は、避難した皆さんの手におまかせ。地域の皆さんが主体的に運営に参加することが重要です。

### 避難所運営会議

避難所運営会議の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

避難所運営会議の種類

- 自主運営会議
- 消防団運営会議
- 消防委員会運営会議

### 家族みんなで防災会議

家族みんなで防災会議を開催し、防災意識を高めましょう。

家族みんなで防災会議の種類

- 自主防災会議
- 消防団防災会議
- 消防委員会防災会議

### 家族みんなで防災会議

家族みんなで防災会議を開催し、防災意識を高めましょう。

家族みんなで防災会議の種類

- 自主防災会議
- 消防団防災会議
- 消防委員会防災会議

### 情報・通信

情報・通信の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

情報・通信の種類

- 防災無線
- 防災メール
- 防災ホームページ

### 情報・通信

情報・通信の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

情報・通信の種類

- 防災無線
- 防災メール
- 防災ホームページ

### 情報・通信

情報・通信の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

情報・通信の種類

- 防災無線
- 防災メール
- 防災ホームページ

### 備蓄

備蓄の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

備蓄の種類

- 食料備蓄
- 飲料水備蓄
- 日用品備蓄

### 備蓄

備蓄の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

備蓄の種類

- 食料備蓄
- 飲料水備蓄
- 日用品備蓄

### 備蓄

備蓄の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

備蓄の種類

- 食料備蓄
- 飲料水備蓄
- 日用品備蓄

### 水

水の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

水の確保方法

- 貯水
- 湧水
- 井戸

### 水

水の重要性を説き、地域防災リーダーの役割を説明しています。

水の確保方法

- 貯水
- 湧水
- 井戸

### 訪問 東京都住宅供給公社

東京都住宅供給公社の最新事業について紹介しています。

東京都住宅供給公社の種類

- 新築住宅
- リフォーム
- 賃貸住宅

### 訪問 東京都住宅供給公社

東京都住宅供給公社の最新事業について紹介しています。

東京都住宅供給公社の種類

- 新築住宅
- リフォーム
- 賃貸住宅

### 訪問 東京都住宅供給公社

東京都住宅供給公社の最新事業について紹介しています。

東京都住宅供給公社の種類

- 新築住宅
- リフォーム
- 賃貸住宅

### 千寿第八小学校

千寿第八小学校の最新事業について紹介しています。

千寿第八小学校の種類

- 新築校舎
- 校舎改修
- 校舎建て替え

### 千寿第八小学校

千寿第八小学校の最新事業について紹介しています。

千寿第八小学校の種類

- 新築校舎
- 校舎改修
- 校舎建て替え

### 千寿第八小学校

千寿第八小学校の最新事業について紹介しています。

千寿第八小学校の種類

- 新築校舎
- 校舎改修
- 校舎建て替え

### 第二中学校

第二中学校の最新事業について紹介しています。

第二中学校の種類

- 新築校舎
- 校舎改修
- 校舎建て替え

### 第二中学校

第二中学校の最新事業について紹介しています。

第二中学校の種類

- 新築校舎
- 校舎改修
- 校舎建て替え



# くぐりの情報

## 国保・税・年金

### 1月～3月分の納付書をお送りします

国民健康保険料1月～3月分の納付書を、1月17日に郵送します。国民健康保険の納期は毎月末日です。なお、納め忘れのない便利なお知らせ振替制度があります。納付書と預金通帳、通帳印をお持ち

### 現在持っているバイクや軽自動車の税金を払ってはいませんか

軽自動車税は、4月1日現在、バイクや軽自動車等を所有している方にかかる税金です。原動機付自転車や軽二・三・四輪車、二輪小型自動車を持つ方は、それぞれに該当する方掛け出せば11年度以降の税金はかかりません。対象は「警察に届出を出してない方(警察に届出を出していても車庫届は必要です)」「届け出をしていない方(「警察に届出を出してない方」が登録したままになっている方) 問先表1

軽自動車の種別	問い合わせ先
原動機付自転車(50cc～125cc以下)	区役所・軽自動車税係 ☎3880-5111(代)
軽二輪車(128cc～250cc以下) 軽小型自動車(250cc超)	東京陸運支局 登録事務係 ☎3884-1511 足立自動車検査 登録事務所 ☎3884-1511
軽三輪・軽四輪車(660cc以下)	軽自動車検査協会 足立支所 東京主管事務所 ☎3897-5675 テレホンサービス ☎3472-5551

### 11年度入室児童を募集中

4月からの学童保育室の入室児童を募集しています。申込対象は、申請書、家庭状況表、勤務証明書等を提出し、用紙は学童保育室にありません。期限1月19日。問先学童保育係または指導相談係

### 20歳になった障害者の方へ 障害基礎年金が請求できます

特別児童扶養手当を受け取っている方や、20歳前初診日のある病気やケガなどで、日常生活に著しい制限がある障害者の方は、20歳になりましたら障害基礎年金が請求できます。なお、請求は20歳になった日以降になります。

### 6・7面で問い合わせ先の電話番号がないものは区役所代表へ ☎(3880)5111(代)

凡例 申込：申し込み方法 期限：申し込み期限 場所：申し込み場所・申し込み先・問い合わせ先

## 教育

### 上総湊健康学園入園説明会

11年度上総湊健康学園の入園児童を募集しています。お子さんの健康回復・増進を望んでいる保護者の方は、ぜひ、お問合せください。日時1月16日(日)午後7時 場所キキラシティ 食保

### あつせんしています

#### 私立高校等入学資金融資

お子さんの私立高校・高等専門学校等の入学資金に困りの方へ融資のあっせんをいたします。対象は私立高校・高等専門学校または大学入学者を得られた私立の専修学校高等課程修了者など同居している保護者(区内に引き継ぎ一年以上居住し、住民税を滞納していない方)9年間の年収が次の限度額以下の方。貸付利率は、お申し込みの総額が10万円以下▽事業所得者：総所得金額等が10万円以下 ※前条件にあってはまる場合でも取扱金融機関の貸付基準により融資受けられない場合もあります。融資金額10万円～50万円(1万円単位) ※ただし、申込先学務課相談係

### 教育研究所の 教育相談と臨時休館

教育相談(面接・電話) 学校に行くのを嫌がる、言葉が遅いなど、お子さんの教育上の悩みについて専門の相談員が相談に応じます。▽面接相談：白時1時～15時、金曜日(祝日を除く)、午前9時～午後5時 申込電話：場・申

### 建設工事等の競争入札 参加登録受け付け

11年度に、区の建設工事等の競争入札に参加を希望する方は、次のとおり申請してください。期間▽区内業者：1月25日～28日▽区外業者：1月9日～25日 ※土・日・祝を除く 時間▽午前9時30分～午後3時30分(正午前) 問先教育研究所 ☎3880-0800

### 栄養士(非常勤)募集

勤務場所：区立小・中学校 対象：栄養士有資格者(11年3月31日取得済) 内容：学校給食に関する業務 勤務条件等：週5日以内/採用は4月1日/有休・社保有り 定員：10名程度 選考：書類選考および面接(日程は後日通知) 申込：自筆の履歴書(写真は1枚)を、持参。1日

### 学びたい！それが入学資格です

#### 放送大学4月入学生募集

放送大学は、18歳以上なら、なにも入学試験なしに学べる、正規の大学です。学部は教育学部で、現在開講されている約30の科目はすべて、テレビ(TV)、ラジオ(R)、FM、CD、CD-Rなどから放送され、1科目から自宅で学習を進めることができます。また、足立区に隣接する第三学習センターでは、面接授業や学習相談を受けたり、図書室を有効活用できます。

### 女性総合センター 情報資料室の休館

特別鑑賞のため1月18日、22日は休館します。ご協力をお願いします。問先女性総合センター ☎3880-0522

### 掲示板

●日曜柔道整復術 日曜日持ち回りで接骨院にも柔道整復術を希望する方は、実施場所を問わずに問い合わせください。問先足立区柔道整復術会 ☎3880-0800

●第1回「足立区」福祉フォーラム 日時：2月13日(日)午後1時～5時 場所：竹塚社会教育館 内容：実際の活動につながる仲間づくり。今こそ動きだそう。定員20人 費用無料 問先：つた、あけぼの学園 ☎3884-0800

●定時制工業高校1日体験入学 日時：1月30日(日)午後2時～5時 対象：定時制工業高校に関心のある方 費用無料 申込：1月23日(日)まで 希望資料(機械・電気・電子のいずれか)住所、氏名、年齢、電話番号を記入 期限：1月23日必着 場・申 問先：都立本所工業校定時制 ☎03-5033-6800 葛飾区南水元4-21-1

●3880-4000(午後3時～) ビジネスキャリア修習認定試験 試験日：1月13日、14日 対象：1

### フリーマーケット

●1月24日(日) 本木1丁目有地 午前9時～午後3時 ※雨天の場合1月31日(日)80区画 出店料千円 往復ハガキ(1月15日必着) ※駐車場費・不要明記 ☎123-8700 足立西郵便局 金亨

●1月24日(日) 北千住イベント広場(旧本庁舎跡地) 午前9時～午後3時 ※雨天中止

●80区画 出店料千円 電話 ☎3884-0290

●1月31日(日) 北千住イベント広場(旧本庁舎跡地)

●1月24日(日) 本木1丁目有地 午前9時～午後3時 ※雨天の場合1月31日(日)80区画 出店料千円 往復ハガキ(1月15日必着) ※駐車場費・不要明記 ☎123-8700 足立西郵便局 金亨

●1月24日(日) 北千住イベント広場(旧本庁舎跡地) 午前9時～午後3時 ※雨天中止

●80区画 出店料千円 電話 ☎3884-0290

●1月31日(日) 北千住イベント広場(旧本庁舎跡地)





# 生活環境



## 2月1日から区内全域で 週1回の資源回収 (古紙・びん・缶)を開始

可燃ごみ・不燃ごみの中に、紙・びん・缶を資源としてリサイクル可能なものが、まだまだ多く残っています。現在、ごみとして処理されているこれらのものを、積極的に資源として出していただくことで、ごみを減らし、貴重な資源循環させていきます。

●資源回収は週1回、可燃ごみ収集は週2回に  
資源ごみ収集月2回を資源回収週1回に拡大し、それに伴い可燃ごみ収集を週3回から週2回に減らします。表2

種別	変更後	変更前
可燃ごみ	週2回	週3回
不燃ごみ	週1回	週1回
資源	週1回	月2回

表2 回収方法の変更

●実施日  
2月1日(月)から

●実施区域  
区内全域 ※くわんは、1月中旬に開始チラシを配布予定  
問先 足立東清掃事務所 千住地区  
区役所 区道4号線東側

●(consult) 011-1200-0111  
足立西清掃事務所 千住地区を除く  
区道4号線西側

●(consult) 2141

## 住居表示板を紛失した方へ

住居表示実施済みの区域で、玄関付近に取り付けられている住居表示板(緑のアルミ板)を破損・紛失した場合は、速に区役所へご連絡ください。

## やめよう！運転中の携帯電話

携帯電話の普及によって、自動車運転中の携帯電話使用による交通事故が年々増加しています。都内では10年9月末現在、10件の事故が発生し、昨年の同時期に比べて20%も増加しています。また、発生件数の47%は呼び出し音鳴り、受信したときなどに起ったものでした。事故の内容をみると、衝突にあちものが多数を占めています。

走行中携帯電話を使用すると、注意力が散漫になり、視覚運転や片手運転など危険な運転になり、

●一回は変更しませぬ  
●事業資源ごみの取り扱い  
これまで、事業資源ごみの扱いは、暫定的な取り扱いとして無料で収集していましたが、この扱いは、1月31日をもって終了し、原則的な取り扱い(有料シール制)となります。

## 非常勤保健婦募集

足立区職員への保健指導、各種検診業務の補助に従事する方を募集します。対象 保健婦資格を有する女性(20歳以上)の方。採用 4月1日、雇用期間 原則1年間 ※条件に応じ更新可 勤務時間 週30時間 報酬 月額20万円 検診業務補助に従事する方を募集します。対象 保健婦資格を有する女性(20歳以上)の方。採用 4月1日、雇用期間 原則1年間 ※条件に応じ更新可 勤務時間 週30時間 報酬 月額20万円

## 燃えない建物を 建てる方に助成します

11年3月31日に環状7号線ほか2地区事業終了



区では、災害に強いまちづくりの一環として、大地震時の火災に耐える「避難路」や「延焼防止帯」を整備するため、都市防災不燃促進事業を行っています。この事業は、不燃化促進区域内で事業期間中、一定の条件に合った不燃建築物を建てるに工事費の一部を助成し、建物不燃化を促進するものです。この区域内で建物を建てようとする方は、ぜひ、ご利用ください。また、建築事業者までにお知らせください。

●(consult) 4001  
足立西清掃事務所 千住地区を除く  
区道4号線西側

## 子育て仲間づくり モデル地区実践 発表大会

子育て仲間づくりの事業もこのほど完了し、5団体がこれからのPTA活動のあり方や家庭教育力の向上を目指す年間の実践活動の成果を発表します。

日時 1月21日(木)、午後7時~4時30分 場所 区役所庁舎ホール  
問先 家庭教育推進担当

## ほのぼの子育て この指とまれ! 音楽DEホットライン

分劃の受講ができます。日程 表3 対象 満6歳以上で、スポーツ指導を行っている方および指導者を自任する方。定員 70人 費用 無料 申込 往復ハガキにて 1月27日(木)、午前10時~正午 場所 キヤクシティ 対象 子育てにかかわる親、そのほか子育てに関心のある大人 ※幼児は一緒に参加可 内容 心を遊ばせ、歌を通して子どもと心をのびさせる。講師 吉村温子氏(子ども支援事業推進員) 玉川本講師 定員 約100人 費用 無料 申込 当日直接会場へ 問先 中部児童課

## スポーツ指導員 養成講習会 「共通科目第2回」

各種スポーツ指導者の資質、指導力の向上、生涯スポーツ活動の普及・推進を図ることを目的に開催します。共通科目別に開催する科目の受講・試験に合格した方は、区公認のスポーツ指導員として認定し登録ができます。また、履修において単位不足が生じた場合は、次回講習会以降も受講が可能です。

●(consult) 4001  
み問題を考えさせよう。日時 1月30日(土)、午後1時30分~3時 対象 区内在住、在勤の方 定員 40人(抽選) 費用 無料 申込 ハガキまたはインターネットで住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記 期限 1月20日 場 申・問先 足立清掃工場 場 申・問先 081-1200-4711

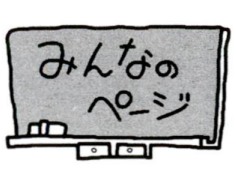
## 足立清掃工場 個人見学会

地域の清掃工場を見学して、ごみ問題を考えさせよう。日時 1月30日(土)、午後1時30分~3時 対象 区内在住、在勤の方 定員 40人(抽選) 費用 無料 申込 ハガキまたはインターネットで住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記 期限 1月20日 場 申・問先 足立清掃工場 場 申・問先 081-1200-4711

## 足立生まれのスポーツ ファミリートニス 親睦交流会(第3回)

スポーツに親しみのなかで、たのしいスポーツとして開発したファミリートニス。初心者もすぐにラリーが楽しめる好評です。お気軽に参加ください。

日時 2月21日(日)、午前9時30分~午後4時 場所 総合スポーツセンター 対象 一般ア 男女不問 / 親子ペア(小学4年生以上) 申し込み 申し込みの参加も可 組み合わせは主催者が行います 定員 100組(200人) ※費用 1組(2人) 200円 ※当日、会場にて徴収 申込 往復ハガキにて住所、氏名、フリガナ、年齢、性別、電話番号を明記 期限 1月31日 申・問先 体育振興係 120-8510 中央本町1-17-1



昔のことが思い出されました  
三浦よねさん(新田三直)

12月10日のみんなのページを読みました。一見メロメロのな物。山形地方では昔、采女(うね)といわれていました。古い昔のことが思い出されました。※ほかにその地方ならではの方言について多数のお声がありました。

## あだち広報の感想

青藤直行さん(青井)

ワンポイント健康術(毎月10日)は、運動不足の私には大変喜ばしい記事です。楽しんで読んでいます。

## 大みそかの思い出

K・O 千住在住

大みそか、子供のころ乾物店を営んでいた家の、このときばかりは特別に深夜まで明かりがついていた。当時、小学生だった私は足立も遠慮「お正月合戦」が始まるころ、お正月飾りも大掃除を手伝ったのを覚えています。

表3 スポーツ指導員養成講習会「共通科目第2回」日程等

日程	会場	講習科目	講師
2/12(日)	区役所13階	(開講式)オリエンテーション/社会体育概論	事務局/コミュニティ文化・スポーツ公社
2/17(金)	総合スポーツセンター	スポーツ活動・1(実技)	コミュニティ文化・スポーツ公社
2/19(日)	総合スポーツセンター	スポーツ活動・2(実技)	コミュニティ文化・スポーツ公社
2/24(木)		救急法	日本体育協会公認A級スポーツ指導員
2/26(土)		スポーツ医学	東京厚生年金病院医師 片山直樹氏
3/3(木)		運動と栄養	順天堂大学助教授 鈴木勲彦氏
3/5(土)	区役所13階	運動生理学・1	東京慈恵会医科大学講師 鈴木政登氏
3/10(木)		運動生理学・2	
3/12(日)		スポーツ心理学	日本女子大学教授 近藤充夫氏
3/17(金)		スポーツ指導論	健康体力づくり事業財団 青木 高氏
3/19(日)		足立区の生涯スポーツ/認定テスト(開講式)	足立区教育委員会/事務局

(※) いずれも、時間は午後7時~9時



## 募集中!

毎月10日号のみんなのページ。皆さんの身近な出来事をお聞かせください。また、イラストや写真も大歓迎です。申込はハガキに住所、氏名、年齢(学年)、電話番号、希望する方はペンネームを明記 申・問先=広報係 120-8510 中央本町1-17-1



### すごい場所を訪ねて⑧ すいすいらんど綾瀬

東綾瀬公園内にあるこの施設は、アイススケート場を備えています。夏場の屋外プールが銀装に大変身、区内でスケートができるのはここだけ。この季節は毎年多くの人がスケートを楽しく訪れます。

リンクで子どもたちが元気にはしゃいでいる姿みると、寒さが吹き飛ばしていく気がします。

ガラス一枚隔たドームの中をのぞくと、温かプールで水泳が行われ、なんと木造建築の景です。

スケートを楽しむ人たちの歓声の中、周辺をぶらりと散策し、寒



さくら雪の木々をながめるのもよいかもしれません。  
※アイススケートは1月末日までの営業となります。



綾瀬駅東口下車徒歩18分または東武バス(綾瀬駅西口)「葛飾車庫」(団地西側)下車徒歩3分。あなたのこの場所をお知らせください。

## 花だよけ

あかまつ 黒松



クロマツ・安養院(千住五丁目)

松の中でも代表的なこの二つは、主に樹皮の色が赤褐色のもの。アカマツ、黒褐色のものを「クロマツ」として見分けられます。

アカマツは山野によく普通に見られ、クロマツは海岸沿いを中心に広く自生しています。双方とも日陰や湿地を好みます。

麻木の葉もいろいろ、庭の中心や門の脇に主として植えられます。

アカマツの気品、優美さ、優雅さ、さわやかに、クロマツの風格、雄々しく、力強さが対比して

「公園緑地課」  
養われ、それぞれ、雌マツ、雄マツと呼ばれる。昔緑樹の代表格として、年神様を迎えるの目玉に飾った黒松の風習は、現代でも続いています。

この樹木のある公園：桜花亭 花畑4-20、苗圃戸稲荷神社 伊興3-23 ほか  
※いま葉のついている木が常緑樹、落葉する木が落葉樹です。公園で木の観察はいいですが、植物の和名等は必ずしもわかりませんが、興味のある字が多いので紹介しています。

# スケッチあだち

## 『やせ蛙負けるな〜』 一茶まつり(炎天寺)

11月23日、「第51回 一茶まつり」が炎天寺で開催され、全国各地からやってきました。約5千人で行われました。また、境内で行われた「全国小・中学生俳句大会」では、全国から22万9千句の応募があり、6千300句が選作品として選ばれ、表彰式が行われました。



▲やせ蛙への大声援のせい、か勝負は引き分けになりました。

## まだまだ現役!! バレーボールいそじ大会

参加者平均年齢約55歳(最高67歳)という50歳以上の方のバレーボール大会、その名も「いそじ大会」が行われました(11月29日、梅田センター)。

この大会は、現役を退いた人も参加できるように、チーム単位ではなく、個人で申し込み、運営委員会が地域やポジションなどを考慮して、大会限りのチームを編成します。当然、見知らぬ人と同じチームになることもありますが、バレー好きの人どうし、新しい友達が増えるのです。

当日、50歳を越える人たちは思えないはつらつとした試合が展開され、体育館には、明るく元気な声が響きました。

毎年11月に開催され、今年で5回目となるこの大会、2年前には足立区のチームが全国大会で優勝するなど、年々盛況となっています。「1年に2回くらい開催して欲しい」という声も寄せられ、なんとか実現させたいとのことでした。



▲展示会場に並ぶ、力作たち

## 西の市 11月22日

大驚神社(花畑)  
▲参道には屋台が並び、人々の熱気でにぎやかに



▲参拝者に甘酒が振る舞われました

驚神社(島根)  
▲「大蛇退治」の神楽も披露されました



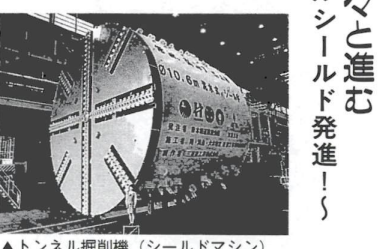
▲トンネル掘削機(シールドマシン)

このコーナーではまちの情報・話題をお待ちしています。  
問先=広報係 ☎3880-5111(代)

## 常磐新線工事着々と進む 弘道トンネルシールド発進!

平成17年度の開業を目指し、日本鉄道建設公団によって進められている常磐新線の建設工事のうち、西綾瀬3千100m先「青井3千100m」先のシールド工法によるトンネル工事が始まりました。工事期間11年1月~10月。

これに先立ち12月8日に、区長、区議会議員をはじめ工事関係者らに参加して「常新、弘道トンネル」が発進式が行われました。



▲シールド機起動「スイッチ・オン」



▲「障害者文化祭」が開催され、作品展示や発表など、見学者は作品が披露されました。見学者は方作さんの展示物に、目を貫くような、障害者の方たち自身のアイヌに感じしきり、大きな声援を送っていました。

## ~力作や熱演がいっぱい~ 『障害者文化祭』

12月3日~9日の間、区役所で、「障害者文化祭」が開催され、作品展示や発表など、見学者は作品が披露されました。見学者は方作さんの展示物に、目を貫くような、障害者の方たち自身のアイヌに感じしきり、大きな声援を送っていました。



▲車イスを交えてのダンス発表