



十二月 3月12日に行う山の神祭り。雪堂に供物を供え、弓矢を射る。



カジカ落とし魚 板で石を押し、石の間に入ったカジカを追い込んで捕る漁法 (写真提供・小出町)



越後三山と魚野川 早津剛氏画

雪山川 新潟県北魚沼郡小出郷のくらし

豪雪地帯の民俗

郷土博物館の特別展 10月26日～11月30日

郷土博物館では、足立区と友好関係にある新潟県小出町 近辺に関する資料を集め、特別展を開催します。「豪雪地帯の民俗」と題した今回の特別展では、雪とともに生きてきた人々の生活文化を紹介いたします。

※足立区は昭和57年に区制50周年を記念して、新潟県北魚沼郡小出町と友好自治体提携を結んでいます。

主な展示品

- 小出郷を中心に、掘之内町、広神村、守門村、入広瀬村、湯之谷村を含めたこの地域は、越後三山・奥只見の山々を背負い、その山々から流れ出る清らかな水の注ぐ魚野川に開けた土地です。この土地に住む人々は、山と川、そして1年の3分の1を占める雪を巧みに利用してきました。そうした中でつくられた生活文化には、知恵や工夫があふれています。
- 小出郷のなりたち 小出郷の歴史や豪雪について紹介します。▽除雪に使う雪下ろし、小出郷の発展を示す古文書など
- 山を持つくらし 季節に合わせた山の利用や、山仕事の用具には、工夫があふれています。▽ゼンマイフット(山菜採りをするときに着用する着物)、山仕事の用具など
- 奥山に生きる 広大な越後三山・奥只見の山々

今号の主な内容

- 2・3面▽区内施設めぐり参加者募集/ぐるっと青空キャンペーン/宿泊施設インフォメーション/健康カレンダー/住区健康フェスティバル/ひろば
- 4・5面▽「存じずか?国民年金」国民年金質問箱
- 6・7面▽「保育員募集」年末調整説明会/国保協定旅館/足立区職員(家庭奉仕)募集/掲示板
- 8面▽VTV/VATV第2期地区放送開始/「足立印象」エコーはかき発売/区内各種展示イベント情報

展示図録をどうぞ

鮭魚や山の利用など、展示内容をくわしく解説した図録です。写真も多数掲載しています。表紙は 真木多敷掲載しています。 価格1670円

問先

郷土博物館
大谷田5-20-1
☎(0262) 6260

●東武バス 亀鳥駅北口～六ツ木都住間 足立郷土博物館前下車、または亀鳥駅北口～六ツ木団地・八潮車庫・木曾根間 大谷田五丁目下車徒歩5分

開館時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
※月曜日休館(祝日である場合はその翌日)
入館料 大人200円/小・中学生100円
※団体(20人以上)は通常の半額
無料公開 11月3日(文化の日)～11月12日(土曜日)～12月12日(土曜日)まで
生涯学習推進期間(10月～12月) 70歳以上

特別展の催し

◆特別展講演会「コシヒカリの誕生～日本一うまい米の秘密～」

最高においしいコシヒカリ米誕生の歴史と、魚沼産コシヒカリが一番とされる理由などをお話します。 日時=11月16日(日)、午後2時30分～4時 講師=酒井義昭氏(農業ジャーナリスト) 申込=電話 定員=80人(先着順) 費用=無料

◆試食学習会「魚野川の「さけなべ」を食べよう」

小出町では、鮭を食生活に生かしてきました。魚野川の鮭を味わってください。200人分用意します。 日時=11月2日(日)、正午 費用=無料 申込=午前11時から受付で整理券を配付

◆特別展映画会

無料公開日に合わせて映画会を開催します。 日時=下表 申込=当日直接会場へ

場・申・問先=郷土博物館

映画会日程

日程	内容
11/3 晩	「北越雪譜一書に耐え忍ぶ心」 鈴木枚之の描く雪国のくらし (42分) 「雪国の生活」 冬を迎える準備から、雪をとがけ工夫 (22分、白黒、1966年)
午前10時	「雪の多い土地のくらし」 雪国のくらしの紹介 (18分)
11/8 日	「越後上市」 雪国に生まれた織物の技術 (43分)
午前11時	「米づくり歳時記」 伝統的な米づくりの一年 (40分、入広瀬村教育委員会製作)
	「熊狩りの記録」 熊狩り習俗の記録 (40分、入広瀬村教育委員会製作)

文化の日の催し

◆郷土芸能鑑賞会

日時=11月3日(祝)、午後1時と2時の2回 内容=お雛子の演奏 費用=無料 場・問先=郷土博物館

読書週間

9月、10月はスポーツまつりの季節でした。どの会場も華やいた声でいっぱいでした。また、不発弾の問題では、たいへんご心配をおかけしましたが、関係者のご協力でも無事処理することができました。お礼を申し上げます。 さて、この27日から来月9日までの2週間は「読書週間」です。昨今、映像・テレビ文化の隆盛(活字離れ)が取りざたされています。特に、子供や青少年の読書離れを心配する声は高いものがあります。人と人のコミュニケーションをより豊かなものにしていく上でも、また見知らぬ世界を旅して想像力を大きく育てていく上でも、読書の楽しさを21世紀の若者に伝えていきたいと思えます。

現在、足立区には中央図書館のほかに13の地域館と2つの分館があり、23区の中では最も多い数となっています。その蔵書数も10万冊にのぼります。そして、千寿小学校の跡地に新しい中央図書館の建設も始まりました。生涯学習センターや放送大学と同じ建物(1・3階の部分で、名実共に23区一の図書館を目指しています)。

読書週間を機に、身近な皆さんの図書館をぜひ訪ねてみてください。

葦立ち



区内施設めぐり参加者募集

観光協会主催

日時 11月27日(木) 午前9時区役所正面前入口集合 対象 観光協会会員とその家族および区内在住の方 内容 郷土博物館、花畑大鷲神社、都市農業公園、ギョウコシテイ等の見学 定員 40人(抽選) 費用 観光協会会員 500円、一般 700円(当日現地支払い、昼食付き) 申込 往復ハガキに希望する区、施設を記入し、観光協会へ送付してください。 申込先 観光協会 電話 3850-1111

ぐるっと青空キャンペーン

自動車使用抑制にご協力を

私たちの吸っている空気が、一時間比べて良くなったもの、まだまだきれいな空気とはいえない。特に、大気よむ冬には空気が汚れる日が続いて、健康被害も発生しています。そこで、都内23区別・7市・西多摩郡3町1村および都県市(東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県、横浜市、川崎市、千葉市)は共同で、1月から10年1月末までの期間を中心に、窒素酸化物による大気汚染の主要原因である自動車の交通量を減らす対策を実施します。

同和問題の理解のために

差別をなくす運動①

江戸時代、同和地区の人びとは、厳しい差別に甘んじていたのでしょうか。そして、差別をなくす運動が、江戸時代、同和地区の人びとに、どのような社会不安に対して、幕府の再建、幕府の権威の回復のために幕府は改革をすすめたのでしょうか。

江戸時代も19世紀に入るまで、年貢の収奪強化、都市への出かせぎの禁止など、非常に厳しいものでした。この厳しい社会不安に対して、幕府の再建、幕府の権威の回復のために幕府は改革をすすめたのでしょうか。

旅券(パスポート)の申請用紙を交付しています

都庁生活文化局旅券課で交付している旅券(パスポート)の申請用紙は、区役所にもありますので、ご利用ください。なお、申請受け付け等は従来どおりです。

保健ガイド

出会うの会・東和健康大学

私(じ)からの地域(ぢ)へ

人と人との出会いの中で新たな自分を発見してませんか。地域の健康づくりに関心のある方に一緒に考えてみましょう。日程等下表のとおり。対象は区内在住の方(原則として同参加できる方) 定員 50人(先着順) 費用 無料 申込 電話 場・申 問先 東和健康相談所 3606-4171

月日	内 容	講 師
11/10(月)	石頭から柔らかなあたまへ	都立松沢病院医師 高橋 和巳氏
20(木)	からだの変化と上手に付き合う術	東京老人総合研究所学術部 石崎 達郎氏
28(金)	お口の探検とチェック	歯科医師・歯科衛生士 管理栄養士
12/3(水)	かしく食べて健康アップ	自治体問題研究所 池上 洋通氏
11(木)	わたしの再発見	

※いずれも時間は、午後1時30分～3時

精神保健指導員(非常勤)募集

対象 大学で福祉学または心理学を専攻した方 内容 精神障害者デイケアのグループワークほか 勤務日等 週4日(30時間) ※有給休暇・社保有り 募集人員 1人 選考方法 面接(日程は後日通知します) 申込 自筆の履歴書を郵送または直接窓口へ持参 申込期間 10月27日～11月7日必着 場 申・問先 千住保健所保健予防課 千120千住仲町24-2 3606-4277

子育て真っ最中のあなたへ

夫や子供との関係にイライラして、子供に当たっていませんか。子供と離れて、お母さんとしてではなく、あなた自身に戻って話し合ってみませんか。一緒に過ごして

宿泊施設インフォメーション

●各施設利用案内 1・2月利用分

利用できる施設	利用日数	利用できる方	利用料金(1泊2食付き)	1月の利用できない日	2月の利用できない日
湯河原あだち荘 那須・森の家 伊豆高原あだち荘	2泊3日まで	足立区内在住・在勤の方	1室あたり利用料金=室料+(大人宿泊料×人数)+(子供宿泊料×人数) 室料 1室 3,200円 *湯河原の身障者対応(2人部屋)の室料は1,600円 伊豆高原の身障者対応(3人部屋)の室料は2,400円 宿泊料 大人/4,800円(うち食事料2,000円) 子供/2,400円(うち食事料1,000円) (子供料金は3歳から小学生まで) *12/31~1/4まで、食事料は大人3,000円、子供1,500円となります	13・14・27・28 *伊豆高原は上記の日に加え1~4も利用できません	10・11・24・25
日光林間学園 塩原林間学園 鶴岡自然の家	○20未満/2泊3日まで ○20人以上/5泊6日まで	足立区内在住・在勤の方とその同伴者	大人/3,400円 子供/1,700円(3歳から中学生まで) *鶴岡のテニスコートの利用を希望の方は、利用料金払い込み時に手続きをしてください	日光 1~8,12~15,19~22,24,26~29 塩原 1~8,12~15,19~22,26~29 鶴岡 1~3,8,9,12~14,20~22,26~29	日光 2~5,9~12,16~18,23~26 塩原 2~5,9~12,16~18,23~26 鶴岡 3~5,9,10,15~20,22~27
鹿沼野外レクリエーションセンター	3泊4日まで	足立区内在住・在勤の方	(宿泊棟) 大人/3,400円 子供/1,700円(3歳から中学生まで) (バンガロー・テント) 10年4月まで閉鎖となります	1~4,12,13,27,28	3・4・5・17・18・19

※公社施設で、すでに購入済みの宿泊施設抽選申し込みカード(専用ハガキ)には「鶴岡自然の家」の表示がないものがありますが、使用できます。施設名欄に「鶴岡自然の家」と記入し、申し込みください。利用申し込みは2人以上、1グループ、ハガキ1通でお申し込みください。*「那須・森の家」は直通バスも運行しています。公社窓口へお問い合わせください。*「湯河原あだち荘」と「那須・森の家」の12月31日の宿泊申し込みは1月分の利用申し込みになります。12月31日~1月4日の間の「湯河原あだち荘」および「那須・森の家」の予約は、1グループ3部屋までとなります。

1・2月分の利用案内

申し込みは、コミュニティ文化・スポーツ公社の各施設(左下表)まで各公社施設で利用手続きをしてください。この期間を過ぎるとキャンセル扱いになります。*「湯河原あだち荘」と「那須・森の家」の12月31日の宿泊申し込みは、今回の1月分利用申し込みを受け付けます。(抽選結果を11月下旬に郵送します)

空き室の利用

●1・2月分 抽選後の空き室の申し込みは、偶数月の第2金曜日(今回は12月12日)から公社の各施設で直接受け付けています。また、あいネット21でも予約できます。



鹿沼野外レクリエーションセンター

●コミュニティ文化・スポーツ公社各施設一覧

施設名	電話番号	施設名	電話番号
①総合スポーツセンター	3859-8211	⑬花畑センター	3850-2618
②竹の塚センター	3850-3107	⑭新田センター	3912-1767
③中央本町センター	3852-1431	⑮千住区民ホール	3882-2766
④東和センター	3628-6201	⑯スィムスポーツセンター うきうき館	3850-1133
⑤佐野センター	3628-3273	⑰東綾瀬公園プール・アイススケート場	5616-2500
⑥倉人センター	3857-0008	すいすいらんど綾瀬	3882-2601
⑦保塚センター	3858-1502	⑱千住温水プール スイミー	5242-8161
⑧江北センター	3890-4488	⑲ギャラクシティ・西新井文化ホール	3879-7643
⑨興本センター	3889-0370	⑳千住スポーツ公園	3913-0460
⑩伊興センター	3857-6537	㉑宮城コミュニティ図書館	3880-5750
⑪鹿浜センター	3857-6551	㉒庁舎ホール(区役所中央館1階事務所)	
⑫榎田センター	3880-5322		

受付時間 ①~⑭は午前9時~午後8時、⑮は午前10時~午後6時(毎週月曜日 休館) ⑯は午前9時~午後5時(土・日・祝日を除く)

健康カレンダー 11月の予定

対象・内容	保健所・保健相談所別の開催日時					申込方法・費用等	
	足立保健所 ☎3855-4151	千住保健所 ☎3888-4277	江北保健相談所 ☎3896-4004	東和保健相談所 ☎3606-4171	中央本町保健相談所 ☎3880-5351		
保健相談	成人のための保健相談	5・19日	12・26日	4・18日	11・25日	6・20日	受付は午前9時～10時30分。予約の必要はありません。検査は有料です。
事業所保健相談	区内の小規模企業に勤める方たちの健診	12・26日	5・19日	11・25日	4・18日	13・27日	事業所単位で予約してください。検査は有料です。
心の保健相談	不眠、いらぬなど心の悩みでお困りの方の相談(専門医の相談)	11・25日 午前	7日 午後	5日 午前	28日 午後	20日 午後	電話予約・無料
アルコール相談	お酒をやめたい方や、お酒をやめさせたい方の相談	18日 午後	20日 午後	18日 午後	—	18・25日 午後	
痴呆相談	高齢者の痴呆について、専門医による相談	26日 午後	19日 午後	19日 午前	21日 午後	6日 午後	予約の必要はありません
食生活相談	成人病予防のための食生活相談	12・21・28日 午後	10・25日 午後	4・18日 午前	4・18日 午前	4・18日 午後	
母親学級	妊婦と未乳のV/Vの出産準備と仲間づくり	7・14・21・28日 午後	7・14・21・28日 午後	14・21・28日 1/24日 午前	7・14・21・28日 午後	6・13・20日 29日 午前	無料 (ただし一部有料の場合があります)
こどもの歯科相談	3歳6カ月までの乳幼児の歯科検診と相談	11・25日 午後	7・28日 午後	5・12・19日 午後	7・14・21日 午後	11・25日 午後	
子育てと栄養相談	育児不安なんでも相談 赤ちゃんの身長・体重も測れます	25日、*28日(計測のみ) 受付・午後1時～2時30分	17日 受付・午後1時30分～2時30分	14・28日 受付・午前9時30分～10時30分	5・19日 受付・午前9時～10時30分	11日 受付・午後1時～2時	
エイズ相談	エイズ相談 抗体検査 *匿名で受診できます	随時 第1・第3水曜日 午後1時15分～2時	随時 第2・第4木曜日 午前9時～10時	保健相談所ではエイズ相談のみ行っています。受付は随時行っています。			

膠原病講習会

膠原病と日常生活

膠原病とは、いったい何なのか、どのような生活を送ればよいのか、仕事や学業、妊娠や出産は？など、これからの暮らしを考え、日時11月6日

(木)午後2時30分～4時30分
場所：キヤクシティ 対象：膠原病(全身性エリテマトーデス、強皮症、皮膚筋炎、多発性筋炎、シエラレン症候群、混合性結核)

講師(膠原病)の患者および家族 講師 猪熊茂子氏(東京都立駒込病院アレルギー・膠原病科医長)

費用：無料 申込：電話 申：問
先：江北保健相談所
☎(3896) 4004



歯周病予防教室(3日制)

自分の歯で楽しく食べて健康に！

気になる方は参加してみませんか

歯の成人病といわれる歯周病予防の最新情報を正しく理解し、予防の手立てを体験しながら、歯の健康づくりの習慣を身につけます。日程等「表のとおり」対象：全回参加できる方 講師：品田佳世子氏(東京医科歯科大学講師)ほか 定員：40人(先着順) 費用：無料 申込：電話 場：申・問 先：千住保健所 ☎(3888) 4277

月日	内容
11/12	講演「自分の歯で楽しく食べて健康に」 グループワーク ※口腔写真を撮影します
19	自分でできる口腔ケア 歯周病予防のためのブラッシング実習
12/3	さて、その成果は？ グループワーク「8020運動の実践に向けて」

*いずれも水曜日、時間は午後1時30分～4時

講演会

男と女の更年期

女性にも男性にもある更年期について、症状や治療、対処方法の話を聞いてみませんか。お互いに理解を深め、この時期の乗り切り方を学びましょう。日時：11月13日(木)午後2時30分～4時 講師：横井博美氏(中村クリニック院長) 費用：無料 申込：電話 場：申・問先：足立保健所保健指導 ☎(3888) 4155(直通)

11月の献血

7歳	第十三中学校	午前10時～11時30分
14歳	花畑西小学校	午後0時30分～3時30分
18歳	西新井消防署(伊興2-5-11)	
19歳	入谷中学校	

問先：東京東赤十字血液センター ☎5682-2801
区役所保健予防系 ☎3880-5111(代)

住区健康フェスティバル

月日	受付時間	場所	問い合わせ先
11/5(木)		江北コミュニティセンター ☎3890-6224	江北保健相談所 ☎3896-4004
7(金)	午後1時～3時	扇住区センター ☎3896-0688	
9(日)		加賀住区センター ☎3857-4639	
10(月)	午前10時～11時30分	洲江住区センター ☎3850-3467	足立保健所 ☎3855-4151
13(木)		花畑住区センター ☎3850-2602	
16(日)	午後1時～3時	入谷住区センター ☎3855-1050	江北保健相談所 ☎3896-4004
29(土)		鹿浜住区センター ☎3857-6550	

ひろば

☆足立区手をつなぐ親の会バザー 11月2日(日)、午前10時～竹の塚センター/日用品・不用品の提供をお願いします/小松 ☎(3605) 7310

☆草月流「げばな大作戦」 11月3日～6日(区役所1階アトリウム/中島 ☎(3888) 0546

☆母親研修会 11月6日(木)午前10時～11時30分/教育研究所/親業訓練/子どもの長所を伸ばす子育て/託児室有り(事前予約)/無料/大島 ☎(3899) 1316

☆フリーマーケット出店者募集 11月8日(土)午前10時～午後5時/区役所1階アトリウム/中島 ☎(3888) 0546

☆11月9日(日)、午前10時～午後3時 ※雨天の場合11月16日(元)江北公園/側区画予定/出店料千円/往復ハガキに住所、電話番号を明記/10月31日必着/足立区民の会 ☎(3860) 0708

☆11月16日(日)、午前11時～午後3時 ※雨天の場合11月30日(土)江北公園/側区画予定/出店料千円/往復ハガキに住所、電話番号を明記/11月6日必着/サンタの会・森田 ☎(3888) 5111(代)

☆ピアノサークル(分ボット) 月1回火曜日または木曜日、午前9時～午後0時30分/中央本町センターほか/初心者歓迎/入会金500円/月額千円/新名 ☎(3888) 3015

☆ポピュラーダンスサークル 毎週土曜日、午後7時30分～9時/平野住区センターほか/中級者程度(見学自由)/菅原 ☎(3888) 2533

☆フラダンス(フラダンス) フラダンスサークル(フラダンス) 月1回(土)曜日、午前10時～正午/初心者歓迎/月額千円(花代含む)/牧 ☎(3888) 8888

☆ハッピーヨーガ 毎週火曜日、午前10時～正午/青年センターほか/入会金千円、月額千円/芳井 ☎(3888) 7305

☆写真メビウス 最終日曜日、午前10時～正午/倉人センターほか/初心者・女性歓迎/毎回プロの指導あり/入会金3千円、月額千円/高木 ☎(3888) 5821

☆パッチワークサークル(さつき) 第2・第4金曜日、午前9時30分～午後0時30分/花畑センターほか/初心者歓迎/入会金500円、月額500円/久保 ☎(3888) 5019

☆中国語同好会 月3回(金曜日)午後7時～9時/奥本センターほか/月額4千円/張普 ☎(3888) 3302

☆着付けサークル(着付け) 月2・3回(水曜日、午後7時～9時/エルソフィアほか/入会金千円、1回100円/山本 ☎(3860) 3865

☆中国語同好会 月3回(金曜日)午後7時～9時/奥本センターほか/月額4千円/張普 ☎(3888) 3302

☆着付けサークル(着付け) 月2・3回(水曜日、午後7時～9時/エルソフィアほか/入会金千円、1回100円/山本 ☎(3860) 3865

☆クロスたばは 第2・第4土曜日、午後1時30分～3時30分/東部労音センター/中・高年の方/月額2千円/早川 ☎(3888) 0220

☆ヨガクラブ(ニューライフ) 月1回(水曜日)月4回、午前10時～11時30分/伊興センターほか/入会金千円、月額千円/横川 ☎(3888) 0118

☆合気道健康千鳥会 毎週日曜日、午後6時～8時30分/扇中学校ほか/中・高生歓迎/入会金千円、月額千円/鈴木 ☎(3888) 0055

☆空を編む会(カトリア) 月3回(火曜日)午前または月2回(火曜日)午後/エルソフィア/入会金千円、月額2千円(午前の部)・千円(午後の部) ※体験レッスンは無料(材料費は実負担)/萩原 ☎(3846) 4332

ご存じですか?国民年金

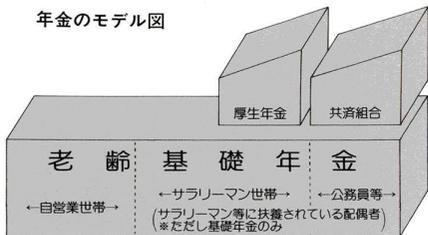
国民年金 質問箱

国民年金とは、20歳以上60歳未満のすべての方が加入し、将来、普通の基礎年金を受けられるよう、国が運営している制度です。この制度は、すべての国民が助け合うことから成り立っています。年をとってからでも、計画的でゆとりのある暮らしを送るため、国民年金について理解を深めてください。



分かっているようで
分からない

年金のモデル図



国民年金基金

国民年金基金は、第1号被保険者(専業主婦)の方が、より豊かな老後生活を送るため、基礎年金にプラスして国民年金基金に加入する制度です。都道府県単位で加入できる地域型国民年金基金と、国単位で組織される国民年金基金の2種類があります。東京都国民年金基金(National Pension Fund Tokyo)もその一つです。

国民年金の種類

- Q 年金はいつから、いくら受け取れるの?
- A 65歳から老齢基礎年金が受け取れます



遺族基礎年金

国民年金加入している方または老齢基礎年金の受給資格のある方が、受給者(遺族)の死亡したとき、その方が正しく納付した年金料に基づいて、遺族に年金を支給する制度です。遺族基礎年金は、遺族の生活に支障をきたさないよう、78万5千円(2000年)まで、一定の納付要件を満たしている方が受給できます。

老齢基礎年金

老齢基礎年金は、25年以上の受給資格期間を満たした方が65歳から受け取れます。国民年金加入中、または受給資格初期に加入した方が65歳から受け取れます。国民年金加入中、または受給資格初期に加入した方が65歳から受け取れます。国民年金加入中、または受給資格初期に加入した方が65歳から受け取れます。

障害基礎年金

病気やケガで障害が残った場合に支給される年金です。国民年金加入中、または受給資格初期に加入した方が65歳から受け取れます。国民年金加入中、または受給資格初期に加入した方が65歳から受け取れます。

独自給付もあります

第1号被保険者期間のみ、受給資格期間(1天)を満たした方が、年金を受け取れます。第1号被保険者期間のみ、受給資格期間(1天)を満たした方が、年金を受け取れます。

死亡一時金

保険料を納めた期間	支給される金額
3年以上15年未満	120,000円
15年以上20年未満	145,000円
20年以上25年未満	170,000円
25年以上30年未満	220,000円
30年以上35年未満	270,000円
35年以上	320,000円

*付加保険料納付期間が3年以上ある場合は、さらに8,500円が加算されます

国民年金についてのお問い合わせは
国民年金課へ ☎ 3880-5111(代)

必ず入らなければならない? 国民年金には、20歳から60歳までのすべての方が加入します

入らなければならない、入らなければならない、入らなければならない。国民年金は、20歳から60歳までのすべての国民が加入する義務があります。ただし、一定の条件を満たせば、任意で加入することができます。

被保険者は、次の3種類に分かれます

被保険者の種類	年齢	対象者	保険料など
第1号被保険者	20歳以上 60歳未満	○日本国内に住んでいる自営業者と学生などで、厚生年金や共済組合に加入していない方とその配偶者	自分で保険料を負担します。20歳になったとき、加入手続きをします
第2号被保険者	—	○厚生年金・共済組合加入者(会社員や公務員など)	保険料は給料から差し引かれ、納められます(本人と事業主が負担します)
第3号被保険者	20歳以上 60歳未満	○厚生年金や共済組合の加入者に扶養されている配偶者	扶養者の加入している年金制度が負担します(自分で納める必要はありません)

例外的に任意で加入できるのは次の方です

任意加入被保険者	条件	保険料など
①60歳以上65歳未満 ②65歳以上70歳未満 *下記参照	○日本に住んでいる方で、厚生年金・共済組合加入者以外の方	自分で保険料を負担します
20歳以上 60歳未満	○海外に住んでいる日本人 ○老齢(退職)年金の受給者	

- *①(60歳以上65歳未満)年金の受給資格期間が不足している方、または、受給資格のある方で年金額を満額に近づけたい方は、任意加入をすることができます
- *②(65歳以上70歳未満)昭和30年4月1日以前に生まれた方で、65歳になった時点で、受給資格期間が不足しているために老齢基礎年金を受給できない方は、70歳になるまで受給資格期間を満たすことができるまで任意加入をすることができます

基礎年金番号

本年1月、すべての年金制度に共通の基礎年金番号が導入されました。これは、各年金の加入記録を一つの番号で管理することにより、年金事務を効率化するとともに、年金の管理がより容易になります。なお、年金記録の管理にあたっては個人記録簿の提出が義務づけられています。

ねんきん相談

年金制度についての疑問や保険料の相談に、足立区社会保険事務所(お問い合せ先)が対応いたします。

社会保険街頭相談

今月は、国民年金制度推進月間です。国民年金(厚生年金)など、社会保険制度全般について知りたい方、かららなくてもいい方、お気軽にご相談ください。

日時:10月10日(月) 午前10時~午後3時
場所:国民年金課(足立区北千住3-1-10) 3880-5111

日時:10月10日(月) 午後4時~午後7時
場所:足立区社会保険事務所(足立区北千住3-1-10) 3880-5111

免除期間とは

年金を受けるための受給資格期間に含まれます

免除期間中は、国民年金を納めた期間、厚生年金・共済組合加入期間、第3号被保険者期間、カラ期間(納付した期間)が受給資格期間です。

免除される場合の例(学生免除)

親と同居の場合	親と別居の場合
国・公立の学生 年収約675万円以下	私立の学生 年収約740万円以下
私立の学生 年収約770万円以下	私立の学生 年収約835万円以下

*金額は総支払い額です。手取り額はではありません

免除期間中は、経済的な理由等で納付が困難な場合、免除申請をすることができます。免除期間中は、国民年金を納めた期間、厚生年金・共済組合加入期間、第3号被保険者期間、カラ期間(納付した期間)が受給資格期間です。

税金



現在持っているバイクや軽自動車の税金を払っていませんか

軽自動車税は4月1日現在でバイクや軽自動車などを所有している方にかかる税金です。...

表2 問い合わせ先

Table with 2 columns: 軽自動車の種別 and 問い合わせ先. Lists various vehicle categories and their corresponding administrative offices.

年末調整説明会に出席を

区と税務署では、年末調整の説明会を行います。給与関係事務を担う方は、ぜひご出席ください。...

表3 年末調整説明会 会場

Table with 2 columns: 日程 and 会場. Lists dates and venues for the year-end adjustment explanation sessions.

*いずれも、時間は午後1時30分～4時です。説明会の内容については、各税務署または特別徴収係へお問い合わせください。

国保

ご利用ください

国保課では、東京近郊の旅館等と協定を結び、割引料金で利用いただける施設があります。今年度の協定施設へ直接電話予約ください。

国保協定旅館

旅館は表4のとおりです。対象区内在住・在勤の方、申込施設へ直接電話予約ください。

表4 国保協定旅館

Table with 4 columns: 場所, 施設名, 電話番号. Lists various hotels and their contact information.

就職退職したら手続きを

赤ちゃんからお祈りまで、外国人を含む方は、万の病気のケガに備えて、必ず法的な健康保険に加入しなければなりません。...

該当する方は切り替えを

国民健康保険加入者で、次にあてはまる方は、退職者医療制度に該当します。病院等にかかる費用、一般加入者が自己負担金3割に...

退職者医療制度

国民健康保険加入者で、次にあてはまる方は、退職者医療制度に該当します。...

表5 自己負担割合

Table with 2 columns: 外来, 入院. Shows self-payment ratios for outpatient and inpatient services.

*保険料は変わりません

募集



足立区技能系職員(家庭奉仕)

足立区の新しいパワーとなる明るく元気な人材を募集します。対象は昭和33年2月以降に生まれた方で、申し込み日現在で次の①～④のいずれかの資格を有する方。...

都営・都民区営住宅入居者

募集戸数▽都営住宅(二股5人以上世帯)▽都民住宅(一般世帯)▽区営住宅(一般世帯)▽4戸▽区営住宅(一般世帯)▽4戸。申込用紙(住宅支援係)を各区分事務所にて配布の申込し(しおり)を持参。...

区民農園利用者

募集農園表6。申込多数の場合抽選。利用期間10年3月上旬12月2日(予定)対象区内に在住で耕作地がなく、利用期間を通じて耕作する世帯。...

表6 区民農園一覧

Table with 5 columns: 農園名, 所在地, 募集区画数, 前回数, 前回数率. Lists various community farms and their statistics.

*募集区画数は予定数です。都合により変更になる場合があります。抽選はこの表の順に行います

リサイクルキャンペーンにご協力を!(11月1日~7日)

ごみの減量とリサイクルを進めるため、商店街・会や「Rのお店」の協力を得てリサイクルキャンペーンを実施します。...

足立区公認スポーツ指導員養成講習会

専門科目「トランポリン」「バスケットボール」

各種スポーツ指導者の資質と指導力の向上を目的に、講習会を行っています。専門科目別に開催する共通科目の試験に合格した方は足立区公認スポーツ指導員として認定・登録ができます。

トランポリン
場内 費用 2千円
バスケットボール
場所 鹿浜センター 定員 40人 費用 2千円

日程等 下表 対象 区内在住・在勤の20歳以上の方で現在指導を行っている方および地域指導者を指導する方
トランポリン
11/16(土) 講義:トランポリン概論ほか
11/23(日) 実技:トランポリン運動の理解ほか
バスケットボール
11/23(日) 講義:ルールおよび審判法ほか
11/24(月) 実技:指導実習・実技試験

都市型CATV(ケーブルテレビ) 11月1日 第2期地区(中央本町、青井、弘道、綾瀬川以東地域)で放送開始

第3セクターのケーブルテレビ「足立」が11月1日から第2期地区(中央本町、青井、弘道、綾瀬川以東地域)で放送を開始。第3期(10年度)も5期(12年度)地区についても、各年度の放送開始を予定しています。足立ケーブルテレビでは、区からお知らせや防犯情報など日常生活に必要な情報をお届けするほか、区内の出来事やお祭り、文化祭などを放送します。

放送内容
再送信サービス:都内1・3・4・6・8・10・12の各チャンネル、放送大学、MXTテレビ、足立コミュニティチャンネル、千葉テレビの計11チャンネル
サービス:基本、サービス再送信のほかBS1、BS2、ニュース、映画・音楽・スポーツ等専門チャンネルの計39チャンネル

世帯と人口(9年10月1日現在)
世帯 267,531
人口 635,818人
男 322,159人
女 313,659人

情報コーナー

放送大学無料公開講座

教育研究所・財教育振興公社の創立5周年事業として、無料公開講座を放送大学の協力により開催します。ぜひ、ご参加ください。日程等=下表のとおり 対象=区内在住・在勤・在学の方 定員=

月日 内容 講師
11/22(土) 「現代における年齢の意味」～個人の一生涯と社会変動とのあいだで～ 放送大学助教授 嶋崎 尚子氏
11/23(日) 「今を生きる子どもたち」～規範と逸脱の狭間で～ 放送大学助教授 岩家 雅也氏

*いずれも時間は、午後1時30分～3時

東部障害福祉総合センター 第8回イーストウェーブフェスティバル 「ハッと、ほっと、ヒット！」

今年もいろいろな催し物を用意して皆さんをお待ちしています。どなたでも参加できますので、一緒に秋の一日を楽しみましょう。日時=11月9日(日)、午前10時～午後3時 内容=展示、模擬店、バザー等 ※移動困難な方のために区内主要駅よりリフト付きシャトルバスを運行します。くわしくはお問い合わせください 場・問先=東部障害福祉総合センター ☎5682-5370

10月28日から「足立60景」エコーはがきを発売します

今年も「足立60景」をデザインした「エコーはがき」を作成しました。10月28日から区内および近隣区の郵便局で発売します。「年賀」と朱書きし、年賀状としてもご利用ください。価格=1枚45円(通常の50円官製はがきより5円安です) 絵柄=問先=広報係 ☎3880-5111(代)



お楽しみください 11月の区内各種展示

- こども科学館イベントホール
▷1日～3日…足立区文化祭 6日～11日…中学校連合展覧会(書写・美術)
西新井区民ギャラリー
▷1日～10日…足立区文化祭 ▷12日～17日…デコパージュ作品展
千住宿歴史ブチテラス
▷8・9・15・16・22・23日…やっちゃんばの風俗展
綾瀬野外ギャラリー
▷1日～15日…ドライブラワー展
千住壁画の道ギャラリー
▷1日～30日…油絵展

あだち広報エクスプレス 読者のページに投稿してみませんか テーマは「正月子どもの遊び今昔」

1月号のテーマは「正月子どもの遊び今昔」。正月は賑あけ、かるた、福笑いなど昔からの遊びがありますが、時代とともに遊びも変化しているようです。皆さんにとってのお正月遊びとはどんなものですか? お子さんからお年寄りまで、様々な年代の方の投稿をお待ちしています。選考のうえ掲載します。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、電話番号を明記し、400字程度にまとめて郵送またはファックスで 期限=11月14日申・問先=広報課 〒120中央本町1-17-1 ☎3880-5111(代) F A X 3880-5610

区立中学校連合行事

生徒が日ごろの成果を発表します。ぜひ、ご覧ください。
連合演劇発表会
生活劇、SF劇、未来劇等、演劇を通じて人間の生き方、環境問題など種々のテーマに取り組みます。日時=11月5日～7日、いずれも午前9時20分～午後4時
連合音楽会
合唱、合奏、吹奏楽を行います。日時=11月17日～19日、いずれも午前9時30分～午後3時30分
場所=ギャラクシティ・西新井文化ホール 費用=無料 問先=学校教育課 ☎3880-5111(代)

第26回足立区合唱コンクール

区内の合唱を愛好する皆さんが美しいハーモニーを競い合います。ぜひご鑑賞ください。日時=11月2日(日)、午前10時30分開演予定 場所=ギャラクシティ・西新井文化ホール 特別出演=東京足立少年少女合唱団、中学校合同合唱団、長門小学校児童合唱団、有志による組曲「わが街に」演奏費用=無料 問先=文化振興係 ☎3880-5111(代)

夕焼け放送の時間変更

夕焼け放送は、11月から1月まで、午後4時になりました。問先=青少年課調整係 ☎3880-5111(代)

'97消費者展 ひろげよう正しい知識 確かな暮らし

社会的に問題となっているごみ・リサイクル・自然環境問題などを中心に、消費者団体・グループが日ごろの学習成果を発表します。このほかにも電気・ガス・水道・清掃等の公共企業の展示やクイズラリー、危険危害に関するコーナー等、内容も盛りだくさんです。ちょっと、のぞいてみませんか? 日時=11月7日(金)、午前10時～午後4時/8日(土)、午前10時～午後3時 場所 エル・ソフィア 問先=消費者センター ☎3880-5385

月日 内容
11/7 午後1時30分 「教えます。アイロンの掛け方!」ワイシャツ類を必ずお持ちください *先着30人
11/8 「V・ママと作ってみよう!楽しい「リサイクルおもちゃ」ひとりでもつくれます
11/7 午前10時30分 午後1時30分 「リザー」家庭用品・掘り出し物がたくさん!
11/7・8 「カサのリサイクル」カサを無料で修理します。不要なカサもお持ちください(駅に設置します)
11/8 「おもちゃの病院」壊れたおもちゃを無料で修理します *両日先着15人(1人1個)
11/8 「ごみの中からこんなもの」まだまだ使える品物を無料で差し上げます(1人1種類。ただし、当日持ち帰れる方)
11/7・8 野菜・花は8日のみ 「即売会」生活用品や食品、区内生産の野菜・花などを即売します
11/7・8 「フリーマーケット」