



# みんなの健康

| 事業名       | 日時            | 場所        | 定員  | 費用        | 申込方法・対象・内容  | 申込・問合せ先                               |
|-----------|---------------|-----------|-----|-----------|---|---------------------------------------|
| 中央本町保健相模所 | 12/11-15      | 中央本町保健相模所 | 各5人 | 600円(保険料) | 普通17歳に検診名、検診日、場所(第2希望まで)、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、年齢、電話番号を明記。検診以上の区域。検診を受ける希望がある場合は、検診を受ける希望を記入してください。 | 中央本町保健相模所<br>〒201-1111<br>電話:882-1111 |
| 立川保健相模所   | 12/4-6-18     | 立川保健相模所   | 各5人 | 600円(保険料) | 同上  | 立川保健相模所<br>〒201-1111<br>電話:882-1111   |
| 中央本町保健相模所 | 12/4-11-18-25 | 中央本町保健相模所 | 各5人 | 600円(保険料) | 同上  | 中央本町保健相模所<br>〒201-1111<br>電話:882-1111 |
| 区内医療機関    | 随時            | 区内医療機関    | 随時  | 随時        | 随時  | 区内医療機関                                |

## 年未調整の説明会を行います

区民税(所得税)は、毎年12月15日(日)までに申告する必要があります。今年度は、11月15日(日)までに申告する必要があります。年未調整の説明会を行います。説明会の内容は、年未調整の手続き、年未調整のメリット、年未調整のデメリット、年未調整の注意点などです。説明会の申し込みは、区民課(〒201-1111)までお願いします。

## 税金

### 年未調整の説明会を行います

区民税(所得税)は、毎年12月15日(日)までに申告する必要があります。今年度は、11月15日(日)までに申告する必要があります。年未調整の説明会を行います。説明会の内容は、年未調整の手続き、年未調整のメリット、年未調整のデメリット、年未調整の注意点などです。説明会の申し込みは、区民課(〒201-1111)までお願いします。

### 表3 年未調整説明会会場

| 日時        | 場所             | 電話       |
|-----------|----------------|----------|
| 11月22日(日) | 区民課(〒201-1111) | 882-1111 |
| 26日(木)    | 立川東側相模所        | 887-7501 |
| 28日(土)    | 東側区民ホール        | 605-7101 |
| 30日(日)    | 竹の塚社会教育館       | 850-3107 |
| 12月4日(木)  | 区民課(〒201-1111) | 882-1111 |
| 11月22日(日) | 西側新井校舎         | 840-1111 |
| 26日(木)    | 立川東側相模所        | 887-7501 |
| 27日(金)    | 西側区民ホール        | 857-0008 |
| 29日(日)    | 西側区民ホール        | 887-5016 |
| 12月3日(木)  | 西側新井校舎         | 840-1111 |
| 5日(土)     | 西側新井校舎         | 840-1111 |

## 生活環境

### 4.5坪の自家菜園 区民農園の利用者募集

区民農園(〒201-1111)に4.5坪の自家菜園を募集しています。利用期間は、3年3月初旬から2年3月初旬までです。申し込みは、区民課(〒201-1111)までお願いします。

## 福祉

### 使わない車椅子のご寄贈を

使わない車椅子のご寄贈を歓迎しています。ご寄贈された車椅子は、必要に応じて再利用させていただきます。ご寄贈の申し込みは、福祉課(〒201-1111)までお願いします。

## 福祉

### 使わない車椅子のご寄贈を

使わない車椅子のご寄贈を歓迎しています。ご寄贈された車椅子は、必要に応じて再利用させていただきます。ご寄贈の申し込みは、福祉課(〒201-1111)までお願いします。

## 福祉

### 使わない車椅子のご寄贈を

使わない車椅子のご寄贈を歓迎しています。ご寄贈された車椅子は、必要に応じて再利用させていただきます。ご寄贈の申し込みは、福祉課(〒201-1111)までお願いします。

## くらしの情報

本庁舎(〒201-1111)のお問い合わせは、882-1111(特) 本庁舎以外のお問い合わせは、それぞれの電話番号(緑色)にお願いします。

## 福祉

### 使わない車椅子のご寄贈を

使わない車椅子のご寄贈を歓迎しています。ご寄贈された車椅子は、必要に応じて再利用させていただきます。ご寄贈の申し込みは、福祉課(〒201-1111)までお願いします。

## みんなの健康

### ウォーキングマップを

ウォーキングマップを作成しました。ご利用ください。ウォーキングマップは、区内の主要な道路や公園、施設などを示しています。ウォーキングマップの配布場所は、区内各保健相模所です。ウォーキングマップの配布は、11月5日から11月15日までです。

## 健康

### 治療も予防もあなた次第

治療も予防もあなた次第です。健康を維持するためには、治療だけでなく、予防も重要です。予防には、バランスの取れた食事、適度な運動、十分な睡眠などが効果的です。健康を維持するためには、治療と予防の両方を心がけてください。

## 道路・住まい

### 借入金の10%を 住宅改修に助成金

借入金の10%を住宅改修に助成金として提供しています。住宅改修には、バリアフリー化、断熱化、省エネ化などが含まれます。助成金の申請は、区民課(〒201-1111)までお願いします。

### 表1 募集する区民農園

| 農園名      | 所在地        | 区画数 |
|----------|------------|-----|
| 神南南側区民農園 | 神南2-3      | 150 |
| 伊興区民農園   | 伊興5-15-20  | 140 |
| 西平谷区民農園  | 西平谷2-7-3   | 110 |
| 西平谷区民農園  | 西平谷4-9-7   | 100 |
| 大谷田区民農園  | 大谷田5-12    | 100 |
| 血洗区民農園   | 血洗2-2      | 100 |
| 花袋区民農園   | 花袋6-21     | 110 |
| 新井区民農園   | 新井3-17     | 65  |
| 北條区民農園   | 北条2-16     | 80  |
| 入谷区民農園   | 入谷4-8-2    | 106 |
| 保木区民農園   | 保木2-22     | 90  |
| 新井東側区民農園 | 新井2-44     | 100 |
| 本木区民農園   | 本木2-31     | 90  |
| 六甲区民農園   | 六甲2-5-1    | 90  |
| 新井北側区民農園 | 新井北側1-6    | 60  |
| 花袋西側区民農園 | 花袋4-5      | 55  |
| 新南南側区民農園 | 新南南側1-27-6 | 105 |
| 新南西側区民農園 | 新南西側8-1    | 40  |
| 新南東側区民農園 | 新南東側1-29   | 100 |

## 福祉

### 使わない車椅子のご寄贈を

使わない車椅子のご寄贈を歓迎しています。ご寄贈された車椅子は、必要に応じて再利用させていただきます。ご寄贈の申し込みは、福祉課(〒201-1111)までお願いします。

## 交通安全共済に 加入しましょう

交通安全共済に加入しましょう。交通安全共済は、交通事故による損害を補償する保険です。加入料は、月額1,000円です。加入の申し込みは、交通安全共済センター(〒201-1111)までお願いします。

## みんなの健康

### ウォーキングマップを

ウォーキングマップを作成しました。ご利用ください。ウォーキングマップは、区内の主要な道路や公園、施設などを示しています。ウォーキングマップの配布場所は、区内各保健相模所です。ウォーキングマップの配布は、11月5日から11月15日までです。

## 健康

### 治療も予防もあなた次第

治療も予防もあなた次第です。健康を維持するためには、治療だけでなく、予防も重要です。予防には、バランスの取れた食事、適度な運動、十分な睡眠などが効果的です。健康を維持するためには、治療と予防の両方を心がけてください。

## 福祉

### 使わない車椅子のご寄贈を

使わない車椅子のご寄贈を歓迎しています。ご寄贈された車椅子は、必要に応じて再利用させていただきます。ご寄贈の申し込みは、福祉課(〒201-1111)までお願いします。

## 福祉

### 使わない車椅子のご寄贈を

使わない車椅子のご寄贈を歓迎しています。ご寄贈された車椅子は、必要に応じて再利用させていただきます。ご寄贈の申し込みは、福祉課(〒201-1111)までお願いします。

## 福祉

### 使わない車椅子のご寄贈を

使わない車椅子のご寄贈を歓迎しています。ご寄贈された車椅子は、必要に応じて再利用させていただきます。ご寄贈の申し込みは、福祉課(〒201-1111)までお願いします。

## 福祉

### 使わない車椅子のご寄贈を

使わない車椅子のご寄贈を歓迎しています。ご寄贈された車椅子は、必要に応じて再利用させていただきます。ご寄贈の申し込みは、福祉課(〒201-1111)までお願いします。

# 浮世絵を読む

## 公開講演会

対象 18歳以上の区内在住  
 在勤・在学の方  
 定員 120人(抽選)  
 申込方法 往復ハガキに住所氏名、年齢、電話番号、希望の講演会を明記  
 (一人1講演会につき1枚)  
 申込期限 11月10日必着  
 場所・申込 11月10日必着 郷土博物館 〒120大田区5-20-1 (020)9300303

まず、郷愁をさら大鼓や笛の音をお楽しみください。  
 日時 11月11日(日)、午前11時開演  
 場所 竹の家センター4階 大ホール(入場無料)  
 出演団体 曙箕輪ばやし桜会ほか12団体  
 問合せ先 郷土博物館 (020)9300303



郷土芸能をお楽しみください

# 商業経営近代化講座 参加者募集

| 月日       | テーマ                        | 講師                               |
|----------|----------------------------|----------------------------------|
| 11/28(水) | 90年代を生き残るための経営戦略           | 株ノグチプランニング 代表取締役社長 八記会会長 野口 誠 一氏 |
| 1/23(水)  | 商店街活性化のためのPOSシステムと活用事例について | (財)流通システム開発センター 主任研究員 関川 美氏      |
| 2/13(水)  | C.I手法導入による強い商店街づくり         | ビジネス・コンサルタント 中小企業診断士 岡崎 英 明氏     |

\*会場：産業振興館 1階第4ホール  
 \*時間：いずれも午後1時30分～3時30分

区では、90年代を生き抜く活力と魅力ある商店街づくりのため、東京商工会議所設立支部との共催で、商業経営の近代化を目的とした講座を、シリーズで行います。ぜひご参加ください。日時・会場・内容・上表のとおり(部分聴講も可) 対象 商業者および関心のあつ方 定員 40人 費用 無料 申込方法 電話 申込・問合せ先 中央本町庁舎・商業振興係 ☎8805191

## 女のフリースペース

### 私たちの居酒屋

「じょあん」は女の庵、女性とりでも入れ、語りあえる居酒屋です。この「じょあん」の経営者であり、女性問題のフリースペースでもある土井和代さんをゲストに招き、「じょあん」を支える女たち、ハガキ(住所、氏名、年

## 情報コーナー

### 青年センターの催し

**遊・遊セミナー/ハーブの楽しみ**  
 香り高いハーブを生活の中に取り入れるためのノウハウを学びます。日時 11月22日・29日、12月6日・13日・20日 いずれも午後7時～9時

**青少年洋上セミナー参加 高校生の中国体験発表**  
 今年で11回になる東京都青少年洋上セミナーに、足立区から17人の高校生が参加。7月末に中華人民共和国を訪問し、交流を深めました。往復の船上生活や現地での交流を通して体験したこと、感じたことなど、スライドを交えて発表します。日時 11月10日(土)、午後3時～5時 申込方法 直接会場へ

**ボランティアセミナー**  
 一あだちを外国語で紹介してみませんか  
 あなたは外国の方に足立をどのように紹介しますか。最近では、いろいろな国の方が足立に住んだり、訪れたりするようになってきました。その人たちに足立の良さや、暮らしの情報を伝えてみませんか。  
 今回は、情報収集や整理、翻訳など一連の流れを学び、実践します。日時 11月20日・27日、12月4日・11日、1月8日・22日・29日、2月5日 いずれも午後7時～9時 ※休日に、区内各地で実践体験を行います。対象 青年男女 ☎890-0061

対象 青年男女  
 費用 無料(材料費各回600円は自己負担、全5回)  
 定員 40人  
 申込方法 往復ハガキに郵便番号、住所、氏名、年齢を明記  
 申込期限 11月15日消印有効

**子育てサロン**  
 子育てについて、専門家の話を聞いたり、話し合ったりします。日時 11月14日(講義)、28日(話し合い)、いずれも午前10時～正午 定員 80人 ※参加中にお子さんを預かります。

**シネサロン/ファミリービジネス**  
 一だ「ビジネス」を進めるコツを一家の愛と憎しみ、強いきずなを感動的に、またコミカルに描きます。日時 11月21日(水)、午後7時から 定員 100人(整理券を11月5日から窓口で配布)

**ビデオコンサート**  
 ティナ・ターナー  
 「ブレイク・エブリ・ルール」  
 日時 11月15日(木)、午後7時から 定員 80人(整理券を11月6日から窓口で配布) 費用 無料 場所・申込・問合せ先 青年センター 〒123西新井1-4-17 ☎890-0061

### 図書館からのお知らせ 文化を深める秋 図書館へ

●中央図書館は11月10日から開館 秋の夜長を讀書で過ごしてはいかがですか。改修工事のため長い間休館し、ご不便をおかけしましたが、模様替えなども終え、いっそう使いやすくなりました。ぜひ、ご利用ください。 問合せ先 中央図書館 ☎840-4646

●読書週間記念講演会「妻、母、そして仕事を持つ女として」  
 日時 11月17日(土)、午後6時30分～8時30分  
 場所 鹿浜センター  
 講師 豊原ミツ子氏(タレント・エッセイスト)  
 定員・費用 120人・無料  
 申込方法 電話または直接窓口へ 申込・問合せ先 鹿浜図書館 ☎857-6551

●新田コミュニティ図書館臨時休館  
 期間 11月12日～21日  
 ※たいへんご不便をおかけしますが、他の図書館をご利用ください。 問合せ先 新田コミュニティ図書館 ☎912-1767

### くらしに役立つテスト教室

**ビタミンCをテストする**  
 健全な体を支えるビタミン類。今回は野菜・果物のビタミンCを調べてみます。  
 日時 11月16日(金)、午後1時～3時  
 定員20人(11月6日から受け付け)  
 費用 無料  
 場所・問合せ先 消費者センター ☎880-5385

### 第5回 足立区観光写真コンクール 作品募集

観光協会では、写真を通して「ふるさと足立」の姿を広く区の内外に紹介するため、観光写真コンクールを行っています。現在、四季折々の作品を募集しています。 題材 区内の公共施設、名所、旧跡、文化遺産、伝統行事、河川、街なみなど  
 応募規格 カラープリント四切り(ワイド四切りは除く)  
 応募資格 区内在住・在勤でアマチュアの方  
 応募要領 「応募用紙」に所要事項を記入のうえ、直接持参または郵送  
 応募先 足立区観光協会事務局または区内写真商業協同組合加盟店 ※応募用紙は、観光協会事務局、区内の主なカメラ店に置いてあります。 表彰 区長賞1点、特選2点、準特選4点、入選10点、佳作15点  
 応募期限 平成3年1月31日  
 問合せ先 足立区観光協会(中央本町庁舎・商工振興課内) 〒120中央本町1-17-1 ☎880-5191

## (財)足立区体育協会の事業

### ワクワクスーパーウォーク 参加者募集

日時 11月23日(金)、午前8時30分集合(元洲江公園キャンプ場) コース 元洲江公園～内匠橋～いけ川遊歩道～中川堤～佐野いこの森～飯塚橋～中川公園(昼食)～新加平橋～保木間せせらぎの道～元洲江公園(約14km、4時間)  
 申込方法 ハガキに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記  
 申込期限 11月15日(必着)  
 申込・問合せ先 足立区山岳連盟事務局 荒川市郎(〒123本木2-26-12 ☎889-8000)

### お正月スキースクール

お正月を白銀の世界で過ごしてみませんか。  
 日時 12月30日(夜)～1月4日(朝) 帰京予定(5泊6日、車中2泊)  
 場所 妙高池の平スキー場  
 定員 80人  
 費用 ▷大人…57,000円 ▷小学生以下…50,000円(保護者同伴)  
 ※昼食、リフト代は各自負担。  
 申込方法 電話予約  
 申込金 ▷大人…17,000円 ▷子供…10,000円(郵便振替)  
 問合せ先 足立区スキー協会 堀内 ☎882-7789

### あなたの相談室

問合せ先 足立区役所本庁舎(千住)1階区民相談室 住所 千住1-4-18 ☎882-1111(4) 困ったことや心配なことがありましたら、気軽にご利用ください(無料・秘密厳守)

| 相談名     | 内 容                               | 相談日・時 間  |
|---------|-----------------------------------|--|
| 一般相談    | 日常生活上の悩みごとやいろいろの手続き等              | 午前9時～午後4時(月・木・土曜日は正午まで)                          |
| 交通事故相談  | 損害額積算、示談方法、保険金請求に関すること等           | 午前9時～午後4時(土曜日は正午まで)                              |
| 法律相談    | 借地借家、相続、離婚等法律的なこと                 | 月・木曜日 本庁舎(千住)1階第2・4水曜日 中央本町庁舎2階 午後1時～午後4時 ※電話予約制 |
| 財務相談    | 相続税、贈与税、所得税等税金に関すること、並びに事業の経理について | 毎週金曜日 午後1時～午後4時 ※電話予約制                           |
| 人権身上相談  | 人権に関する身の相談                        | 毎月第2火曜日 午後1時～午後4時                                |
| 行政相談    | 各省庁、公社、公団をはじめ役所の仕事に関する苦情、要望等      | 毎月第3金曜日 午後1時～午後4時                                |
| 更生保護相談  | 更生保護並びに指導について                     | 毎週金曜日(第3週を除く) 午後10時～午後4時                         |
| 高齢者職業相談 | おおむね60歳以上の方の職業、就労相談               | 毎月第4火曜日(12月は第3火曜日) 午前10時～午後3時                    |