

2023年(令和5年) 6月10日 第1905号

発行 足立区
編集 報道広報課
住所 〒120-8510 足立区中央本町1-17-1
☎ 3880-5111 (代表)
FAX 3880-5678
✉ voice@city.adachi.tokyo.jp

あだち 広報

あだちは いつでも どこでも

ちょい野菜 まし増 6月は食育月間



あだちベジタベライフ 10年の軌跡

問先 ところとからだの健康づくり課 健康づくり係 ☎ 3880-5433

くわしくは6・7面へ

令和5年5月21日執行 足立区議会議員・足立区長選挙の結果(令和5年6月1日時点)

問先 選挙管理委員会事務局 管理係 ☎ 3880-5581 FAX 3880-5661

足立区長選挙 結果

党派	氏名	得票数	当選区分
無	近藤 やよい	192,767	当選
無	西山 ちえこ	41,938	

足立区議会議員選挙 結果(定数45人) ※得点数の小数点以下は票を按分したもの

党派	氏名	得票数	当選区分
1 立	銀川 ゆい子	9,160	当選
2 自	くじらい 実	6,891	当選
3 維	川村 みこと	6,283	当選
4 維	富田 けんたろう	5,968	当選
5 無	へんみ 圭二	5,878	当選
6 自	長沢 こうすけ	5,833	当選
7 都	中島 こういちろう	5,615	当選
8 無	和田 あいこ	5,115	※1
9 公	小泉 ひろし	5,023	当選
10 国	長谷川 たかこ	4,923	当選
11 都	佐藤 あい	4,910.282	当選
12 共	ぬかが 和子	4,787	当選
13 公	水野 あゆみ	4,696	当選
14 自	杉本 ゆう	4,621.586	当選
15 共	山中 ちえ子	4,525	当選
16 れ	高橋 まゆみ	4,501	当選
17 公	大竹 さよこ	4,334	当選
18 公	いいくら 昭二	4,261	当選
19 公	長井 まさのり	4,227	当選
20 自	ただ 太郎	4,227	当選

党派	氏名	得票数	当選区分
21 公	太田 せいいち	4,141	当選
22 自	しばや 竜一	4,116	当選
23 公	岡安 たかし	3,968.793	当選
24 自	しかはま 昭	3,880	当選
25 公	佐々木 まさひこ	3,830	当選
26 自	工藤 てつや	3,820.500	当選
27 維	野沢 てつや	3,810.499	当選
28 公	石毛 かずあき	3,751	当選
29 公	吉田 こうじ	3,751	当選
30 自	伊藤 のぶゆき	3,736.609	当選
31 立	おぐら 修平	3,731	当選
32 公	たがた 直昭	3,702	当選
33 参	加地 まさなお	3,654	当選
34 自	かねだ 正	3,644	当選
35 無	市川 おさと	3,614	当選
36 公	さの 智恵子	3,587	当選
37 無	土屋 のりこ	3,545	当選
38 公	くぼた 美幸	3,525	当選
39 自	岡田 将和	3,428	当選
40 自	白石 正輝	3,302	当選

党派	氏名	得票数	当選区分
41 共	西の原 ゆま	3,274.683	当選
42 共	横田 ゆう	3,257.413	当選
43 自	渡辺 ひであき	3,205.847	当選
44 共	小林 ともよ	3,145	当選
45 共	はたの 昭彦	3,023	当選
46 自	吉岡 しげる	2,937	※2
47 井	井前 せいら	2,906	
48 無	みやじま えりか	2,886	
49 自	名取 てつろう	2,802	
50 自	せぬま 剛	2,789	
51 共	西の原 えみ子	2,780.316	
52 自	にたない ひとし	2,758	
53 自	高山 のぶゆき	2,393.390	
54 自	新井 ひでお	2,304	
55 共	きたがわ 秀和	2,056	
56 自	まちがわ 尚則	1,537	
57 無	佐藤 のぶえ	1,442.138	
58 み	松丸 まこと	1,244	
59 無	佐藤 隆	1,032.737	
60 無	杉浦 俊介	1,030	

※1…令和5年5月26日付辞職
※2…令和5年6月1日開催「線上補充による選挙会」の決定により当選

党派の表示

自=自由民主党/公=公明党/共=日本共産党/維=日本維新の会/立=立憲民主党/都=都民ファーストの会/参=参政党/井=井前せいらと次世代あだち党/改=日本改革党/国=国民民主党/み=みんなの党/れ=れいわ新選組/無=無所属 ※所属党派の多い順。同数の場合は届出順

新型コロナウイルス感染症 ワクチン接種・検査等 関連情報

あだち広報の掲載内容は6月2日時点の情報のため、今後変更になる場合があります。最新情報は区のホームページをご覧ください。



区内・区外在住の方 区役所庁舎ホールで予約なし ワクチン接種が可能(事前に予約している方優先)



▲接種券の「接種可能日」を必ずご確認ください。
 ■期間=6月15日~30日の毎週月~土曜日 ※17日を除く。空き状況によって実施しない日、または途中で実施を取りやめる日があります。実施状況など、くわしくは区のホームページを事前にご覧ください。
 ■受付時間=午前9時~11時/午後1時~5時 ※金曜日は7時まで
 ■対象=12歳以上の令和5年春開始接種の対象者で接種時期が到来している方
 ■使用ワクチン=モデルナ社製オミクロン株対応2価ワクチン
 ■持ち物=住民票所在地の発行する令和5年春開始用接種券、記入済みの予診票、本人確認書類(運転免許証、健康保険証など) ※混雑状況によりお待ちいただく場合や、接種できない場合があります。

6月30日で終了 区役所庁舎ホール接種

終了後も引き続き、区内医療機関(足立区医師会館休日応急診療所を含む)では接種が可能です。

症状や受診先など、不安なことは下記へご相談ください

足立区発熱電話相談センター(平日、午前9時~午後5時)	☎3880-5747
東京都新型コロナ相談センター(年中無休、24時間)	☎0120-670-440

1人につき1回限り 最大で2個まで 65歳以上の方は抗原検査キットが1個500円で購入できます



■期間=実施中~9月30日 ■場所=薬剤師会に加入している薬剤師のいる区内の薬局など ※対象店舗は、順次追加予定。くわしくは区のホームページをご覧ください。
 ■対象=区内在住で65歳以上の方
 ■持ち物=本人確認書類(運転免許証、健康保険証など、住所・生年月日が確認できるもの)
 ■申込=不要 ※直接対象薬局などへ
 ■問先=足立区発熱電話相談センター(平日、午前9時~午後5時) ☎3880-5747



▲ポスター(緑色)が目印

「臨時給付金」関連情報

※1~5はいずれか1回限り支給。
 ※2~5は、確認書の返送がない場合、支給されません。10月31日(消印有効)までに必ずご返送ください。書類に不備があると支給が遅れる場合があります。確認書を返送する前に記入内容や添付資料の確認をお願いします。

あだち物価高騰支援臨時給付金 ■問先=あだち生活・暮らし臨時給付金ダイヤル(平日、午前9時~午後8時) ☎0120-247-035

	対象世帯(住民登録などの基準日=5年5/15)	支給額	申請書	申請方法	支給時期(予定)
住民税非課税世帯 令和4年度	1 4年1/2以降、足立区外からの転入者がいない世帯、かつ前回の国の住民税非課税世帯向け給付金*を足立区において受給し、基準日までに世帯構成に変更が無いなどの条件を満たす世帯 ★…電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金(1世帯5万円。令和4年度に支給)	1世帯あたり 3万円	対象世帯へ「お知らせ」を発送 ※6/8(木)以降に到着	申し込み不要 ※前回の国の住民税非課税世帯給付金の支給口座へ自動振り込み	6月28日(水)以降順次
	2 確認書の返送が必要 「1」以外の世帯で、4年1/2以降、足立区外からの転入者がいない世帯		対象と思われる世帯に対し、「確認書」を発送 ※6/14(水)以降に到着		6月28日(水)以降順次 (区に書類到着・確認後、順次振り込み)
	3 確認書の返送が必要 4年1/2以降、足立区外からの転入者がいる世帯		対象と思われる世帯に対し、「確認書」を発送 ※6月末ごろに到着予定	確認書を区へ返送 ※必要事項を記入した上で、同封の返信用封筒に入れて郵送	7月中旬以降順次 (区に書類到着・確認後、順次振り込み)
住民税非課税となつた世帯 令和5年度に新たに	4 確認書の返送が必要 5年1/2以降、足立区外からの転入者がいない世帯		対象と思われる世帯に対し、「確認書」を発送 ※7月中旬ごろに到着予定		7月下旬以降順次 (区に書類到着・確認後、順次振り込み)
	5 確認書の返送が必要 5年1/2以降、足立区外からの転入者がいる世帯				

介護予防 7月分



気軽にスタート! 65歳以上の方向け 今日も明日も、毎日元気!

■対象=区内在住の65歳以上で、要介護・要支援の認定を受けていない方(体力に自信のない方も参加可) ■申込=電話 ■申・問先=セントラルスポーツ(株) 健康サポート部(区委託事業者)(平日、午前10時~午後5時30分) ☎5543-1888

高齢者体力測定会

■日程等=表1 ■内容=握力測定や立ち上がりテストなどの結果を踏まえ、専門家が効果的なストレッチの方法などをアドバイス ■定員=各20人(6月12日から先着順) ■期限=開催日の2週間前

表1 高齢者体力測定会(7月分) 日程等

場所	日程	時間
アリオ西新井・1階インフォメーション前特設コーナー(西新井栄町1-20-1)	20(木)	午前10時30分~11時30分 / 11時30分~午後0時30分
エル・ソフィア	26(水)	午前9時30分~10時30分 / 10時30分~11時30分
興本地域学習センター	4(火)	午後0時45分~1時35分 / 1時35分~2時25分
勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内)	18(水)	午前9時30分~10時30分 / 10時30分~11時30分
千住西複合施設(千住中居町10-10)	25(水)	午前9時30分~10時30分 / 10時30分~11時30分
トヨタモビリティ東京 足立保木間店(保木間3-1-4)	27(木)	午後1時~2時 / 2時~3時
花畑地域学習センター	10(月)	午後0時45分~1時35分 / 1時35分~2時25分

Zoomでオンライン体操教室

■日時=7月26日までの毎週水曜日、午後2時~2時30分(開始20分前から入室可能) ■内容=会議用アプリ「Zoom」を活用し、ご自分のスマートフォンやタブレットなどで自宅にいながら講師と一緒に体操(座位のみ)を行う ※通信費は自己負担 ■定員=各20人(6月12日から先着順) ■期限=開催日の2週間前

操作に不安がある方向け 事前説明会(7月分)

■日程等=表2 ■内容=オンライン体操教室に参加するための基本操作を学ぶ ■持ち物=スマートフォン/タブレット/ノートパソコン ■定員=各20人(6月12日から先着順) ■期限=開催日の2週間前

表2 Zoomでオンライン体操教室 事前説明会(7月分) 日程等

場所	日程	時間
興本地域学習センター	7(金)	午後3時45分~4時45分
勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内)	12(水)	午前9時30分~10時30分
総合ボランティアセンター	26(水)	午前10時~11時
中央本町地域学習センター	19(水)	午後3時45分~4時45分
花畑地域学習センター	21(金)	午後1時30分~2時30分

放射線量の調査 (雨天時を除く、平日)

日付(5/16~31)	16	17	18	19	22	23	24	25	26	29	30	31
測定値(マイクロシーベルト/時)	0.05	0.05	0.06	0.07	0.06	—	0.05	0.06	0.05	—	0.05	0.05

■計測場所=区役所前中央公園(地上から高さ50cm) ■問先=公害規制係 ☎3880-5304



郵送申し込み記入例

☒

上記マークがある申し込みは、右の例を参照

切手 〒120-8510

足立区役所
 ○○課
 ○○係
 (○○は申し込み課・係名など)

各記事の情報を区のホームページでご覧になるには検索バーが便利です

トップ画面の検索バーにタイトルなどを入力することで、簡単にアクセスできます。

○○講座 検索

子育て・教育

短期子育て支援事業

◆こどもショートステイ (宿泊預かり)

■利用可能日=毎日 ■対象=病気や出産で養育ができない、1歳6カ月～小学生の保護者 ■内容=1カ月6泊以内で子どもを預けられる ■利用形態=施設型…児童養護施設クリスマス・ヴィレッジ(西新井本町4-13-16) ▷在宅型…養育協力家庭 ■利用料金=生活保護世帯/ひとり親家庭で児童育成手当受給中の住民税非課税世帯…1泊1,000円 ▷そのほかの世帯…1泊3,000円

◆こどもワイライクステイ (平日夜間預かり)

■利用可能日時=平日、午後5時30分～9時30分 ■場所=区内の児童福祉施設 ■対象=病気・出産・就労などで夕方から夜間にかけて養育

ができない小学生の保護者 ■内容=年30日を上限に食事の提供や学習支援、そのほか必要な支援を受けられる ■利用料金=1日1,000円 ※生活保護世帯、ひとり親家庭で児童育成手当受給中の住民税非課税世帯は無料

—いずれも—

※年末年始を除く。申し込み方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=こども支援センターげんき こども家庭支援課 家庭支援第一係～第三係 ☎3852-3535

給食関係技術者講習会

■日程等=▷おいしく魅せる食の彩り…7月13日(木) ▷発達障がい起因とする偏食のある子どもへの関わりと支援…8月9日(水) ■時間=午後2時～4時 ■場所=竹の塚保健センター ■対象=給食施設の管理者/管理栄養士/栄養士 ■定員=各50人(▷食の彩り…6月19日から先着順 ▷子どもへの関わりと支援…7月24日から先着順) ■申込=区のホームページからオンライン申請 ■申・問先=江北保健センター ☎3896-4004

ペアレント・メンター「ぴあサロン」

■日時等=▷メンターの学校選び「中学生からの進路」…7月8日(土)、午後1時30分～4時 ▷食や睡眠、生活リズムあれこれ…8月10日(木)、午前10時30分～午後1時 ▷メンターの子育て体験談…9月9日(土)、午後1時30分～4時 ■対象=発達障がい特性のある子どもを育てている

方 ■内容=ペアレント・メンター(発達障がい特性のある子どもを育てた経験を持つ相談員)や参加者同士で、テーマをもとに日ごろの思いを分かち合う ※サポートブック(生育記録)の作成可 ■定員=各10人程度(6月13日から先着順) ■申込=電話 ■場・申・問先=(-社)ねっとワーキング(区委託事業者)(火・木・金曜日、午前10時～午後5時) 青井3-7-17 ☎6806-3166

■問先=(区)こども支援センターげんき 支援管理課 発達支援係 ☎5681-0134

健康・衛生

呼吸器病予防教室「楽しく歌って、こころもからだもリラックス」

■日時=7月7日(金)、午前10時～正午 ■場所=竹の塚地域学習センター ■対象=ぜん息などの呼吸器疾患を治療中の方/おむね60歳以上の方 など ■内容=声楽家と一緒に、歌を通して効率的に酸素を取り入れることができる腹式呼吸を身につける ■定員=50人(6月13日から先着順) ■申込=電話/住所、氏名、電話番号、「音楽療法教室」をファクス ■申・問先=お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039 ☎3880-0041

年1回の狂犬病予防接種は、法律で定められた飼い主の義務です

犬を飼っている方は、年1回必ず

6月の休日開庁日

日時 25日(日)(第4日曜日) 午前9時～午後4時

場所 区役所

◆主な業務内容

- 転入・転出や戸籍の届出の受け付け
- 住民票の写しなどの証明書の発行
- 税・各種保険料の納付・相談
- 保育園に関する相談

くわしくはコチラ

官公庁

浸水ゼロ・安全・快適 下水道「みんなで備えて、浸水からまちを守ろう」

雨期を迎え、浸水の危険性が高くなります。「雨水ます」や「側溝」にごみを入れない、物を置かないなど、「浸水への備え」をお願いします。

■問先=(都)下水道局 東部第二下水道事務所 ☎5680-1552

ウクライナ支援情報

ウクライナから避難されてきた方への支援や、救援金の受け付けに関する情報を区のホームページでお知らせしています。

■募金箱の設置場所=区役所/区民事務所

■問先=地域調整課 管理係

☎3880-5855

家庭でできる食中毒予防

■問先=足立保健所 生活衛生課 食品保健係 ☎3880-5363

食中毒とは細菌やウイルスなどが付着した飲食物を原因とする健康被害で、下痢・腹痛・発熱・嘔吐などの症状を引き起こします。高温多湿の夏は細菌が増殖しやすくなります。抵抗力が弱い乳幼児や高齢者は重症化しやすいため、特に注意が必要です。

今すぐできる、食中毒予防6つのポイント

- ①食品の購入時は期限を必ずチェックし、短い距離でも保冷バッグなどに入れる
- ②冷蔵庫に入れる量は7割ぐらいに留める
- ③ふきん・タオルは清潔にし、こまめに手洗い・消毒を行う
- ④食品は十分に加熱。目安は中心部を75℃で1分以上
- ⑤出来上がった料理を長時間室温放置しない
- ⑥残った食品は清潔な容器に移し替え、少しでも怪しいと感じたら捨てる

食中毒予防に関する出張講習会

■日時等=平日、午前10時～午後4時の間で30分程度 ※場所は申込者が用意 ■対象=区内在住・在勤・在学の方で構成された10人以上の団体 ■内容=食品を衛生的に取り扱う方法や効果的な手洗い体験など、食中毒予防に関する講習に講師を派遣 ■申込=電話/窓口 ■期限=希望日の1カ月前 ■申・問先=足立保健所 生活衛生課 食品保健係 ☎3880-5363

後期高齢者医療被保険者へジェネリック医薬品に切り替え時の差額通知を6月下旬に送付

■対象=次のすべてに当てはまる後期高齢者医療被保険者…4年12月、5年1月・2月に医療保険適用の医薬品代を支払った/生活習慣病・慢性疾患で先発医薬品を服用している/切り替えで自己負担軽減額が一定額以上になる ■問先=高齢医療係 ☎3880-5874

税金・国保・年金

国民健康保険料の口座振替新規加入で区内共通商品券が当たります

■対象=次のすべてに当てはまる方…期間中に国民健康保険料の口座振替を新規に申し込んだ/国民健康保険料の滞納がない/申し込み後、6年1月期分の国民健康保険料の引き落としが確認できた ■内容=抽選で10人に1万円分、350人に2,000円分の区内共通商品券を進呈 ※6年3月発送予定。くわしくは区のホームページを参照 ■申込期間=6月14日～12月1日必着 ■問先=国民健康保険課 収納管理担当 ☎3880-5242

国民健康保険の加入者へ保険料決定通知書を6月14日(水)に送付

◆保険料の軽減を受けられる場合があります

■対象=4年中の総所得が一定基準以下の世帯/会社都合により失業した方 ※軽減判定には世帯主と被保険者の所得申告が必要

◆社会保険に加入した場合は国民健康保険の脱退手続きが必要

国民健康保険は、ほかの保険に加入しても自動的に脱退手続きは行われません。 ※手続きには社会保険証の写しと国民健康保険証が必要

—いずれも— ※くわしくは保険料決定通知書に同封の国保だよりを参照 ■問先=国民健康保険課 資格賦課担当

☎3880-5240

4面に続きます



3面からの続きです

税金・国保・年金

5年度 国民年金・年金生活者 支援給付金の支給額

◆老齢基礎年金

■対象=10年以上、国民年金保険料を納付(免除・納付猶予期間含む)した65歳以上の方 ※繰り上げ・繰り下げでの受給可。受給資格のある方には、65歳の誕生日の約3カ月前に年金請求書を日本年金機構から送付 ■支給額・請求先等=表1・2

◆障害基礎年金

■対象=心や体の病気、けがによる障がい日常生活が不自由な方 ※初診日や障がいの程度、障がい認定日の年齢などにより、支給条件が異なります。 ■支給額・請求先等=表1・2

◆遺族基礎年金

■対象=一定期間以上、国民年金保険料を納付(免除・納付猶予期間含む)した方が亡くなったときに、その方によって生計を維持されていた「子」のある配偶者または「子」 ◆…18歳の誕生日以降、最初の3月31日までの子ども、または20歳未満で一定の障がいのある子ども(そのほかにも条件あり) ■支給額=表1

◆年金生活者支援給付金

■対象=老齢基礎年金、障害基礎

年金、遺族基礎年金のいずれかを受給している方 ※所得などの条件があります。日本国内に住所がない、年金が全額支給停止の場合などは支給できません。 ■支給額=表3

—いずれも—

※原則偶数月の15日に振り込み。くわしくは区のホームページをご覧ください。

■問先=ねんきんダイヤル

☎0570-05-1165

(IP電話の方) ☎03-6700-1165

年金生活者支援給付金専用ダイヤル

☎0570-05-4092

(IP電話の方) ☎03-5539-2216

足立年金事務所 ☎3604-0111

(区)国民年金係 ☎3880-5849

☎3880-5981

福祉・高齢医療

運動・栄養・口腔ケアを学んで 元気に「はつらつ教室」 (7月～9月分)

■日程等=表4 ■対象=区内在住の65歳以上で、要介護・要支援の認定を受けていない方 ■内容=筋力向上トレーニング/栄養士による栄養学講座/歯科衛生士による口腔ケア講座 など ■持ち物=緊急連絡先が分かるもの/運動しやすい服装/室内用運動靴/タオル/飲み物

表3 5年度 年金生活者支援給付金 支給額

給付金の種類	月額
老齢(補足的老齢)年金生活者支援給付金	5,140円を基準に、保険料納付済期間などに応じて算出
障害年金生活者支援給付金	障害等級1級 6,425円 障害等級2級 5,140円
遺族年金生活者支援給付金 ^{★3}	5,140円

★3…2人以上で受給している場合の1人当たり支給額は、人数で割った額

表1 5年度 国民年金 支給額

年金の種類	年額
老齢基礎年金(満額) ^{★1}	79万5,000円 【79万2,600円】
障害基礎年金1級	99万3,750円 【99万750円】
障害基礎年金2級	79万5,000円 【79万2,600円】
遺族基礎年金 ^{★2}	79万5,000円 【79万2,600円】
老齢福祉年金	40万6,100円

【 】内は68歳以上の方の額
★1…加入期間に保険料の未納や免除の期間がある場合は減額
★2…子1・2人目は各22万8,700円、子3人目以降は7万6,200円を加算

表2 国民年金 請求先等

老齢基礎年金の対象	障害基礎年金の対象	請求先
すべての加入期間が第1号被保険者期間の方	第1号被保険者期間、加入をやめた後(60～64歳)、国民年金加入前(19歳以下)のいずれかに初診日がある方	(区)高齢医療・年金課 国民年金係/足立年金事務所
第2号被保険者期間がある方	第2号被保険者期間に初診日がある方	▷会社員など…年金事務所 ▷公務員…各共済組合 ※いずれも一部例外あり
第3号被保険者期間がある方	第3号被保険者期間に初診日がある方	足立年金事務所

※年金事務所窓口での相談や手続きは、予約受付専用電話(☎0570-05-4890/IP電話の方☎03-6631-7521)で事前に予約(相談希望日の1カ月前～前日)ができます。

介護保険の利用料負担軽減

◆施設入所者など

■対象=表5 ■内容=特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院の入所者(ショートステイを含む)の食費・居住費負担を年金収入と所得・預貯金などに応じて軽減

◆生計困難者

■対象=次のすべてに当てはまる方…住民税非課税世帯/年間収入額が150万円以下(単身の場合。世帯員が1人増えるごとに50万円を加算)/預貯金額などが350万円以下(単身の場合。世帯員が1人増えるごとに100万円を加算)/日常生

活上必要以上に資産を所有していない/負担能力のある方に扶養されていない/介護保険料を滞納していない ■内容=都と区に軽減を申し出ている事業者のサービスを利用した場合、利用者負担額の原則4分の1を軽減 ※軽減実施事業者は(都)福祉保健局のホームページ(<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/>)に掲載

—いずれも—

※すでに認定されている方の申請期限は7月31日(月)。6月中に更新のお知らせを送付予定。申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。 ■問先=保険給付係

☎3880-5743

表4 はつらつ教室(運動・栄養・口腔ケア)(7月～9月分) 日程等

場・申・問先	日程	時間	定員(先着順)	申込
伊興 ☎3857-6537	7/6～9/21の第1・3木曜日	午前10時～11時30分	各30人	電話/窓口
梅田 ☎3880-5322	7/10～9/25の第2・4月曜日			
興本 ☎3889-0370	7/5～9/20の第1・3水曜日	午後1時30分～3時	各20人	
江北 ☎3890-4522	7/13～9/28の第2・4木曜日			
佐野 ☎3628-3273	7/12～9/27の第2・4水曜日	午前10時～11時30分	25人	
鹿浜 ☎3857-6551	7/13～9/28の第2・4木曜日			
新田 ☎3912-3931	7/11～9/26の第2・4火曜日	午後1時30分～3時	25人	
竹の塚 ☎3850-3107	7/21～9/15の第3金曜日			
中央本町 ☎3852-1431	7/5～8/16の第1・3水曜日	午前10時～11時30分	30人	
東和 ☎3628-6201	7/27～9/28の第4木曜日			
舎人 ☎3857-0008	7/12～9/27の第2・4水曜日	午後1時～2時30分	各20人	
花畑 ☎3850-2618	7/11・25、8/8・29、9/12・26、いずれも火曜日			
保塚 ☎3858-1502	7/13～9/28の第2・4木曜日	午後1時30分～3時	25人	
生涯学習センター(学びピア21内) ☎5813-3730	7/6～9/21の第1・3木曜日			
総合スポーツセンター ☎3859-8211	7/5～9/20の第1・3水曜日	午後1時15分～2時45分	各20人	
■場所=勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内) ■申・問先=和田整骨院 ☎3879-3206	7/11～9/12の第2火曜日			
ティップネス綾瀬(綾瀬3-14-16) ☎0120-937-381	7/6～9/21の第1・3木曜日	午後2時～3時30分	18人	電話(平日のみ)

■受付開始日=▷初参加者…前月の15日 ▷参加経験者…前月の26日

表5 介護保険の利用料負担軽減(施設入所者など)対象

段階	所得等	預貯金等
1	老齢福祉年金受給者	単身…1,000万円以下 夫婦…2,000万円以下
2	前年の合計所得金額と年金収入金額の合計が80万円以下	単身…650万円以下 夫婦…1,650万円以下
3①	前年の合計所得金額と年金収入金額の合計が80万円超～120万円以下	単身…550万円以下 夫婦…1,550万円以下
3②	前年の合計所得金額と年金収入金額の合計が120万円超	単身…500万円以下 夫婦…1,500万円以下

※住民税非課税世帯対象(別世帯の配偶者含む)

人材募集コーナー

◆区立保育園・認定こども園の非常勤職員

職種	勤務内容(例)	勤務条件	雇用開始日	報酬月額(予定)	期限(必着)	申・問先
保育(日中保育) [★]	保育・環境整備	週4日・1日6時間	8/1(火)	15万1,840円	6/30(金)	子ども政策課 保育人事計画担当 ☎3880-8015
		週5日・1日6時間		18万9,800円		

対象や必要資格・免許、募集人数、勤務内容・条件など、くわしくは区のホームページをご覧ください。区のホームページでは、このほかにも募集情報をまとめて掲載しています。 ★…必要資格・免許あり



生活支援サポーター養成研修(2日制)

■日時=7月26日(水)・31日(月)、午前9時45分～午後5時 ■場所=生涯学習センター(学びピア21内) ■対象=介護サービスを受けていない18歳以上で、区の指定を受けた訪問介護事業所での雇用を希望する方 ■内容=講義などを通して、専門的技術・知識が不要な介護サービス(掃除/ごみ出し/見守りなど)の担い手「生活支援サポーター」資格を取得 ■定員=25人(6月12日から先着順) ※保育あり(要予約) ■申込=電話/区のホームページからオンライン申請 ■申・問先=お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

仕事・産業

区役所1階ショーケース展示(無料)の出展者募集(区内産業製品)

■期間=8月1日～11月30日 ■場所=区役所1階区民ロビー ■対象=区内に工場・事業所がある企業・団体 ■展示品=自社で製造または開発した製品 ※食品・生物は不可(缶詰を除く) ■展示スペース等=幅80cm×奥行35cm×高さ35cm以内 ※重さ10kg以下 ■定員=6団体(抽選) ■申込=申込書を区へ郵送・ファクス ※申込書は産業振興課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■期限=7

月7日(金)必着 ■申・問先=産業振興課ものづくり振興係 ☎3880-5869 ☎3880-5605

あだち若者サポートステーション「ぶらり・あだちサポ」

■日時=7月12日(水)、午後1時30分～2時/2時～2時30分/2時30分～3時 ■対象=就労を考えている15～49歳の方またはその家族・関係者 ■内容=サポステの事業内容や利用方法などを紹介 ■定員=各3人(6月13日から先着順) ※複数人で参加希望の場合は要相談 ■申込=電話 ■場・申・問先=あだち若者サポートステーション(火～土曜日、午前10時～午後6時) 千住3-6-12 ツオード千住壱番館402 ☎6806-1401

■問先=(区)就労・雇用支援係 ☎3880-5469

あだち子ども未来起業塾受講者募集

■日時=8月5日(土)・6日(日)、午前10時～午後5時 ※いずれか1日 ■場所=勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ■対象=区内在住または在学の小学5・6年生 ■内容=班で起業の流れ(会社作り/商品企画/事業計画策定/資金調達/製作/販売/決算など)を体験し、アイデアを発表 ■定員=各25人(抽選) ■申込=区のホームページからオンライン申請

申込期間=6月12日～7月3日 ■申・問先=創業支援係 ☎3880-5495

暮らし・まちづくり

住居表示板の実態調査を実施

■期間=6月中旬～8月上旬(予定) ■対象=小台一・二丁目 ■内容=老朽化などの確認のため、住居表示実施済み区域の街区表示板と町名・住居番号表示板(緑色のアルミ板)の取り付け状況を順次調査 ※区の腕章を付けた委託事業者が実施 ■問先=住民記録係 ☎3880-5725

明るい選挙ポスター募集

■対象=区内在住・在学の小学生～高校生 ■内容=投票を呼びかけるポスターを募集 ※画用紙は四つ切りまたは八つ切り。画材は自由。入選者に賞状・記念品を贈呈。参加賞あり ■申込=作品裏の右下に学校名、学年、氏名(フリガナ)を記入し持参 ※入選作品の著作権は区に属する。入選者は学校名、学年、クラス、氏名(フリガナ)を公表 ■期限=区内在学の方…通学先で決めた日 ▷そのほかの方…9月8日(金) ■申・問先=選挙管理委員会事務局 選挙係 ☎3880-5531

8面に続きます

第33回 足立伝統工芸品展 入場無料

6/26(月)～28(水) 午前9時30分～午後4時

▲一針一針心を込めて、布に絹糸で絵を描く江戸刺繍
 ▲髪にツヤを与える、猪毛を使用したヘアブラシ
 ▲江戸時代からの神社仏閣彫刻の伝統的な技を駆使した木彫刻のパズル

■場所=区役所1階区民ロビー ■内容=伝統工芸品の販売・展示 ※販売・展示品は日ごとに入れ替え。くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=ものづくり振興係 ☎3880-5869

5年度の納税通知書と納付書をお送りしました

住民税(普通徴収特別区民税・都民税)は、子育て、福祉、保健衛生など、生活に密着した様々なサービスにつながる大切な財源の一つです。納付書が届いたら、内容を確認して期限内に納付してください。 ※口座振替・年金からの天引きのみの方には、納税通知書のみをお送りしました。

◆納期限(普通徴収の特別区民税・都民税)
 第1期:6月30日(金) 第2期:8月31日(木)
 第3期:10月31日(火) 第4期:6年1月31日(水)
 ※納期限を過ぎると延滞金加算の対象となります。

▲電話番号のかけ間違いにご注意ください。

Pay-easyマークが入った納付書は、コンビニエンスストアやPayPayなどのスマホ決済アプリでもご利用いただけます



ATM・パソコン・携帯電話(スマホ決済アプリなど)を使用する納付では、一定期間、納税証明書が発行できません。お急ぎの方は、区役所または区民事務所(中央本町を除く)で納付してください。

◆口座振替 新規加入キャンペーン

■対象=新たに普通徴収の特別区民税・都民税の口座振替を申し込んだ方 ■内容=抽選で10人に1万円分、200人に2,000円分の区内共通商品券を進呈 ※申し込み方法など、くわしくは納税通知書に同封のチラシを参照 ■期限=9月11日(月)必着

■問先=納税課 収納管理係

☎3880-5238

公的年金を受給する65歳以上の方は、年金収入に対する住民税額が年金から天引きされます(特別徴収制度)

■対象=次のすべてに当てはまる方…5年4月1日現在、65歳以上で公的年金(障害年金・遺族年金を除く)を受給している/4年1月1日～12月31日までに公的年金の支払いを受けた/介護保険料を天引きされている ※新たな税負担が生じるものではありません。4年度に住民税が足立区で年金天引きされていない方で、5年度から対象となる方は、10月から天引き。天引きされる住民税額は、6月8日(水)に対象者へ送付した納税通知書に記載 ■問先=課税課 課税第一係～第三係 ☎3880-5231・2/3880-5418

現在区で行っている税収確保のための取り組みの一部を紹介します

1 滞納者への財産調査

納税課の徴税吏員は、滞納者が取り引きしている銀行、勤務先などに対して質問検査権を有し、財産を調査することが許されています。滞納者へ督促状を発送後、預貯金・給与照会などの財産調査を早期に実施し、速やかな滞納整理を行っています。

2 滞納処分の着実な実施(差押え)

【差押えの主な例】

預貯金:滞納者の預貯金口座の全額またはその一部を差し押さえて取り立てし、未納の税金に充当します。

給与:滞納者の勤務先から支給されている給与を差し押さえて、滞納者の給料から差押禁止額を除いた額を取り立てます。未納の税金がなくなるまで続きます。

3 個々の実情に応じた納税相談

様々な事情により納付が困難な方に対し、その事情を伺って分割納付などの相談に応じています。納付が困難な場合は、お早めにご連絡ください。

■問先=▷納付方法や相談…納税課 滞納整理第一係 ☎3880-5236 /納税課 滞納整理第二係 ☎3880-5237 /納税課 特別整理第一係 ☎3880-5235
 ▷納税通知書・納付書の内容…課税課 課税第一係～第三係 ☎3880-5231・2/3880-5418

男女共同参画社会の推進に関する施策への意見を受け付けています

制度の概要など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=男女参画プラザ ☎3880-5222



区内全域で歩行喫煙・ごみのポイ捨ては禁止です



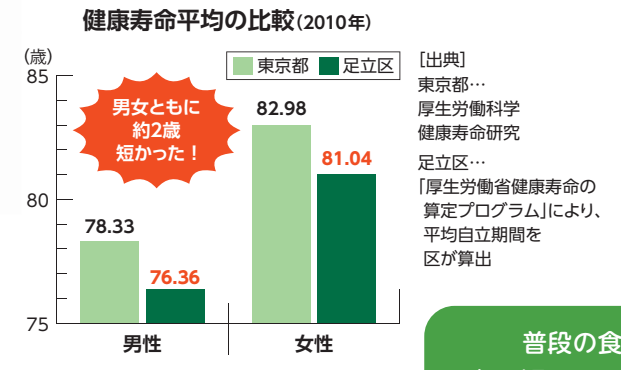
■問先=美化推進係 ☎3880-5856

A はじまりのはじまり 2013年

足立区は2013年まで、あらゆる健康対策を総花的に進めていきましたが、思ったような成果が得られませんでした。そこで足立区が注目したのが、当時、区民1人あたりの医療費が23区で最も高かった「糖尿病」。総花的な健康対策から「糖尿病対策」1本に絞った、新たな健康事業がここからスタートしました！

1 すべてはショッキングなデータから

「足立区民の健康寿命は都平均より約2歳短い」。このショッキングなデータが糖尿病対策に舵を切ったキッカケです。区の糖尿病対策のポイントは「野菜を食べること」。区民のみなさんに野菜を食べてもらうにはどうしたらよいか…。そうして生まれた事業が「あだちベジタベライフ」です。



2 あだちベジタベライフ 3つのポイント

- 1 野菜から食べる(ベジ・ファースト)**
 - 食物繊維が豊富な野菜から食べることで、血糖値の急上昇を抑え血管を守る
 - 糖尿病をはじめ、動脈硬化や心筋梗塞、脳梗塞などの生活習慣病の予防に役立つ
- 2 目標は1日350g以上！ 野菜を3食しっかり食べる**
 - 野菜は、ビタミン、ミネラル、食物繊維など健康に必要な栄養素を多く含んでいる
 - 生野菜なら1日に両手3杯くらい、茹でた野菜なら片手2杯くらいの量を目安に食べる
- 3 野菜をよく噛んで食べる**
 - 満腹感が早く得られるので食べすぎを防ぎ、肥満防止になる
 - 脳が活性化され、集中力や記憶力が上昇する

普通の食事を振り返ってみましょう。余裕で摂れている？ それともちょっと足りないかも？

3 なんと827店舗！ ベジタベライフ協力店

取り組みの結果、事業開始からの10年間で協力店はどんどん増加！ 現在、827店舗にご協力いただきながら「住んでいるだけで自ずと健康になるまちづくり」を推進しています。

●レストラン 一粒の麦 (花畑4-34-16)
2013年からベジタベライフ協力店です。お客様の健康を支えることができると思い登録しました。野菜が多いと栄養価も高く、彩りも良い。ランチメニューにはサラダをつけて「ベジ・ファースト」。野菜を食べることが「自然に」できるのが理想ですね！



4 ターゲットは若い世代

「あだちベジタベライフ」開始当初の調査*1で、男女別に見ると若い世代の野菜摂取量が少ないことがわかりました。そこで、若い世代の行動様式に合わせて飲食店やスーパー、コンビニなどにもご協力いただいています。



「多くの区民のみなさんに野菜を食べてもらうことはもちろん、特に若い世代に手軽に、いつでも野菜を食べてもらうには?」。足立区がたどり着いた答えは、区内の飲食店やスーパー、コンビニなどにご協力いただくことでした。「ちょっと野菜を多めにする」「サラダを先に提供する」など、それぞれができる「ベジタベ」に取り組んでくださっています。



あだちベジタベライフ 10年の軌跡

～そうだ、野菜を食べよう～

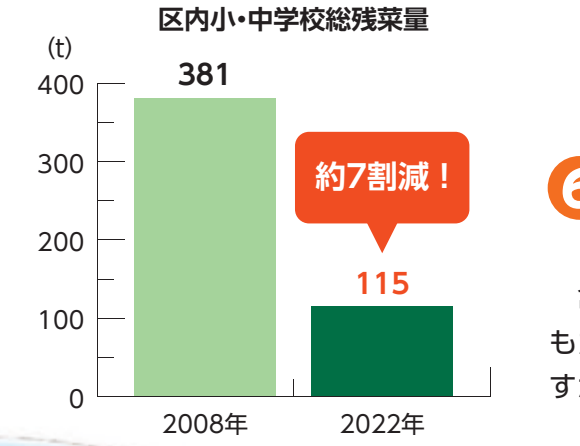
今号では、事業開始から10年の節目を迎えた「あだちベジタベライフ」の取り組みを特集します。さあ、あなたも！ Let's ベジタベ！

さらに、くわしい内容やロングインタビューはコチラ！

問先 ことろからだの健康づくり課 健康づくり係 ☎3880-5433
学務課 おいしい給食担当 ☎3880-5427

5 足立区がめざすのは「日本一おいしい給食」

2008年から取り組んでいる区独自の「おいしい給食事業」。天然だしのうまみを活かし、ルウやドレッシングも各学校ですべて手づくり。「おいしく残さず食べる取り組み」で、2008年には年間381tもあった残菜量は、2022年には115tまで減少。もちろん野菜もたくさん食べています。



6 工夫を凝らした給食が子どもたちの意識を変える

亀田小学校オリジナルメニューの「かめつこ丼」は子どもたちに大人気です。野菜がたっぷり入ったメニューですが、みんな残さず食べています。「ひと口目は野菜から」という合言葉は、今や小学1年生でも知っていますし、上の学年の子には当然のこととして定着しています。各学校で、サラダのトッピングなどを工夫した結果「野菜は苦手だけど、給食でなら食べられる！」という子も出てきました！

学校と区が、子どもたちに「正しい食習慣とおいしい給食を」と取り組んできた成果が合言葉の定着や近年の残菜率の低下にも繋がっていると思います。おいしい給食をいっぱい食べて、ゆくゆくは自分の健康を自分で考えられる人になってほしいです。



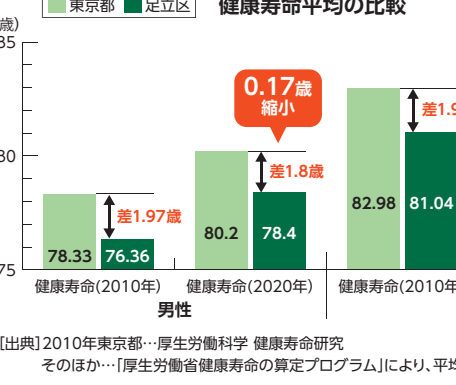
G 子どもたちへのアプローチ ひと口目は野菜から

健康なカラダは、良い食習慣から。足立区では、保育園や幼稚園の就学前から小・中学生まで、健康になるための合言葉として「ひと口目は野菜から」を徹底しています。給食を通して、大人になっても健康を保てる生活習慣が、子どもたちに身についています。

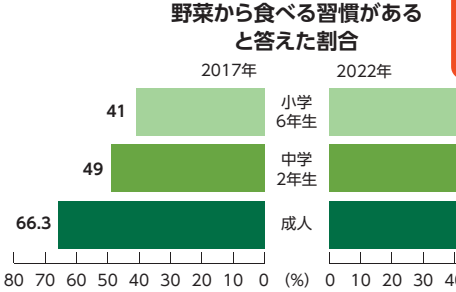


7 成果と評価

成果1 足立区民の健康寿命が延伸し、都平均との差が縮小！



成果2 23区で最も高かった区民1人あたりの糖尿病医療費が、23区ワーストから7番目になった！



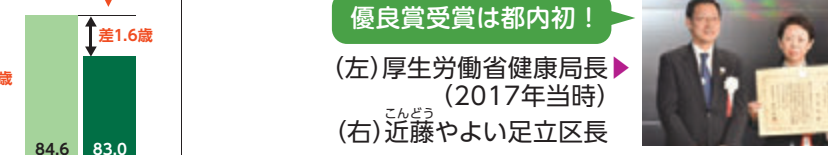
成果3 野菜から食べる人の割合が増加！特に子どもは約20ポイントも増加！



毎年6月は食育月間！ 食育月間の取り組みは12面でご紹介！

評価1 2017年 厚生労働省から表彰！

特に優秀な生活習慣病の取り組み事例を表彰する「健康寿命をのばそう！アワード」にて、都内で初めて厚生労働省健康局長優良賞を受賞しました。



評価2 2019年 海外からも「世界最高水準の取り組み」と評価！

38カ国の先進国が加盟する国際機関、経済協力開発機構(OECD)の報告書で評価されました。

国際レベルで評価！ 厚生労働副大臣のほかミャンマーやカンボジアから視察あり！

D そして次のステージへ 2023年

区民のみなさんと一歩ずつ進めてきた「あだちベジタベライフ」の10年間。その成果は数字に表れ、各方面からの評価もいただきました。でもここで歩みを止めてはいけません。区民、お店、企業、団体、そして行政が一体となってこそ、目標が達成できます。さあ、次のステージもLet's ベジタベ！

5面からの続きです

暮らし・まちづくり

郵便局でマイナンバーカードの申請サポートをしています

■日時=平日、午前9時～午後4時の郵便窓口営業時間 ※営業時間は、各郵便局で異なります。■場所等=表1 ■内容=マイナンバーカードの申請書作成/マイナンバーカードの申請用写真の無料撮影 ■持ち物=二次元コード付きマイナ

バーカード交付申請書 ※戸籍住民課または区民事務所(中央本町を除く)で発行可。申請書の発行に必要なものなど、くわしくはお問い合わせください。■申込=不要 ※当日直接会場へ(混雑時は整理券を配布。配布上限あり)■問先=▷制度…マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178 ▷申請書の発行…(区)マイナンバーダイヤル ☎5888-7707

空き家無料相談会(6月分)

■日時=27日(火)～29日(木)、午前10時～正午/午後1時～3時 ■場所

=区役所 ■内容=所有する空き家の管理や活用方法などを専門家に相談 ■定員=各8組(6月12日から先着順) ■申込=電話/区のホームページからオンライン申請/住所、氏名(フリガナ)、電話番号、希望日時、「空き家無料相談会」をファクス ■申・問先=空き家担当 ☎3880-5737 ☎3880-5615

足立区農産物共進会

◆足立区産農産物の販売

■時間=午前10時開始 ■内容=コ

マツナ・エダマメ・ポット苗・切花などの販売

◆農産物の展示

■時間=午前11時～午後1時 ※1時から展示品を販売

—いずれも—

■日程=6月24日(土) ■場所=JA東京スマイル足立支店(中央本町1-4-3) ■申込=不要 ※当日直接会場へ。なくなり次第終了 ■問先=お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039

表1 マイナンバーカード申請サポート 場所等

場所(郵便局)	住所	電話番号
足立	千住曙町42-4	0570-943-023
足立北	竹の塚3-9-20	0570-943-200
足立西	西新井本町4-4-30	0570-943-654
足立中央本町	中央本町2-19-10	3886-9693
足立伊興二	伊興2-18-1	3899-0055
足立梅田	梅田6-32-1	3886-9617
足立宮城	宮城1-12-19	3919-9977
足立椿	椿2-18-15	3899-3730
足立佐野	佐野2-11-12	3606-2331
足立鹿浜八	鹿浜8-11-4	3853-0288
足立新田	新田2-12-8	3919-9689
足立大川町	千住大川町20-13	3888-9463
足立竹の塚	竹の塚5-8-5	3883-7186
足立古千谷	古千谷本町2-20-12	3899-0150
足立中川	中川3-3-17	3605-9870
足立西新井	西新井1-5-2	3890-9620
花畑西	花畑4-28-3	3885-7550
足立東綾瀬	東綾瀬1-18-17	3605-5901
足立保木間	保木間1-31-11	3885-2255
NEW 扇大橋駅前*	扇大橋駅前	3890-9622

★…足立興野郵便局は移転に伴い、扇大橋駅前郵便局に局名変更



東京未来大学 こどもみらい園の催し

◆不登校や発達に関するお悩み相談会

■時間=午前10時～11時30分 ■対象=登校などに不安のある小・中学生の保護者

◆リトミック体験会&発達相談会

■時間等=▷発達に課題のある就学前の子ども…午後2時～3時 ▷発達に課題のある小学生…3時～4時

—いずれも—

■日程=6月24日、7月8日・22日、8月5日 ※いずれも土曜日。いずれか1日 ■内容=専門家による相談会 ■定員=各10人(6月11日から先着順) ■申込=ホームページからオンライン申請 ■場・申・問先=東京未来大学 こどもみらい園(月・火曜日を除く、午前10時～午後5時) 綾瀬2-30-6 ☎5629-3789 <https://miraien.tokyoumirai.ac.jp>

大学連携の問い合わせ先=(区)大学連携担当 ☎3880-5840

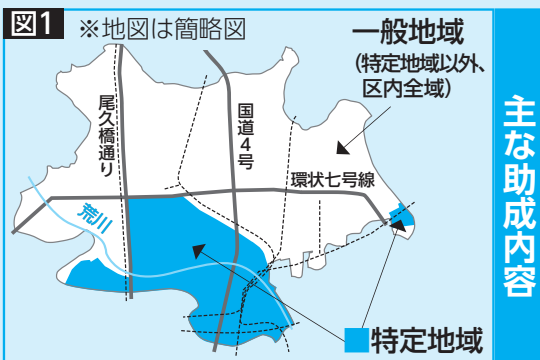
3年間限定

地震・不燃化対策助成金を大幅拡充

※いずれも築年数、所在地などの要件があります。制度が複雑なため、お気軽にお問い合わせください。

区内全域対象 住まいの地震対策

■問先=建築防災課 耐震化推進係 ☎3880-5317



- 耐震診断助成* 最大30万円(20万円UP) すでに78件申し込みあり(4/1~5/31)
- 耐震改修助成*・木造解体助成* (一般地域の場合) 各最大150万円(改修70万円UP・解体100万円UP)
- ブロック塀等カット工事助成 最大100万円(2万円/m) (85万円UP)
- 家具転倒防止・窓ガラス等飛散防止工事助成 最大10万円(5万円UP)

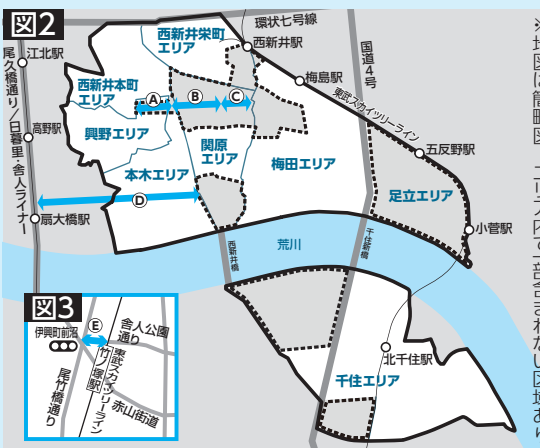
特定地域(図1 ■)にお住まいの方は上限額UP

- 耐震改修助成*・木造解体助成* 各最大200万円(改修80万円UP・解体100万円UP)
- 特定地域 梅田/扇一・三丁目/小台/関原/千住/中川二・三丁目/宮城一丁目/本木 など

※いずれも消費税は対象外。実際の助成対象費と比べいずれか低い額を助成
★…対象は昭和56年5月以前に建築された木造2階建て以下の戸建て住宅

一部の地域対象 不燃化建て替え・解体助成

■申・問先=建築防災課 不燃化推進係 ☎3880-6269



- 対象 図2・3 (A~E) の都市計画道路沿道で老朽建築物を解体または整備基準を満たす不燃建築物を建てる方
- 内容 解体費(最大280万円)や建築費などの一部を助成

不燃化特区

- すでに84件申し込みあり(4/1~5/31)
- 1 不燃化建て替え助成
- 対象地域 図2 (■)
- ① 建築費(構造・床面積に応じた額)
- ② 解体費(最大280万円) ③ 設計・監理費(最大70万円)
- 2 解体費助成(助成額は②解体費と同じ)
- 対象地域 図2 (■□) ←どちらも対象

解体・建て替え相談会(第1弾)

■日時等=表2 ■対象=図2・3 (■□・A~E) の区域で解体・建て替えを検討している方 ■定員=各8組(6月12日から先着順) ※1組30分程度 ■申込=電話/区のホームページからオンライン申請

表2 解体・建て替え相談会(第1弾) 日時等

日時	場所
7/7金、午後6時30分～8時30分	梅田住区センター
7/15土、午前10時～正午	興本住区センター
7/28金、午後6時30分～8時30分	愛恵まちづくり記念館(関原の森内)
8/5土、午前10時～正午	西新井栄町住区センター
8/18金、午後6時30分～8時30分	五反野コミュニティセンター
8/26土、午前10時～正午	千住柳町住区センター
9/1金、午後6時30分～8時30分	千住あずま住区センター
9/9土、午前10時～正午	千住本町住区センター

気づいてください ヘルプマーク



援助が必要な方のためのマークです。見かけたら思いやりのある行動をお願いします。 ■問先=お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時～午後8時) ☎3880-0039 FAX3880-0041

アヤセ未来会議2023 参加者募集(5日制)

■日程=7月8日、8月5日、9月9日、10月21日、12月16日 ※いずれも土曜日
 ■時間=午前10時～正午
 ■対象=SDGs未来都市モデル事業の舞台・綾瀬エリアで新たに地域活動を始めたい方
 ■内容=[まちでやりたいこと]の実現に向けて話し合い、実践するワークショップ
 ■定員=15人(選考)
 ■申込=区のホームページからオンライン申請
 ■期限=6月28日(水)
 ■申・問先=SDGs未来都市推進担当 ☎3880-5070

講座 「子ども食堂スタッフ体験」

■日時=7月16日(日)、午前10時～午後1時
 ■場所=エル・ソフィア
 ■対象=区内在住・在勤・在学の16

歳以上で、子ども食堂の活動に興味のある方
 ■内容=区内で子ども食堂を運営しているNPOと一緒に、食事を調理・試食する講座
 ■定員=20人(6月11日から先着順)
 ■費用=100円
 ■申込=電話/区のホームページからオンライン申請/住所、氏名(フリガナ)、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、「子ども食堂スタッフ体験」をファクス
 ■申・問先=NPO活動支援センター(梅田図書館1階。月曜日、祝日を除く、午前9時～午後9時30分)
 ☎3840-2331 FAX3840-2333

美化啓発プレートを配布中

■対象=区内在住・在勤・在学の方
 ■内容=美化意識向上のための「犬のフン放置禁止」「ポイ捨て禁

止][歩きタバコ禁止]プレートを配布 ※なくなり次第終了
 ■配布場所=地域調整課/区民事務所
 ■問先=美化推進係 ☎3880-5856



▲縦21cm×横32cmのプレート

消費者講座「野菜ソムリエプロが教える食品ロスを減らす野菜の使い方」

■日時=6月29日(木)、午後2時～4時
 ■場所=エル・ソフィア
 ■対象=区内在住・在勤・在学の方
 ■内容=無駄にしない買い方、保存方法、使いきる工夫を野菜ソムリエプロから学ぶ(実演あり)
 ■定員=40人(6月12日から先着順) ※保育あり(6月21日までに要予約、6カ月～就学前の子ども、先着6人)
 ■申込=電話/

窓口/区のホームページからオンライン申請/氏名(フリガナ)、電話・ファクス番号、「野菜の使い方」をファクス
 ■申・問先=消費者センター ☎3880-5385 FAX3880-0133

催し物 ※先着順で、特に記載がない場合は午前8時30分から受け付け(申し込み不要を除く)

読み語り入門講座(2日制)

■日時=7月12日(水)・19日(水)、午前10時～正午
 ■場所=生涯学習センター(学びピア21内)
 ■対象=乳幼児・小学生に対する読み語りなどの活動を行う方、これから始めようとしている方
 ■内容=読み読みの方法などを学ぶ
 ■定員=30人(6月14日から先着順)
 ■申込=電話/窓口
 ■申・問先=中央図書館 読書活動推進係(6月30日、7月10日を除く毎日、午前9時～午後5時)
 ☎5813-3745

10面に続きます

障がいのある方の運動・スポーツ教室

ライフル射撃



屋内射撃場でビームライフルを体験! どなたでも楽しむことができるよう、スタッフがサポートします。

▲撃つ前の緊張感と的に当たったときの爽快感は、一度味わったら忘れられない!

■日時 7月23日(日)、午後1時～5時の間に4回実施 ※各回1時間程度の入れ替え制
 ■場所 総合スポーツセンター
 ■対象 区内在住の小学生以上で、障害者手帳をお持ちの方
 ■定員 各3人(抽選)
 ■申込 電話/区のホームページからオンライン申請/住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、障がいの内容・程度、希望する支援、「ライフル射撃」をファクス
 ■申込期間 6月14日～30日



障がいのある方に、地域のスポーツ情報をご紹介します! あだちスポーツコンシェルジュ

■場所 区役所 ※事前予約制。申し込み方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

—いずれも—

■申・問先=スポーツコンシェルジュ担当

☎3880-6205 FAX3880-6028

「足立の花火」有料席発売! 6月24日(土)、午前10時から先着順

■内容=7月22日(土)、午後7時20分～8時20分に開催(荒天中止)する「第45回足立の花火」の有料席を販売 ※販売は7月21日(金)まで
 ■販売数等=表3 ※購入手順など、くわしくはホームページをご覧ください。

■問先=(-財)足立区観光交流協会 ☎3880-5853

表3 「足立の花火」有料席 販売数等

場所	席種	販売数	費用*1
千住側	シングルセンターエリア*2	1,452区画	5,000円
	シングルサイド席	1,080席	3,500円
西新井側	ペアエリア*2(2人分)	506セット	7,000円
	トリプルエリア*2(3人分)	341セット	1万500円
	4人がけテーブル席	130セット	1万8,000円

★1…別途手数料あり。花火中止の場合は払い戻しあり
 ★2…席の形態はブルーシート。そのほかの席種は椅子を設置

離職・休業などに伴う収入の減少により 家賃の支払いにお困りの方へ

住宅費を支援

4年度は
149人が
受給開始

■対象=申請日現在、次のすべてに当てはまる方 ※このほかにも要件あり

- 離職またはやむを得ない休業などにより経済的に困窮し、住居を喪失しているまたは喪失する恐れがある
- 原則、離職・廃業後2年以内または、就業している個人の給与や業務上の収入などを得る機会がやむを得ない理由などで減少し、離職・廃業と同じ状況にある
- 誠実かつ熱心に就職や事業再生をめざした活動を行っている
- 世帯総収入(月額)が基準額(表4)に家賃相当額(支給限度額(表5))を上限を合算した額以下
- 世帯の金融資産の合計額が基準額(表4)以下

※4月1日から要件が変更され、一度給付が終了した方も、再度解雇された方・収入が減少した方などは受給可。収入、求職要件も変更あり。くわしくは区のホームページをご覧ください。

■支給限度額=表5 ■支給期間=3カ月 ※求職活動の状況などに応じて、最大9カ月まで延長可。支給期間中は原則月4回、福祉事務所に状況報告が必要
 ■支給方法=原則、賃貸住宅の貸主などの口座へ直接振り込み ※住所の管轄の福祉事務所で申請(郵送申請可)。くわしくはお問い合わせください。

■問先=表6



表4 基準額/金融資産の合計額

世帯人数	基準額(月額)	金融資産の合計額
単身	8万4,000円	50万4,000円
2人	13万円	78万円
3人	17万2,000円	100万円
4人	21万4,000円	
5人	25万5,000円	

※6人以上の世帯はお問い合わせください。

表5 支給限度額

世帯人数	支給限度額(月額)
単身	5万3,700円
2人	6万4,000円
3~5人	6万9,800円
6人	7万5,000円
7人以上	8万3,800円

※収入に応じて減額あり

表6 足立福祉事務所 各福祉課一覧

問先	電話番号
西部	3897-5013
千住	3888-3142
中部第一	3880-5875
中部第二	3880-5419
東部	3605-7129
北部	5831-5797



9面からの続きです



はじめてのスマホ教室(7月分)

■日程等=表1 ■対象=要介護・要支援の認定を受けていない区内在住の65歳以上で、スマートフォンをお持ちの方 ■内容=▷体験コース…スマートフォン操作やインターネットに慣れるため、YouTube観賞、脳トレなどを行う ▷基礎コース…Wi-Fiの接続方法、二次元コードの読み取り、LINEの操作など、スマートフォンの基本的な使い方を学ぶ ■定員=20人(6月12日から先着順) ■申込=電話 ■期限=開催日の2週間前 ■申・問先=セントラルスポーツ(株)健康サポート部(区委託事業者)(平日、午前10時~午後5時30分) ☎5543-1888

夏休み 子ども陶芸体験教室

■日時=7月22日(土)・23日(日)、午前10時~11時30分/午後1時~2時30分 ※いずれか1日 ■場所=都市農業公園 ■対象=区内在住の小・中学生 ■内容=自由作品を1人

1点作る ※作品の引き渡しは8月下旬以降 ■定員=各12人(抽選) ■費用=500円(材料費) ■申込=全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、希望日時「夏休み 子ども陶芸体験教室」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1通で2人まで。1人1回のみ申し込み可 ■期限=6月28日(火)必着 ■申・問先=障がい福祉センターあしすと 社会リハビリテーション室 〒121-0816 梅島3-31-19 ☎5681-0131

文化団体の催し

◆あだち区展2023

■期間等=▷絵画、彫刻、図工・美術(平面・立体部門)…6月20日(火)~25日(日) ▷書道(一般・少年部門)、写真(一般・少年部門)…27日(火)~7月2日(日) ■時間=午前10時~午後6時。6月25日、7月2日は5時終了(入場は4時30分まで) ■場所=シアター1010・11階 ■内容=区民が制作した美術作品の発表・展示 ◆第23回 海の日ジョイントコンサート ■日程等=7月17日(祝) ■時間=▷昼の部…午後1時30分開演 ▷夜の部…6時30分開演 ※いずれも30分前開場 ■場所=西新井文化ホール ■内容=学校・青少年団体と一般

団体による海の日になんだ合唱の公演 ■定員等=表3

—いずれも—
■申込=不要 ※当日直接会場へ。くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=文化団体支援係 ☎3880-5986

絵本と音楽を楽しもう「あだち絵本シアター」

■日時=7月1日(土)、午前10時~午後1時 ■場所=ポンテポルタ千住・1階プロローゴ広場(千住橋戸町1-13) ■対象=就学前の子どもと保護者 ■内容=絵本になんだ音楽生演奏付きの読み語り/絵本の展示・出張貸し出し など ■申込=不要 ※当日直接会場へ。一部、申し込みが必要なイベントあり。くわしく

は区のホームページをご覧ください。 ■問先=中央図書館 読書活動推進係 ☎5813-3745

桜花亭 いけばなの基本の「き」

■日時=7月7日(金)、午前10時~正午 ■対象=16歳以上でいけばな初心者または経験がない方 ■内容=生け方や道具の使い方などを知り、楽しくいけばなの魅力と基本を学ぶ ■定員=15人(6月13日、午前9時から先着順) ■費用=2,000円(材料費など) ■申込=電話/氏名(フリガナ)、電話番号、「いけばなの基本のき」をファクス ※1人1回のみ申し込み可 ■期限=6月24日(土) ■場・申・問先=桜花亭 ☎3885-9795 ☎3860-0608

表3 第23回 海の日ジョイントコンサート 定員等

	出演団体	定員等 (先着順・全席自由)
昼の部	▷一般団体…北千住イーストゲート合唱団/女声合唱団 ロートスブルーメ/草加混声合唱団 ▷学生団体…足立区立加平小学校/足立区立長門小学校/足立区立伊興中学校/足立区立西新井中学校/足立区立中学校合同合唱団/東京足立青少年少女合唱団/獨協埼玉中学高等学校	650人 (無料。当日会場入口で入場整理券を配布)
夜の部	歓喜の演合唱団/NAOコーラスグループ/コール・NAGATO	800人 (500円。当日会場入口で入場券を購入)

表1 はじめてのスマホ教室 体験・基礎コース(7月分) 日程等

コース名	場所	日程	時間
体験コース	勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)	11(火)	午前9時30分~11時30分
	生涯学習センター(学びピア21内)	21(金)	午後2時~4時
基礎コース	興本地域学習センター	7(金)	午後1時30分~3時30分
	中央本町地域学習センター	19(水)	
	花畑地域学習センター	21(金)	午前10時~正午

パソコン講座(7月分)

■日時等=表2 ■場所=あだち産業センターIT支援室 ■申込=電話/ホームページからオンライン申請 ※いずれも定員あり(6月12日、午前9時から先着順)。講座内容など、くわしくはホームページをご覧ください。 ■申・問先=ランドミック(株) IT事業部(区協働事業者) ☎6802-7829



表2 パソコン講座(7月分) 日時等

	コース名	日時	費用 (テキスト代など)
1	Excel基本1日コース	1(土)、午前10時~午後5時	各
2	Word基本1日コース	2(日)、午前10時~午後5時	10,730円
3	Excel中級1日コース	8(土)、午前10時~午後5時	13,700円
4	PowerPoint基本1日コース	9(日)、午前10時~午後5時	10,730円
5	Access基本1日コース	15(土)、午前10時~午後5時	各
6	WordPress速習作成1日コース	16(日)、午前10時~午後5時	12,600円
7	イラストレーターCCビギナー1日コース	17(祝)、午前10時~午後5時	13,700円
8	ゼロから始めるExcelVBA・マクロ1日コース	22(土)、午前10時~午後5時	12,600円
9	Photoshopビギナー1日コース	23(日)、午前10時~午後5時	各
10	PHPビギナー1日コース	29(土)、午前10時~午後5時	13,700円
11	小学生向けプログラミング基礎編 午前1日コース ■対象=スクラッチに初めて触る小学1~3年生と保護者	30(日)、午前10時~正午	2,068円
12	Excelピンポイント「関数」午後1日コース	30(日)、午後1時~4時	7,100円

ストリートピアノ・フェス 2023

■日時=8月11日(祝)、午後4時30分開演 ※4時開場 ■内容=遠坂めぐ、Jacob Koller、ヒビキpiano、松尾優、みやけんなどの人気ピアノプレイヤー8人による、ソロプレイやコラボ、4台のピアノによる競演が楽しめる祭典 ※4月15日に行われた、本コンサートへの出演権をかけた予選会を勝ち抜いた一般プレイヤー5組の演奏もあり ■定員=902人(先着順) ■費用=▷前売り…3,000円(友の会会員、区内在住・在勤・在学の方は2,500円) ▷当日…3,500円 ※就学前の子どもは入場不可。全席指定 ■申込=窓口/ホームページからオンライン申請 ■申先=ギャラクシティ/地域学習センター など ※当日はギャラクシティのみ

東京都弘済会の「いきいき寄席」

■日時=10月6日(金)、午後2時開演 ※1時15分開場 ■対象=都内在住の方 ■内容=金原亭馬生師匠らによる本格的な古典落語会 ■定員=902人(7月20日から先着順) ■費用=500円 ※就学前の子どもは入場不可。全席自由 ■申込=窓口/ホームページからオンライン申請 ■申先=ギャラクシティ/地域学習センター など ※当日はギャラクシティのみ

◆100人を無料招待(抽選)
■対象=区内在住で60歳以上の方/区内在住の在宅介護従事者 ■申込=住所、氏名、年齢、電話番号、希望人数(2人まで)、車いす席希望の有無、「いきいき寄席 無料招待」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限=7月11日(火)必着 ■申先=ギャラクシティ 〒123-0842 栗原1-3-1

—いずれも—

■場所=西新井文化ホール ■問先=ギャラクシティ ☎5242-8161 @<https://galaxcity.jp/>



講座「藍染手ぬぐいづくり」

■日時=6月25日(日)、午後2時~4時
■対象=区内在住・在勤・在学の方
■内容=合成藍での手ぬぐい藍染体験を通して、染料と水環境との関係を知り、生活雑排水が水とそこに生きる生物に与える影響を考える
■定員=10人(6月11日、午前9時から先着順) ■費用=800円(材料費)
■申込=電話/窓口/住所、氏名、電話番号、「藍染」をファクス
■場・申・問先=あだち再生館(月曜日、祝日休館)
☎3880-9800 FAX3880-9801

めざせキャンプの達人

■日時=7月2日(日)、午前10時~午後4時
■場所=宮城ゆうゆう公園
■対象=中学生以上の方
■内容=テント設営、炊事、安全管理などを学ぶ ※18歳以上の方は宮城ゆうゆう公園 少年キャンプ場の利用に必要な修了証を取得可(3年更新制)
■定員=20人(抽選) ■費用=600円(材料費など)
■申込=電話/区のホームページからオンライン申請
■申込期間=6月10日~22日
■申・問先=青少年事業係
☎3880-5275

あだちの遊び場

学びピアの縁側 押し花うちわづくり

■日時=7月15日(土)、午後2時~2時40分/3時~3時40分
■内容=野草の押し花を貼り付けてうちわを作る
■定員=各10人(抽選) ※就学前の子どもは保護者の参加が必要
■申込=全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、希望時間(第2希望まで)、「押し花うちわづくり」を往復ハガキで送付 ※返信面に

も宛名を記入。1通で5人まで。1人1回のみ申し込み可
■期限=6月30日(金)必着
■場・申・問先=荒川ビジターセンター 〒120-0034千住5-13-5 学びピア21・4階
☎5813-3753

カブトムシを育てよう

■日時=7月17日(祝)・30日(日)、午後1時30分~3時 ※いずれか1日
■対象=小学生
■内容=カブトムシの生態や飼育方法を学ぶ ※カブトムシの成虫と飼育セット付き
■定員=各12人(抽選) ■費用=2,000円 ※別途入園料が必要
■申込=全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢(学年)・電話番号、希望日、「カブトムシを育てよう」を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1人1回のみ申し込み可
■期限=6月29日(木)必着
■場・申・問先=生物園 〒121-0064保木間2-17-1
☎3884-5577

田んぼのミニビオトープづくり

■日時=6月18日(日)、午前10時~11時 ※雨天中止
■対象=小・中学生
■内容=田んぼや河川敷に生える植物を使って、小さなビオトープ★を作る ★…生きものが自立して生息できる場所
■持ち物=汚れても良い服装・靴・タオル
■定員=12人(先着順) ■申込=不要 ※当日午前9時から会場で受け付け
■場・問先=都市農業公園
☎3853-4114

えいご de 工作 「英語で七夕を楽しもう」

■日時=6月28日(水)、午後2時30分~5時
■内容=七夕飾りの作り方を英語で教わり、英語で短冊に願いごとを書きながら、楽しく学ぶ ※就学前の子どもは保護者同伴
■定員=10組(1組1家族まで。随時

入れ替え) ■申込=不要 ※当日直接会場へ
■場・問先=ギャラクシティ ☎5242-8161

家族で触ろう 水の生きものちびっこ自然体験

■日時=7月16日(日)・23日(日)、午前10時30分~11時30分/午後1時30分~2時30分 ※いずれか1日
■対象=就学前の子どもと保護者
■内容=スタッフと一緒にカゴ網★を引きあげ、魚やエビなどの生きものを触って観察する ★…カゴ状の網の中にエサを入れて水中に沈

め、生きものを捕まえる道具 ※保護者に「生き物ものしりシート」を配布
■定員=各10人(抽選) ■申込=窓口/全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢(学年)・電話番号・ファクス番号、希望日時(第4希望まで)、「家族で触ろう 水の生きもの」をファクス・往復ハガキで送付 ※往復ハガキは返信面にも宛名を記入。1人1回のみ申し込み可
■期限=6月27日(火)必着
■場・申・問先=桑袋ビオトープ公園 〒121-0061花畑8-2-2
☎3884-1021 FAX3884-1041

「千住・足立の文化遺産」が、「こっか 國華」で特集されました!

日本で最も権威ある美術雑誌

明治22年に、当時を代表する美術指導者の岡倉天心らが創刊した「國華」は、現在も刊行が続く世界で最も古い美術雑誌です。5月20日発行の第1531号に、足立区が10年以上続けている「文化遺産調査」で確認された、貴重な美術品や資料が特集されました。美術史などの各専門家によって解説されていますので、ぜひご覧ください。



■閲覧可能場所=区政資料室/中央図書館

開催中 電子展覧会 千住・足立の文化遺産 1点ごとの解説付き

- バーチャル空間で約40点を展示!
- 電子の強み! 作品・資料を拡大して細部まで鑑賞可能



公開中 足立区制90周年記念番組 琳派の花園 あだち 広報番組 (令和4年12月公開)

- 足立区の琳派、その全容に迫る
 - 玉蟲 敏子★教授が語る、足立の財産「琳派」
- ★…武蔵野美術大学教授。日本美術史の研究者として特に「琳派」を対象とした多くの著書を持つ。平成30年に紫綬褒章を受章



6月12日(月)から郷土博物館の事務室が移転します 移転先 千住5-13-5(学びピア21内)

—いずれも—

※郷土博物館はリニューアル工事のため令和7年3月まで休館。事務室移転作業のため、6月9日(金)~12日(月)は電話が繋がりにくい場合があります。■問先=郷土博物館 ☎3620-9393(移転後も変更なし)

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係へ ☎3880-5815

福祉葬 二対応致します

無料 ご相談・お見積り

区民のお葬式

式を行わない火葬のみ **火葬式 プラン**

通夜を行わない1日のお葬式 **1日葬 プラン**

「区民のお葬式」は「火葬式(直葬)」と「1日葬」に特化した安心価格のプランです。

町屋斎場・四ツ木斎場・谷塚斎場・右記ホールで施行できる新プランです!!

安心価格 10名前後の家族葬用 **提携ホール** もご案内できます

足立区役所から一番近くの葬儀社

株式会社 孝行舎
東京都足立区中央本町 1-19-2
365日 24時間 **受付 0120-81-5548**

はい こうこうしゃ

一般葬・大型葬・2日葬も通常プランにて承っております。詳しくはお問合せ下さい。

庭木1本 3m未満 **3,300円** (税別)

庭まわりの困りごとに、若さ溢れる有資格者のプロが対応!

安心定額制! フリーダイヤル **0120-187-394**

株式会社 **大和グリーン**

足立支店 足立区竹ノ塚1-40-15
受付時間 9:00~18:00 無休

広報紙読者限定
すべての作業料金から **10%引き +10%引き**
※期限:令和5年6月30日まで

お見積り無料

涼しいうちに 健診を受けましょう!

◆5月中旬に「受診券」が送付されています。

◆まだ涼しいうちに、「受診券」を持って、早めに健診を受けるようにしましょう!

「受診券」は黄色の封筒で届いています
メタボ先生
令和4年度「特定健診受診勧奨の標語キャンペーン」優秀作品

将来の健康貯金 「特定健診」 Let's go!

伊興中学校3年 笹原 陽夏乃

足立区医師会
〒121-0011 足立区中央本町 3-4-4
TEL: 03 (3840) 2111 (平日9:00~17:00)



あだちは いつでも どこでも ちょいまし野菜

6月は食育月間



6月の食育月間は「野菜」をテーマにしたイベントがいっぱい！ぜひこの機会に「ちょいまし野菜」を始めてみませんか。

問先 健康づくり係 ☎3880-5433

開催場所・リーフレット配布場所など、くわしくは区のホームページをご覧ください。



ちょい得ベジメニュー

場所 区内のベジタベライフ協力店(27店舗)



実施中～
6月30日

※一粒の麦(花畑4-34-16) 野菜たっぷりピッツァ

「あだち広報5月25日号・6月10日号」や「食育月間リーフレット」を持参または区ホームページの「食育月間特集」の画面を提示し、「ちょい得ベジメニュー」を注文すると「野菜増量」「1品追加」などのサービスが受けられます！

さらに！

プレゼント企画

「ちょい得ベジメニュー」を食べた方に二次元コード付きカードを配布。抽選で豪華景品をプレゼント！

- 【区内在住・在勤・在学の方】
アップルウォッチ
- Apple Watch……………1人
 - 夏野菜の詰め合わせ…10人(北足立市場協会協力)
 - 野菜をおいしく食べるドレッシングなど……20人
- 【区外在住の方】
- ベジタベグッズ詰め合わせ……………20人

おでかけついでに ベジチェック

無料

手のひらをかざして約30秒で推定野菜摂取量が測定できます！

- 日時等▷ライフ ポンテポルタ千住店(千住橋戸町1-13)…6月17日(土)、午前10時～午後4時
- ▷イトーヨーカドー アリオ西新井店(西新井栄町1-20-1)…17日(土)・18日(日)、午前10時～午後5時
- ▷イトーヨーカドー 綾瀬店(綾瀬3-4-25)…21日(水)、午前10時～午後3時

このほかにも区内4カ所で実施します！

青果店でちょいまし野菜

6月19日(月)に、青果店(30店舗)で野菜を購入した方(先着各25人)にベジタベエコバッグをプレゼント！

※なくなり次第終了。配布基準は各店舗によって異なります。



セブン-イレブン×足立区 おいしい給食メニューが復活！

場所 区内135店舗のセブン-イレブンで販売(5月2日現在)
※一部商品は区外での販売あり



※「カレーシチューごはん」(左)、「こまつなサラダ」(右)。いずれもイメージ

子どもたちに大人気！ 野菜をちょいまし！
6月13日(火)販売開始！
昨年の食育月間で大好評だった「えびクリームライス」「こまつなサラダ」がセブン-イレブンで再発売！さらに今年は、懐かしの給食メニュー「カレーシチューごはん」も新登場！※店舗により取り扱いのない場合があります。

カリスマ八百屋が伝授！ 「おいしい野菜の選び方」教室



毎年大人気の教室！
6月25日(日)

時間 午前10時～11時30分 場所 北足立市場(入谷6-3-1) 対象 区内在住で小学3年生以上の方 定員 25人(抽選) 費用 200円 申込 区のホームページからオンライン申請 期限 6月16日(金)

「動画 de あだち」での生配信も実施予定。申し込み不要・無料で閲覧可能です！※くわしくは区のホームページをご覧ください。

あなたは、どっち派？ 中華でがっつり×サラダでおしゃれ



※いずれもイメージ

味の素とコラボ！甘口麻婆茄子丼
キューピーとコラボ！アボカドとキャベツのメキシコ風あえサラダ
足立区が「味の素」「キューピー」とコラボ！旬の野菜をふんだんに使い、調理で魅力を引き出した「野菜がおいしいレシピ」を作りました！時短調理で多くの野菜が食べられるように工夫していますので、ぜひお試しください。※レシピなど、くわしくは区のホームページをご覧ください。

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係へ ☎3880-5815

タスク補聴器

創業45年の安心と信頼
補聴器のご相談は、**専門店**で。
無料貸し出し実施中

タスク補聴器

竹ノ塚駅
東口
ロータリー

ふちえ幼稚園

☎ 3884-3933
竹の塚駅東口徒歩4分

竹の塚店

綾瀬駅
西口

スマイルホテル東京

タスク補聴器

☎ 5680-6106
綾瀬駅西口徒歩2分

綾瀬店

営業時間 10:00～18:00 定休日 日/祝日
竹の塚・綾瀬・上野・板橋・草加・越谷

ウィッグ専門店

女性用 男性用 医療用

高品質のウィッグを安心価格で！

即日納品 女性ウィッグ 既製品 3万円～150種類以上！

全品ご試着 OK!!

他社製品歓迎！当日毛直し(予約制)

男性かつら修理 1万円～ 大特価 660円

※今号の「あだち広報」と持参の方限定で 10%off! (一部商品を除く)

株式会社 洋かつらセンター **ルミアン北千住店**

ご相談だけでもお気軽に…
3870-0202

営業時間 10:00～18:00 定休:水曜
足立区千住1-39-7(千住警察の常磐線踏切そば)

樹木葬花園墓苑

永代供養

説明会のご案内
毎月第2日曜日
第4日曜日
より行います
午後3時

ご契約 1人 15万円

聖徳太子のおてら 日暮里・舎人ライナー
源証寺 舎人駅から徒歩9分

☎ 03-3899-0684

所在地:東京都足立区入谷2丁目15-25
許可年月日:平成27年12月1日 墓地変更許可番号:27足保第538号 住職:大谷忍昌

広告

足立区の工務店 雨漏りのプロ 東洋堂ハウスSP ☎03-5849-3090

足立区東綾瀬 1-24-13