

2023年(令和5年)

5月25日 第1904号

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

お問い合わせコールあだち ~気軽に聞けます! 区の情報~
(毎日、午前8時~午後8時) ☎3880-0039 ☎3880-0041

あだち ち

広報

2023

しょうぶまつり

&世界の食広場



※写真はイメージ

6/3 ± 4日



しょうぶまつり

約140種類
約8,100株の
ハナショウブ

時間 午前10時~午後4時

場所 しょうぶ沼公園
(東京メトロ千代田線 北綾瀬駅下車すぐ)

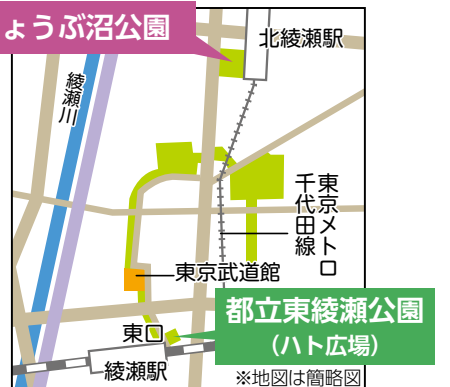
世界の食広場

多国籍
(20カ国)
グルメ
イベント

時間 午前10時~午後6時

場所 都立東綾瀬公園(ハト広場)
(東京メトロ千代田線 綾瀬駅下車すぐ)

しょうぶ沼公園



都立東綾瀬公園
(ハト広場)

※地図は簡略図

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

おわび 令和4年10月に「足立区功労者」を表彰させていただきましたが、本来ならば対象となる方が、表彰から漏れるというミスが生じました。深くおわび申し上げます。 くわしくは2面へ

足立区功労者

4年10月1日に足立区功労者表彰を行いました。区の確認不足により、本来ならば表彰の対象となる方が、表彰から漏れるという、あってはならないミスが生じました。誠に申し訳ありませんでした。心からおわび申し上げますとともに、ここに表彰者のお名前をご紹介します(敬称略)。 ■問先=総務係 ☎3880-5821

区制90周年記念特別表彰

産業功労

《実業精励功労者》
日比谷 皖司

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5月17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。

関連情報 ▶
について
くわしく
はコチラ

令和5年春開始接種を実施中

■接種対象=①初回接種(1・2回目)が完了した65歳以上の方 ②基礎疾患を有する方、またはその他重症化リスクが高いと医師が認める方 ③医療機関、高齢者施設、障がい者施設などの従事者 ■接種券=①の対象者へ順次発送中 ※②③の方は、接種券の発行に申請が必要です。くわしくは区のホームページをご覧ください。



接種場所	接種開始日	予約方法	使用ワクチン
区内医療機関 (足立区医師会館・休日応急診療所を含む)	実施中	<ul style="list-style-type: none"> 区予約システムからオンライン申請 区予約・相談ダイヤルへ電話(☎0120-230-377) 希望する医療機関へ連絡(電話など) ※医療機関によって異なります。 	ファイザー社製オミクロン株対応2価ワクチン
区役所 庁舎ホール	6/3(土) ※毎週月～土曜日、午前9時～11時30分/午後1時～5時30分(6月10日(土)を除く。毎週金曜日は午後7時30分まで)	<ul style="list-style-type: none"> 区予約システムからオンライン申請 区予約・相談ダイヤルへ電話(☎0120-230-377) 	モデルナ社製オミクロン株対応2価ワクチン

※区予約・相談ダイヤルの受け付け時間は、午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日含む)

療養期間の考え方が変わりました

新型コロナウイルス感染症患者の外出は、下記の情報を参考に判断をお願いします。

外出を控えることが推奨される期間

発症日を0日目として5日間かつ症状が軽快してから24時間

※発症日を0日目として、10日間はウイルス排出の可能性がります。マスクの着用、ハイリスク者との接触を控えるなど、周りへの配慮をお願いします。

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 65歳以上の方は抗原検査キットが最大で2個まで 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

「臨時給付金」関連情報

区独自の通知で示された対象の想定は、「令和5年度の住民税非課税世帯」。その場合、6月の非課税世帯の決定を待たなければ支給できないため、区独自に「令和4年度の住民税非課税世帯」を対象とし、支給時期の前倒しを図る(4月21日の区議会臨時会で補正予算が可決・成立)。

国事業に、区独自で対象拡大 あだち物価高騰支援臨時給付金 ※1と2は、いずれか1回限り支給。5月17日時点では制度の詳細やコールセンターの番号などは未定

対象世帯	支給額	申請方法	支給時期(予定)
1 区独自 令和4年度住民税非課税世帯	1世帯につき 3万円	対象と思われる世帯に対し、6月中旬以降に確認書を発送予定(4年1/2以降の転入世帯などには7月上旬以降に発送予定)	6月下旬以降順次
2 令和5年度に新たに住民税非課税となった世帯		対象と思われる世帯に対し、7月上旬以降に確認書を発送予定(5年1/2以降の転入世帯などには7月下旬以降に発送予定)	7月中旬以降順次

▲掲載内容はあだち広報5月10日号と同様です。最新情報は、区のホームページやあだち広報(6月10日号を予定)などでお知らせします。

国事業 子育て世帯生活支援特別給付金 ■問先=子育て給付金担当(平日、午前8時30分～午後5時) ☎3880-5721

対象世帯	支給額	申請方法	支給時期(予定)
3 低所得の子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親) 令和5年3月分の児童扶養手当を受給している世帯	対象児童 1人につき 5万円	不要 ※5/12に対象者へ通知を発送済み。児童扶養手当・令和4年度低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金の支給口座に自動振り込み。	5/26(金)
4 低所得の子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親以外) 「令和4年度低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親以外)」を受給した世帯			



6月4日～10日は「歯」と「口の健康週間」

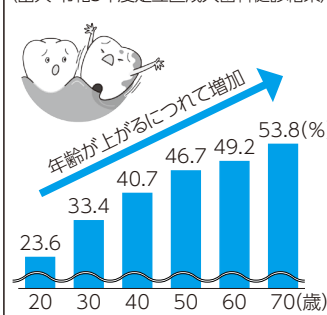
手に入れよう 長生きチケット 歯みがきで(5年度 歯と口の健康週間標語)

■問先=多世代健康データ連携担当 ☎3880-5601

区の成人歯科健診の結果、4mm以上の歯周ポケット*を持つ区民の割合は、年齢が上がるごとに増加していることが分かりました。歯周病菌は、歯周ポケットから血管内に入り、糖尿病や心筋梗塞、認知症など、全身の健康に影響するといわれています。若いころから定期的な歯科チェック(歯科健診)やデンタルフロスなどを使った正しい歯みがきで、むし歯・歯周病を予防しましょう。

★…プラーク(細菌のかたまり)により炎症を起こして深くなった歯と歯ぐきの間の溝のこと(健康な歯ぐきでは1～2mm程度の深さ)

4mm以上の歯周ポケットがある区民の割合
(出典:令和3年度足立区成人歯科健診結果)



区民の歯科健診をご利用ください

内容	対象 ※年齢は6年3月31日現在
成人 歯科健診	区内に住居登録がある、20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の方 ※6月上旬に受診券・案内を送付
後期高齢者 歯科健診	区内に住居登録がある、76・80歳の方 ※9月上旬に受診券・案内を送付

口の筋力アップで健康長寿「あだち☆ちゅうりっぷ体操教室」

「かたいものが食べにくい」「飲み込むときにむせる」など、口の機能の衰えを「オーラル(口腔)フレイル(虚弱)」といいます。舌、頬、唇のトレーニングで予防しましょう。 ■日時=6月28日(水)、午前10時～10時30分/10時30分～11時/11時～11時30分 ■内容=口の機能チェック(発音測定など)/口の体操(あだち☆ちゅうりっぷ体操体験) など ■定員=各5人(5月26日から先着順) ■申込=電話/窓口 ■場・申・問先=江北保健センター ☎3896-4011



放射線量の調査 (雨天時を除く、平日)

日付(4/26～5/15)	4/26	27	28	5/1	2	8	9	10	11	12	15
測定値(マイクロシーベルト/時)	—	0.07	0.06	0.06	0.06	—	0.06	0.06	0.06	0.06	—

■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

区
 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

イライラしない子育て講座 (入門編)

■日時=7月6日(木)、午前10時～正午
 ■対象=区内在住で3歳～小学生の保護者 ※子ども同伴での受講不可(保育あり。要予約、1歳～就学前の子ども、8人程度) ■内容=より良い親子関係を築くための、しつけの具体的なポイントを学ぶ ■定員=16人程度(抽選) ■申込=電話／

区のホームページからオンライン申請
 ■期限=6月9日(金) ■場・申・問先=こども支援センターげんき こども家庭支援課 事業係
 ☎3852-2863

1歳ごろの栄養教室「離乳食から幼児食へのステップアップ」

■日程等=表1 ■時間=午前10時30分～11時15分 ■対象=開催日現在、区内在住で11カ月以上の子どもの保護者 ※子ども同伴可
 ■内容=離乳食から幼児食へのスムーズな移行のポイント／レシピ紹介 など ■申込=電話／窓口

表1 1歳ごろの栄養教室 日程等

場・申・問先	日程	定員 (5/26から先着順)
江北保健センター ☎3896-4004	6/27(火)	8人
中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内) ☎3880-5351	6/23(金)	12人

教育相談のご案内

■日時=毎週月～土曜日(祝日・年末年始を除く)、午前9時～午後5時
 ■場所等=表2 ■対象=区内在住・在学の18歳未満の方と保護者 ■

内容=子どもの教育上の様々な悩み(学習／不登校／性格 など)について、教育相談員と継続的に面談を行い、一緒に解決策を考える
 ■申込=電話／窓口

児童の発達に関する相談

■日時=毎週月～土曜日(祝日・年末年始を除く)、午前8時30分～午後5時 ■対象=18歳未満の方の家族など ■内容=発達に関する悩みや心配事についての相談 ■申込=電話／住所、氏名(フリガナ)、生年月日、電話・ファクス番号、相談内容をファクス ■場・申・問先=こども支援センターげんき 支援管理課 発達支援係
 ☎5681-0134 ☎3852-2864

区立小・中学校の学校公開と学校説明会

■日程=▷小学校…6月3日～30日

の各学校が指定する日 ▷中学校…6月5日～26日の各学校が指定する日 ※いずれも各学校の日程、時間などは区のホームページ、学務課などで公表 ■対象=6年度に入学する子どもの保護者／地域の方など ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=就学係
 ☎3880-5969

小・中学校使用教科書 展示会

■期間=6月5日～28日、午前9時～午後7時 ■場所=区役所1階区民ロビー(10日(土)・11日(日)を除く)／こども支援センターげんき・1階 ■内容=6年度に使用する小学校用教科書の採択用見本と、現在使用中の小・中学校用教科書の展示 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=教育指導係 ☎3880-5974

4面に続きます

表2 教育相談 場所等

場・申・問先 (こども支援センターげんき)	対象地域
綾瀬教育相談係 ☎3838-3588	綾瀬川から東側
竹の塚教育相談係 ☎5851-8507	伊興／入谷／古千谷／竹の塚／舎人／花畑／保木間
西新井教育相談係 ☎3852-2872	上記以外の区内

子どもと一緒に参加できる保護者の学び場

「風の子カルチャー」(7月～9月分)

■日程等=表3 ■対象=2カ月～中学生の保護者 ※子ども同伴で受講可 ■定員=各10人程度(抽選) ■申込=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)、子どもの年齢、電話番号、場所、講座名を往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1通につき1講座、1人3講座まで。同一講座へは1人1回のみ申し込み可 ■期限=6月9日(金)消印有効 ■申・問先=(区)こども支援センターげんき こども家庭支援課 事業係 〒121-0816梅島3-28-8 ☎3852-2863
 ■問先=ボランティアグループ風の子カルチャー事務局(月～土曜日、午前10時～午後5時) ☎080-1242-3553

表3 風の子カルチャー(7月～9月分) 日程等

場所	講座名	曜日	日程	時間	費用
A	ベビーマッサージ(6日制)	木	7/6・20、8/3・17、9/7・21	午前	3,000円
	リトミック*1(3日制)		7/14、8/25、9/8		1,500円
	バレエストレッチ(6日制)	金	7/7・21、8/4・18、9/1・15	各 3,000円	
	こそでて英語(6日制)		7/7・21、8/4・25、9/8・29		
	ピラティス(9日制)		7/7・14・21、8/4・18・25、9/8・15・29		午後 4,500円
B	親子体操*2(8日制)	火	7/4・18、8/1・8・22・29、9/12・26	午前	4,000円
C	ヨガエクサ(6日制)		7/4・11、8/1・15、9/12・26		3,000円
	編みまじょう! 藤クラフト(5日制)	金	7/7・21、8/4・18、9/1		2,500円
D	フラワーアレンジメント(3日制)	水	7/12、8/23、9/13		1,500円

★1…首と腰の据わった子どもが対象
 ★2…1歳以上のひとりで歩ける子どもが対象
 ※駐車場は使用不可。別途材料費が必要な場合あり。場所の「A」は東和地域学習センター、「B」はこども支援センターげんき、「C」は愛恵まちづくり記念館(関原の森内)、「D」は勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内)。時間の「午前」は10時30分～正午、「午後」は1時15分～2時45分

休日接骨院当番所(6月分)

骨折や脱ぎゅう、ねんざ・打撲などの応急施術を当番制で行っています。

日程	当番所名(所在地)	電話番号
4日	さくら整骨院(花畑4-39-11)	3884-7118
	三豊接骨院(西新井栄町2-5-12)	3880-6886
11日	田村接骨院(六木4-5-24)	3628-3914
	柳沼整骨院(古千谷本町1-10-2)	3897-7451
18日	だん・整骨院(青井4-6-6)	6806-3860
	橋本整骨院(西新井栄町2-5-1)	3880-6958
25日	木村接骨院(本木北町3-7)	3854-1084
	庄司接骨院(谷中3-4-6)	3629-7216

■時間=午前9時～午後5時
 ■問先=▷施術…各当番所 ▷制度…(区)衛生管理係 ☎3880-5891

献血(6月分)

体調などの条件により、献血できない場合があります。

日程	場所	時間
9日(金)	足立税務署(千住旭町4-21)	午前10時～11時30分 午後1時～4時
10日(土)	辰沼小学校	午前9時30分～11時30分 午後1時～3時30分

※運転免許証や健康保険証など、本人確認ができるものを持参。今後、時間の変更や会場が追加となる場合があります。くわしくは区のホームページでお知らせします。

■問先=▷献血の条件…東京都赤十字血液センター ☎5272-3523
 ▷実施場所など…(区)衛生管理係 ☎3880-5891

2023年トルコ・シリア地震救援金

日本赤十字社では、5月31日(木)までゆうちょ銀行・郵便局などで募金を受け付けています。振り込み先など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■募金箱の設置場所=区役所など

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

乳がん・子宮頸がん検診無料クーポン券を5月19日に送付しました

■対象=▷乳がん…40歳の女性 ▷子宮頸がん…20歳の女性 ※年齢は5年4月1日現在。4月20日以降に区へ転入した方はお問い合わせください。 ■問先=健診事業係 ☎3880-5121



3面からの続きです

子育て・教育

養育費の取り決め・確保を支援

養育費の取り決め・確保の相談

日時=平日、午前9時～午後4時
場所=区役所 ■対象=区内在住で次のいずれかに当てはまる方…離婚を考えている/書面で養育費の取り決めをしていない/養育費が支払われるか将来的に不安がある ■内容=養育費の取り決め方法などの情報提供 ■申込=電話/窓口

養育費に関する

公正証書等作成促進補助金

内容=養育費の取り決めにかかった経費(公正証書などの作成にかかる公証人手数料/家庭裁判所の調停などにかかる収入印紙代など)を補助 ■支給額(上限)=5万円

養育費保証契約促進補助金

内容=民間保証会社の養育費保証契約の初回保証料を補助 ■支給額(上限)=5万円

—いずれも—

※補助金の申請は事前相談が必

要(要予約)。支給要件など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■申・問先=親子支援課 ひとり親家庭支援担当 ☎3880-5932

健康・衛生

販売される犬・猫に装着されているマイクロチップに飼い主情報を登録してください

ペットショップやブリーダーから新たに購入した場合は、飼い主情報等をインターネットなどで変更登録する必要があります。マイクロチップ装着・飼い主情報登録をしておくことで、迷子になったときに見つかりやすくなります。登録方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ※4年6月1日以前に購入された犬・猫への装着は努力義務 ■問先=足立保健所 生活衛生課 庶務係 ☎3880-5375

40歳前の健康づくり健診(無料・2日制)

■日程等=表1 ■受付時間=午前9

時～11時/午後1時～3時 ※30分単位で予約可 ■対象=区内在住で自営業など健診の機会がない18～39歳の方 ※年齢は6年3月31日現在 ■内容=血圧測定/血液検査/尿検査/体組成測定/胃がんハイリスク検査(ペプシノゲン・ピロリ菌抗体検査。過去に検査歴があるなど、対象にならない場合あり)など ※年度につき1回のみ受診可 ■申込=区のホームページからオンライン申請 ■申・問先=健診事業係 ☎3880-5121

呼吸器病教室「大人のスポーツウエルネス吹き矢」

日時=6月27日(火)、午前10時～正午 ■場所=総合スポーツセンター ■対象=18歳以上でぜん息などの呼吸器疾患を治療中の方/おおむね60歳以上の方 ■内容=呼吸を整えて矢を吹き、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=20人(5月26日から先着順) ■申込=電話/住所、氏名、

年齢、電話番号、「スポーツウエルネス吹き矢」をファクス ■期限=6月15日(休) ■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

糖尿病・成人眼科健診

場所=区内指定医療機関 ■対象=区内在住で次のいずれかに当てはまる方…国民健康保険に加入している45・50・55歳で4年度特定健康診査を受けていない/4年度特定健康診査を受けたが、HbA1cが5.6%以上で眼底検査を受けていない/60・65歳で4年度特定健康診査眼底検査を受けていない など ※年齢は6年3月31日現在 ■内容=生活習慣や加齢に伴う眼科疾患を早期に発見して、進行を予防するための検査を実施(問診/矯正視力検査/屈折検査/細隙灯検査/眼圧検査/眼底検査) ※対象者には6月上旬に区から受診券を送付 ■問先=健診事業係 ☎3880-5121

表1 40歳前の健康づくり健診 日程等

場所(保健センター)	健診(1時間程度)	結果説明(1時間程度)	定員(5/26から先着順)	申込期限
江北	7/13(木)	9/7(木)	各40人	6/15(木)
竹の塚	7/8(土)	8/19(土)	各50人	6/12(月)
中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内)	7/9(日)	8/27(日)		6/13(火)

6月は食育月間 野菜を食べて健康に!

あだちはいつでもどこでも「ちよい増し野菜」

区では、平成25年から糖尿病対策として区民の野菜摂取量アップを目標に「あだちベジタベライフ」を推進しています。食育月間をきっかけに、野菜の「ちよい増し」を意識した生活を始めませんか。 ■問先=健康づくり係 ☎3880-5433



ちよい得ベジメニュー(6月1日～30日)

区内のベジタベライフ協力店(27店舗)で期間限定「ちよい得ベジメニュー」を販売! 「あだち広報5月25日号」や「食育月間リーフレット」を持参または区のホームページの「食育月間特集」の画面を提示し、「ちよい得ベジメニュー」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。 ※ベジタベライフ協力店など、くわしくは食育月間リーフレットや区のホームページをご覧ください。リーフレットは保健センター、地域学習センターなどで5月30日ごろから配布予定

さらに 二次元コード付きカードを配布し抽選で豪華品をプレゼント!

- 区内在住・在勤・在学の方
 - Apple Watch...1人
 - 夏野菜の詰め合わせ...10人
 - 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

青果店でちよい増し野菜(6月1日～30日)

青果店(32店舗)で野菜を購入した方(先着各50人)に、二次元コード付きカードを配布し、抽選で30人に区内共通商品券1,000円分をプレゼント ■対象=区内在住・在勤・在学の方

さらに 6月19日(月)に、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 ※配布基準は各店舗によって異なる

カリスマ八百屋が伝授! 「おいしい野菜の選び方」教室

日時=6月25日(日)、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 ■申込期間=5月26日～6月16日 ※YouTubeでも配信予定(無料)

あだち広報6月10日号で「あだちベジタベライフ10年の軌跡」を特集予定!

今年度限定! 6月1日から受け付け開始!

資材・燃料高騰対策として補助上限・対象を拡充! 小規模事業者 経営改善補助金

最大 200万円 補助率 3分の2

申請方法など、くわしくはコチラ

■対象=経営改善に取り組む小規模事業者(常時使用する従業員数が20人(商業またはサービス業は5人)以下の事業者)で、区内で継続して1年以上事業を営む個人事業主または法人 ※前年度交付決定事業者も申請可

■申請期間=5年6月1日～6年1月12日

補助コース	対象経費	内容
機械設備等購入費	機械設備等購入費/設置工事費/修理費/NEWリース料/NEW維持費(保守・点検料など)	拡充 対象経費の3分の2(上限200万円) ※5年4/1～6年2/29に契約・支払い・納品が完了した経費が対象
店舗改修費	設計工事費/店舗デザイン相談費など	

※各コースの併用不可。下記の相談必須。上記のほか「操業環境改善費 補助コース」もあり。募集案内・申請書は区のホームページからダウンロード。申請方法など、くわしくは募集案内または区のホームページをご覧ください。

経営改善計画の作成が必須 専門員による作成相談(予約制)

■申込=区のホームページからオンライン申請/予約票を区へ郵送・ファクス ※予約票は区のホームページからダウンロード

■申請期間=6月1日～11月30日必着

■申・問先=産業振興課 ものづくり振興係

☎3880-5869 ☎3880-5605



福祉・高齢医療

きこえの相談

■日程=毎週火～金曜日(予約制)
 ■対象=区内在住の方 ■内容=[テレビや電話の声が聞き取りにくい]「補聴器を使っても話が聞き取れない」などの相談に言語聴覚士が応じる/聴力検査/補聴器体験 など
 ※申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。 ■場・問先=障がい福祉センターあしすと 自立生活支援室
 ☎5681-0132 FAX5681-0137

73歳以上の区民に無料マッサージ(6月分)

■日程等=表2 ■時間=午前9時30分～午後3時30分 ※1回30分で8回実施 ■申込=電話 ■申・問先=お

表2 73歳以上の区民に無料マッサージ(6月分) 日程等

場所	日程	申込開始日時	定員(先着順)
勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内)	11(日)	6/2、午前10時	各48人
	25(日)	6/16、午前10時	
竹の塚障がい福祉館	13(火)	6/2、午後2時	各56人
	27(火)	6/16、午後2時	

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

5年度 足立区ワーク・ライフ・バランス推進企業認定の新規募集停止

ワーク・ライフ・バランス推進企業の認定制度運用開始から10年が経過しました。これに関連する法律や社会状況の変化を踏まえて制度の見直しを行うため、5年度の新規募集を停止します。 ※6年度から新規募集を再開予定 ■問先=男女共同参画推進係 ☎3880-5222

マンスリー就職面接会

◆第51回 マイタウン就職面接会 ■日程=6月20日(火) ■場所=東京芸

術センター・21階天空劇場 ■申込期間=6月1日～19日

◆第52回 マイタウン就職面接会 ■日程=7月26日(水) ■場所=日暮里サニーホール(荒川区東日暮里5-50-5 ホテルラングウッド・4階) ■申込期間=7月5日～25日

—いずれも—
 ※定員など、くわしくはお問い合わせください。 ■時間=午後1時30分～4時 ■申込=電話 ■申・問先=ハローワーク足立 事業所第二部門 ☎3870-8617 ■問先=(区)就労・雇用支援係 ☎3880-5469

小規模契約 希望者登録申請(随時受け付け)

■対象=競争入札参加資格を持たない区内事業者 ■内容=区が発注する小規模契約の業者選定の対象となるための登録 ■登録区分=▷工事契約…契約予定金額が130万円未満で内容が軽易な工事・修繕▷物品契約…契約予定金額が30万円未満の物品購入 ■登録有効期間=登録日～8年3月31日 ※有効期間が5年3月31日までの事業者で、

継続手続きが済んでいない場合は再度申請が必要 ■申込=申込書類を☒へ郵送・持参 ※申込書類は契約課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■申・問先=▷工事契約…契約課 工事契約係 ☎3880-5832 ▷物品契約…契約課 物品契約係 ☎3880-5833

鋸南自然の家 指定管理者募集

■指定管理期間=6年4月1日～7年3月31日 ■対象=学校教育またはそれに類する公共施設の管理運営で、業務実績を有する事業者・団体 ※法人格の有無は不問。複数の法人などによる共同申請も可。個人は不可 ■公募要領配布期限=6月28日 ※公募要領は区のホームページからダウンロード ■申込=応募書類を持参 ※必要書類など、くわしくは公募要領を参照。6月16日(金)実施の現地説明会への参加が必要 ■申込期間=6月22日(木)～28日(水) ■申・問先=学務課 自然教室係 ☎3880-5970

6面に続きます

5月31日は世界禁煙デー 見直しませんか? たばこの付き合い方 ■問先=健康づくり係 ☎3880-5433

◆たばこの健康被害は喫煙者だけじゃない
 周囲に喫煙者がいるだけで、吸わない人も、自分の意思とは関係なく喫煙している状態(受動喫煙)になってしまいます。特に、たばこの点火部分から出る煙は、より多くの有害物質を含むことが分かっています。
 ◆子どもの成長に影響が出ることも
 受動喫煙により、妊婦には胎児の発達遅延や低出生体重児などのリスクが、子どもには乳幼児突然死症候群*やぜん息、中耳炎などのリスクが高まります。禁煙に「遅すぎる」はありません。今すぐたばこの付き合い方を見直しましょう。
 ★…元気だった乳幼児が、睡眠中に突然亡くなってしま病気

審議会等の公開(6月・7月分)

日時など、変更になる場合があります。傍聴方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

審議会等	日程	時間	場所	問先
足立区文化・読書・スポーツ推進委員会 運動・スポーツ部会	6/9(金)	午前9時～11時	区役所	スポーツ振興課 振興係 ☎3880-5826
足立区バリアフリー協議会		午前10時～11時30分		都市建設課 ユニバーサルデザイン担当 ☎3880-5768
足立区環境審議会	6/22(木)	午前10時～正午		環境政策課 計画推進係 ☎3880-6049
足立区公契約等審議会				契約課 工事契約係 ☎3880-5832
足立区区民評価委員会 ひとと行財政分科会	6/28(水)	午後2時～5時		政策経営課 政策経営担当 ☎3880-5811
足立区区民評価委員会 暮らしと行財政分科会	7/10(月)	午前9時～正午		
足立区区民評価委員会 まちと行財政分科会	7/4(火)	午後2時～5時		
足立区建築審査会	7/5(水)	午後3時～5時		

児童育成手当の現況届提出期限は6月30日(金)

6月上旬に、5年度の現況届を送付 ※期限までに提出がない場合、6月分からの支給が停止となる場合があります。6月期(2月～5月分)の振り込みは6月2日(金)以降。不明点がある場合は、通帳を記帳し確認のうえ、お問い合わせください。 ■問先=親子支援係 ☎3880-5883

6月上旬に「がん検診・成人歯科健診」の受診券を送付

日本人の2人に1人が「がん」にかかる時代。しかし、早期発見で約9割が治るがんもあります。「健康で長生き」の第一歩として、がん検診を受けましょう。20～70歳の5歳刻みの年齢の方は、「成人歯科健診(無料)」も受診できます。 ■問先=健診事業係 ☎3880-5121



宿泊施設インフォメーション(9月分)

◆鋸南自然の家、日光林間学園(区・宿泊施設) ■利用日等=表3 ■対象=区内在住・在勤の方、その同伴の方 など ※1人のみや未成年のみでの利用不可 ■利用料金=大人1泊2食3,650円など ■申込=ホームページからオンライン申請/抽選申し込みハガキを利用施設に郵送 ※抽選申し込みハガキは区民事務所、地域学習センターなどで配布 ■申込期間=6月1日～10日消印有効 ※6月15日以降に抽選結果を通知。抽選の結果空室がある場合は、7月3日～利用希望日の3日前までに電話または代表者の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・ファクス番号、利用人数、希望日をファクスにて申し込み(先着順) 表3 宿泊施設利用日等(9月分)

利用施設	利用できる日	受付時間
鋸南自然の家(予約専用) ☎0470-55-4770 ☎0470-55-4720 🌐https://www.adachiku-kyonan.com/	2・9・16・23・30	平日、午前9時～午後5時
日光林間学園(予約専用) ☎0288-53-3681 ☎0288-54-1661 🌐https://www.adachi-nikko.com/		

※学校などの利用により、空室が少ない場合や体育館の使用ができない場合があります。くわしくは、各施設にお問い合わせください。

◆日光林間学園「日光の涼味なお楽しみ(宿泊者限定)」

■日程=6月24日(土)、7月1日(土)・8日(土)・15日(土)・16日(日) ■内容=手持ち花火(中学生以下の方を含むグループ)/日光銘酒利き酒祭り(20歳以上の方。1セット1,320円) ※定員や申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。 ■場・問先=日光林間学園(予約専用。平日、午前9時～午後5時) ☎0288-53-3681

5面からの続きです

仕事・産業

独立・起業セミナー「実践編」(8日制)

■日時=7月1日~8月5日、午前10時~午後5時/8月19日~26日、午後1時~5時 ※いずれも土曜日
 ■場所=あだち産業センター ■対象=ビジネスビジョンを有し、独立・起業を具体的に検討している方
 ■内容=先輩起業家の体験談/ビジネスプラン作成/ビジネスプランプレゼンテーション/グループ相談会 など
 ■定員=25人(5月29日から先着順) ■費用=8,000円 ■申込=ホームページからオンライン申請 ■期

限=6月16日(金) ■申込=エキスパート・リンク(株)(区委託事業者)
 ①<https://ex-link.co.jp/>
 ■問先=(区)創業支援係 ☎3880-5495

公募・ボランティア

こどもショートステイの養育協力家庭

■対象=次のすべてに当てはまる方…看護師、保育士、教員など、子どもに関わる資格・免許を有するまたは都の養育協力家庭の登録・経験がある/18歳以上の健全な同居家族(親族)がいる/居室が2部屋以上あり、居室面積の合計が12畳以

上で、家族構成員に応じて適切な広さを有する ■内容=こどもショートステイ事業(宿泊を伴う一時預かり)の養育協力家庭として食事の提供、身の回りの世話などをする ※報酬あり。研修の受講が必要。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=こども支援センターげんき こども家庭支援課事業係 ☎3852-2863

学習支援ボランティア

■対象=大学・短期大学・専門学校生/社会人 ■内容=1カ月に2回程度、区立小・中学校で授業や放課後補習のサポートを行う ※1回の活動につき、大学生などには2,000円分、社会人には1,500円分の図書カードを支給。活動日時などは学校と調整のうえ決定。教科は国語/算数・数学/理科/社会/外国語・英語 ■申込=区のホームページからオンライン申請/申請書を区

へ郵送・持参 ※申請書は教育政策課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■申・問先=教育政策課 教育政策担当 ☎3880-5962

暮らし・まちづくり

食生活講演会「野菜を無駄なく! からだにも地球にも優しい食べ方」

■日時=6月22日(木)、午後2時~3時30分 ■場所=千住保健センター ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=野菜ソムリエプロから野菜を無駄なくおいしく食べる方法を学ぶ ■定員=30人(5月26日から先着順) ■申込=電話/住所、氏名、電話番号、「食生活講演会」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 FAX3880-0041

ハクビシン・アライグマ 対策 実施中!

■問先=足立保健所 生活衛生課 庶務係 ☎3880-5375


ハクビシンやアライグマは、ふん尿などによる悪臭や、農作物を荒らすなど、様々な被害をもたらします。作物の収穫量が増える夏に向けて、3つのポイントを徹底し、被害を防ぎましょう。



ハクビシンの特徴

エサ場にしない	侵入させない	住まいを与えない
庭木の果実などはすぐに収穫するか網をかける。生ごみやペットのエサを置いたままにしない。	建物の穴(直径5cm程度)をふさぐ。庭木の剪定や排水溝などの落ち葉の清掃をして移動経路を作らない。	家に隣接した物置や倉庫を定期的に見回る。住みつかれた場合は燻煙剤を焚いて追い出す。

被害を受けている方は足立保健所へご相談ください

■対象=ハクビシンなどによる被害(家屋への侵入/ふん尿による汚損など)を受けている方 ■内容=捕獲器(箱わな)の設置など ※毎日の見回り・エサの状況確認などが必要です。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。 

「花のビュー坊プレート」で花のあるまちかどにご協力を!

「花のあるまちかど」事業は、花を増やしてまちを彩ること、屋外で花の手入れをしながら周りに目を向ける「ながら見守り」で、地域の安全性を高めることを目的として実施しています。この事業の一環として、区内の事業協力花店(67店舗)で「花のビュー坊プレート」をプレゼント。プレートを花壇や鉢に挿して、「花いっぱい安全なまちづくり」にご協力ください。 ※事業協力花店など、くわしくは区のホームページをご覧ください。



▲花の名前や植えた日などを書く園芸用のプレート

■問先=美化推進係 ☎3880-5856

広げよう! 人権の輪

6月1日は人権擁護委員の日 あなたの悩みをお聞きします

■問先=人権推進係 ☎3880-5497

人権擁護委員は法務大臣から委嘱され、人権相談を受けたり、人権の考えを広めたりする活動を行っています。区内では、弁護士や企業経営者、元校長など、様々な経歴を持つ16人が活躍しています。

「人権身の上相談」で悩みをお聞きします

■日時=毎月第2火曜日、午後1時~4時 ※1人1時間以内 ■内容=人権擁護委員による人権に関する困りごとの相談 ■申込=電話 ■場・申・問先=区民の声相談課 相談係 ☎3880-5359



▲足立区の人権擁護委員 浅香孝子さん (経歴)元足立区教育委員長 元足立区青少年委員会副会長

小・中学生への取り組み

いじめや児童虐待、体罰、ヤングケアラーなど様々な子どもに関する問題があり、人権擁護委員も積極的にこれらの啓発に取り組んでいます。学校に出向いて「人権教室」を行ったり、区内小・中学校に配布されている「SOSミニレター」(児童・生徒が相談したいことを書いてポストへ入れる)に返信したりしています。人権に関して困りごとがあれば、いつでも人権擁護委員にご相談ください。



大学連携の催し

東京未来大学

◆アートワークショップ in 東京未来大学

■日時=6月18日(日)、午後1時30分~4時30分 ■場所=東京未来大学(千住曙町34-12) ■対象=区内在住・在学の中学・高校生 ■内容=東京未来大学准教授によるデフォルメ(省略と強調)についての講話/様々な色を使って、想いのままにたくさん絵を描く/大学生と一緒にストラップ作り ■定員=25人(抽選) ■申込=窓口/区のホームページからオンライン申請 ■期限=6月7日(水) ■申・問先=青少年課 体験活動調整担当 ☎3880-5967

帝京科学大学

◆アニマルサイエンス学科の公開講座(オンライン開催)

■日時=6月2日~7月28日の毎週金曜日、午前10時50分~午後0時20分 ■内容=動物介在教育って何/臨床現場で果たす愛玩動物看護師の役割 獣医療における輸血医療の現状/Pet Lovers Meeting:日本で初めてのペットロスのための自助グループの実践 など ※各回で演題を設定。演題は変更になる場合あり。くわしくはホームページをご覧ください。 ■申込=ホームページからオンライン申請 ■期限=開催日の3日前 ■申・問先=帝京科学大学(平日、午前8時30分~午後5時) ☎6910-3520 ①https://www.ntu.ac.jp/chiiki/open_lecture/index.html

大学連携の問い合わせ先=(区)大学連携担当 ☎3880-5840

児童手当の6月期(2月~5月分)は6月2日(金)以降に振り込み

5月26日(金)に支払通知書を受給者へ発送。出生・転入により新たに申請した方は、申請月の翌月分から支給開始。不明点がある場合は、通帳残高、現況届の提出が必要な方へ6月上旬に、5年度の現況届を送付 ※期限までに提出がない場合、6月分からの支給が停止となる場合があります

ひとり親世帯・児童養護施設等退所者世帯の入居希望者を公募

■入居日=8月1日 ■公募住戸=▷興野町住宅…1戸 ▷千住東町住宅…2戸 ▷西新井本町住宅…1戸▷青井五丁目住宅…1戸 ■対象=ひとり親世帯/児童養護施設等退所者世帯(里親からの自立者含む) ※条件あり。くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■申込=申込用紙を区へ郵送・持参 ※申込用紙は住宅課、区民事務所で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■申込期間=6月1日~16日、午後5時必着 ■申先=住宅課 住宅計画係 ■問先=▷ひとり親世帯…親

子支援課 ひとり親家庭支援担当 ☎3880-5932
 ▷児童養護施設等退所者世帯…子どもの貧困対策・若年者支援課 子どもの貧困対策係 ☎3880-5717
 ▷そのほか…住宅課 住宅計画係 ☎3880-5963

吹付アスベスト対策費の助成

■対象=平成18年8月以前に建築された建物 ■内容=建材の分析調査や除去工事費用の一部を助成 ※解体は対象外 ■助成額等=表1 ※工事着手前の申請が必要 ■問先=アスベスト対策係 ☎3880-8041

緑化工事費用の一部を助成

道路に面する場所の緑化(生け垣

／植込地/フェンス緑化 など)や、屋上・壁面の緑化にかかる工事費用を一部助成します。 ※工事着手2週間前までに申し込みが必要。助成額や申し込み方法など、くわ

くは区のホームページをご覧ください。 ■問先=緑化推進係 ☎3880-5188

8面に続きます

表1 吹付アスベスト対策費 助成額等

種類	助成額	助成限度額
建材分析調査	調査費用の2分の1	10万円
吹付アスベスト除去工事*	延床面積1,000㎡以上	工事費用の5分の4
	延床面積1,000㎡未満	工事費用の2分の1

★…工事完了日から引き続き5年間使用するなどの条件あり。くわしくは区のホームページをご覧ください。

マイナポイント 設定 申し込み をお手伝いします

■日程等=表2 ■時間=午前9時~午後5時 ※金曜日は3時終了 ■内容=パソコン等がない方など向けに、最大2万円分のマイナポイントの受け取り手続きを補助 ■持ち物=マイナンバーカードなど ※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
 ▷サポート窓口…(区)マイナンバーダイヤル ☎5888-7707

表2 マイナポイント設定・申し込み 日程等

日程	場所
5/25(木)・26(金)	興本・竹の塚・保塚地域学習センター/勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)
5/29(月)~6/2(金)・26(月)~30(金)	中央本町・東和・舎人地域学習センター/江南住区センター
6/5(月)~9(金)	江北・佐野・鹿浜地域学習センター/エル・ソフィア
6/12(月)~16(金)	伊興・興本・花畑地域学習センター/勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)
6/19(月)~23(金)	新田・竹の塚・保塚地域学習センター/生涯学習センター(学びピア21内)

ストップ! 熱中症

昨年区内では**395人**が緊急搬送され、**13人**(全員50歳以上の方)が亡くなりました。

■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

足立区LINE公式アカウントで受信設定すると、熱中症情報などが受け取れます

熱中症は、筋肉痛や強いめまい、吐き気、倦怠感を引き起こし、重症になると死に至る場合もあります。高齢者や乳幼児は体温調節機能が低いので、特に注意が必要です。また、熱中症は屋内や夜間、就寝中でも発症します。

涼しい服装、日傘や帽子などで暑さ対策を

- 少しでも体調が悪くなったら、涼しい屋内や日陰へ移動
- 症状の改善が見られないときは救急車を呼ぶ
- のどが渇いていなくても少しずつこまめに水分補給
- 大量に汗をかいたときは、塩分の摂取も忘れずに
- マスクをしていると、特にのどの渇きに気づきにくくなるので注意

室内ではエアコンや扇風機を活用し、換気を忘れずに

- 室温は28℃以下、湿度は50~60%を目安に
- 換気するときは、窓とドアなど2カ所を開け、扇風機や換気扇を併用する

気候変動適応対策(熱中症対策)エアコン購入費補助

■対象=区内に住民登録のある4年度の住民税非課税世帯で、次のすべてに当てはまる方 ※購入前の現地調査が必要(要電話予約)。そのほかにも要件あり。くわしくは区のホームページをご覧ください。

4年度の
利用実績
246件

- 65歳以上の高齢者のみ、または65歳以上の高齢者と身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを所持する方のみで構成される世帯
- 自宅にエアコンが1台もない、またはエアコンの冷房機能が壊れている

■問先=環境政策課 管理係

☎3880-5935



入場無料 あだちSDGsフェア in アリオ西新井

-Go for "2050 CO₂ zero"-

場所 アリオ西新井・1階イベント広場(西新井栄町1-20-1)など

問先 環境事業係 ☎3880-5860



誰でも参加できるワークショップや店内ラリーなど、気軽にエコやSDGsを学べる企画が満載。買い物ついでに、ぜひお立ち寄りください!

日時 5月27日(土)・28日(日)、午前10時~午後4時

申込 不要 ※当日直接会場へ



くわしくは
こちら

◆主なワークショップ

問伐材コースターに絵を描こう / おがくず粘土で小物入れを作ろう / 燃料電池自動車MIRAIで給電体験 など ※内容は変更になる場合あり。制作物を持ち帰りできるワークショップがあるため、エコバッグ持参にご協力ください。



▲手回し発電で電車を走らせよう

トラブル急増中

「屋根が壊れている」と不安をあまり、勧誘する悪質業者に注意!



業者が突然来訪し、「近所で工事をしていたら、お宅の屋根が壊れているのが見えた。無料で点検できる」と言ってきた。点検後、壊れた屋根の写真を見せられ、「このままでは大変なことになる。早く修理したほうが良い」と不安をあおられ、150万円の屋根修理契約を結んでしまった。

- 話を聞かない
ドアを開けず、インターホン越しで断りましょう。
- 突然訪問してくる業者に安易に点検をさせない
業者がわざと点検箇所を壊して撮影し、修理の勧誘を行う悪質な場合もあります。
- 点検後に修理を勧められても、その場で契約をしない
本当に必要な工事なのか、身近な人に相談したり、複数の業者から見積もりを取ったりして検討しましょう。

もし訪問販売で契約してしまっても、契約書面を受け取ってから8日以内であれば無条件に契約を解除することができます(クーリング・オフ*)。少しでも不安を感じたり、困ったりしたときは、すぐに消費者センターにご相談ください。

※…クーリング・オフの要件や可否は販売方法などによって異なります。

■問先=消費者センター ☎3880-5385
 相談専用(平日、午前9時~午後4時45分) ☎3880-5380

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

を記載し確認のうえお問い合わせください。ます。 ■問先=児童手当係 ☎3880-6492

7面からの続きです

暮らし・まちづくり

講座「LGBTQ+当事者の誰にも言えない悩み」(Zoom開催)

■日時=6月28日(水)、午後7時～8時30分 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=長年LGBTQ+に関する相談を受けてきた講師から、LGBTQ+当事者が抱えている困難事例、同性パートナー間などにおける暴力や、アライ(性的マイノリティを理解し、支援する人)としての支援方法を学ぶ ■定員=20人(5月26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)、年代、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、「LGBTQ+当事者の悩み」をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 ☎3880-0133

地域防犯団体活動費・青色回転灯装備費の助成

◆地域防犯団体活動費の助成 ■対象=防犯・防火パトロールなど

の自主的な活動を継続して行う町会・自治会など ■内容=活動に必要なベスト、懐中電灯などの購入費の一部を助成 ■助成額(上限)=1団体10万円 ■申込=申込書類を区へ郵送・持参 ※申込書類は危機管理課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■申込期間=6月1日～12月15日消印有効

青色回転灯装備費の助成

■対象=区内在住・在勤の方で結成され、青色回転灯を装備し、防犯パトロールを行う団体である証明書を警察から交付された(交付見込み含む)防犯活動団体 ■内容=青色回転灯、パトロール表示板などの購入費を助成 ■助成額(上限)=車両1台につき10万円 ※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=危機管理課 生活安全推進係 ☎3880-5838

分かちあいの会「とまり木」

■日時=6月2日(金)、午後6時30分～8時30分 ※原則毎月第1金曜日 ■場所=エル・ソフィア ■内容=

大切な方を自死(自殺)で亡くした方がつらい、その悲しみを分かちあう ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=こころといのち支援係 ☎3880-5432

男女共同参画週間記念ふぉーらむ「ジェンダー平等社会の実現を目指して」

■日時=6月24日(土)、午後2時～4時 ■場所=エル・ソフィア ■内容=第8次 男女共同参画行動計画 策定シンポジウムを実施(▷第1部…講演「わたしが望む生き方とは? 労働から見たジェンダー平等」▷第2部…パネルディスカッション) ■定員=100人(5月26日から先着順) ※保育あり(6月15日までに要予約、6カ月～就学前の子ども、先着5人) ■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)、年代、保育希望の場合は子どもの氏名(フリガナ)・年齢、電話・ファクス番号、「ふぉーらむ」をファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 ☎3880-0133

※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)

「エコフォトチャレンジ」パネル展示

■期間=6月3日～9日 ■場所=区役所1階区民ロビー ■展示内容=4年12月～5年2月に募集した「SNSフォトチャレンジ」#エコアダチやってみたの投稿作品の紹介 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=環境学習係 ☎3880-6263

6月24日(土)・25日(日) 下町4区合同 職員採用説明会

■問先=(区)人事係 ☎3880-5831 ☎3880-5611

■日時=▷Ⅲ類(高校卒業程度)…6月24日(土)、午前10時～午後0時45分(0時15分～1時30分に試験制度の説明会あり)▷社会人経験者…24日(土)、午後2時30分～5時15分(1時45分～3時に試験制度の説明会あり)▷保育士…25日(日)、午前10時～午後0時45分 ■場所=すみだ産業会館(墨田区江東橋3-9-10 墨田区・丸井共同開発ビル) ■内容=4区(足立区、葛飾区、江東区、墨田区)の紹介/採用試験概要説明 など ■申込=不要 ※当日直接会場へ。くわしくは特別区人事委員会ホームページをご覧ください。



あだち エコ★イッポウ

大ひょうげん2023 参加者募集(4～6日制)

■日程=▷練習…7月24日(月)～28日(金) ※コースにより異なる ▷発表…29日(土) ■対象=小・中学生 ※コースにより異なる ■内容等=コース(歌舞伎(20人)/クライミング(6人)/アニメーションダンス(20人)など)を選び、各演目のプロから技術や表現を教わり、その成果を発表する ※いずれも5月28日から先着順。時間など、くわしくはホームページをご覧ください。 ■申込=電話 ■場・申・問先=ギャラクシティ ☎5242-8161 ☎https://galaxcity.jp/

第6回 足立区ギャラクシティ音楽コンクール 予選・本選参加者募集

■日程等=▷予選…7月22日(土)(高校生部門/大学生～社会人(一般/専門)部門)▷本選…8月26日(土)(中学生部門/高校生部門・大学生～社会人(一般/専門)部門の予選通過者)/27日(日)(小学生部門) ■場所=西新井文化ホール ■内容=小学生～社会人の参加者による、オーケストラとの共演をかけたピアノコンクール ※参加資格など、くわしくはホームページをご覧ください。 ■費用=8,000円～1万3,000円 ■申込=ホームページからオンライン申請 ■申込期間=6月1日～21日(先着順) ■申・問先=足立区ギャラクシティ音楽コンクール実施事務局 ☎3890-8518 ☎https://www.galaxcitycompetition.com

大地真央 芸能生活50周年記念公演 舞台「最高のオバハン 中島ハルコ」

■期間等=9月2日～10日 ※時間など、くわしくはお問い合わせください。 ■場所=シアター1010・11階劇場 ■内容=大地真央主演、テレビドラマで人気を博した痛快エンターテインメントの舞台化で、豪華客船でのトンデモ事件を描く ■定員=701人(▷電話・ホームページ…6月17日▷窓口…19日 ※いずれも午前10時から先着順) ■費用=1万1,500円 ※区内在住・在勤・在学の方は1万1,000円。フレンズ会員の方は1万500円。就学前の子どもは入場不可。全席指定 ■申込=電話/窓口/ホームページからオンライン申請 ■申・問先=シアター1010 ☎5244-1011 ☎https://www.t1010.jp/

みなさんのご協力が必要です!

5月30日(ごみゼロの日) から1カ月は 不法投棄 防止強化月間!



▲くわしくはコチラ

■通報・登録・問先=不法投棄110番(生活環境保全課) ☎3880-5300

不法投棄のないきれいな足立区をめざし、区民のみなさんのご協力で不法投棄対策に取り組んでいます。早期発見・早期撤去が何より重要です。不法投棄物を発見したらすぐ通報をお願いします。

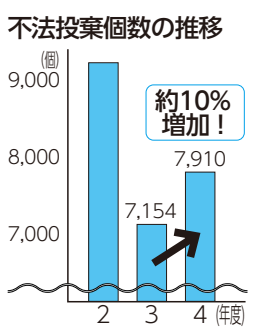
◆4,500人以上の通報協力員が活動中!

通勤・通学・散歩など、日常生活の中で不法投棄を見つけたときに、不法投棄110番に通報するボランティアです。1カ月に約130件の通報をいただいています。

ぜひあなたも、不法投棄 通報協力員になりましょう!

◆不法投棄 一掃キャンペーン(5月30日～6月30日)

不法投棄 防止強化月間に合わせ、キャンペーン期間内に不法投棄を見つけて通報した方・新たに通報協力員の登録をした方(先着100人)にアルミマウンテンボトルをプレゼント! ※1人1回のみ



▲容量は320ml

■通報・登録方法=電話/窓口/区のホームページからオンライン申請。くわしくは区のホームページをご覧ください。

NEW 足立区LINE公式アカウントから不法投棄を通報できます!

道路や公園の不具合、不法投棄・落書きを見つけた際は、LINEで通報してください。現場の写真や発見場所を通報可能です。



▲くわしくはコチラ

桜花亭

「ドリップコーヒーセミナー」

■日時=6月14日(水)、午後2時~3時30分 ■対象=16歳以上の方 ■内容=簡単にできるコーヒードリップのコツを学び、自分で淹れたコーヒーとケーキでティータイムを楽しむ ■定員=15人(5月26日、午前9時から先着順) ■費用=3,000円(材料費など) ■申込=電話/氏名(フリガナ)、電話番号、「ドリップコーヒーセミナー」をファクス ※1通で2人まで。1人1回のみ申し込み可 ■期限=6月9日(金) ■場・申・問先=桜花亭 ☎3885-9795 📠3860-0608

足立区夏花品評展示会

展示会

■日時=6月5日(月)、午後1時~6日(火)、正午 ■内容=区内の農家が栽培したナツグクやアジサイ、花苗のニチニチソウなどの展示

展示品の販売

■日時=6月6日(火)、午後2時30分開始 ※なくなり次第終了。購入は1人1点のみ(複数回購入可)

—いずれも—

■場所=区役所1階区民ロビー ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=農業振興係 ☎3880-5866

あだちの水辺調査隊

■日時=6月25日(日)、午前9時30分~11時30分/午後1時30分~3時30分 ■場所=六木水の森公園 ■対象=小学生と保護者 ■内容=公園の水辺で水生生物を捕獲・調査する ■定員=各15人(抽選) ■申込=電話/ホームページからオンライン申請 ■期限=6月11日(日) ■申・問先=(株)自然教育研究センター(平日、午前9時~午後6時)(区委託事業者) ☎6281-8738 🌐 https://www.ces-net.jp/adachikankyo/ ■問先=(区)環境学習係 ☎3880-6263

あだちの遊び場

川あるきの日

■日時=6月4日(日)、午前10時~11時30分 ■場所=荒川河川敷/わんど広場 ■内容=河川敷をゆっくり歩きながら生きものを観察する ■定員=20人(先着順) ※就学前の子どもは保護者の参加が必要 ■申込=不要 ※当日午前9時から荒川ビジターセンターで参加証を配布 ■問先=荒川ビジターセンター ☎5813-3753

自然のあそび屋台

■日時=6月18日(日)、午後2時~2時30分 ■内容=[かくれんぼみつけ]と「池の生きものみつけ」からどちらか好きなプログラムを選んで挑戦 ※雨天時は別のプログラムに変更。就学前の子どもは保護者の参加が必要 ■申込=不要 ※時間内随時受け付け ■場・問先=桑袋ビオトープ公園 ☎3884-1021

昼のホタル観賞会

■日時=6月10日~7月2日の土・日曜日、午後1時~4時 ※20分ごとに10回実施 ■内容=昼のホタルの幻想的な光を、屋内で座って楽しむ ※入園料が必要 ■定員=各40人(先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=生物園 ☎3884-5577

ハーブの摘み取り体験

■日時=6月10日(土)、午後2時~2時45分 ※荒天中止 ■内容=ハーブ園で季節のハーブを摘み取り香りを楽しむ ※摘み取ったハーブは持ち帰り可 ■定員=6人(先着順) ※小学3年生以下の方は1人につき保護者1人の同伴が必要 ■

費用=500円 ■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

キッチン・ワルツのこども星空劇場「ブレーメンのおんがくたい」

■日時=7月17日(祝)、午後2時~2時45分 ■内容=キッチン・ワルツの2人組による、プラネタリウムに映し出されたスライド画像とピアノ生演奏で楽しむミュージカル ■定員=120人(5月27日から先着順) ※就学前の子どもは保護者同伴 ■費用=500円 ※高校生以下の方は100円。就学前の子どもは保護者と同じ席に座る場合は無料 ■申込=電話/窓口 ■場・申・問先=ギャラクシティ ☎5242-8161

区民のひろば

=サークル会員募集=

☆美文字レッスン 月4回程度/生涯学習センター(学びピア21内)など/定員10人(先着順)/1回2,000円 ※入会金1,000円(体験あり)/電話/ヤナギ ☎090-5799-1420



学びで絆を強めてみませんか

近所 de まなびナビ

生涯学習施設・スポーツ施設の講座

講座の予約はインターネット(講座予約システム)からもできます

講座の予約はインターネットからも可能です(一部例外あり)。また、掲載されているほかにも各種講座などを開催しています。くわしくは区のホームページ、または各施設で配布するチラシなどをご覧ください。

近所deまなびナビ 検索

！ 講座の申し込み共通事項

受け付け開始日=5月26日(金) 受付時間=午前9時~午後8時
 ※インターネット申し込みは、24時間受け付け(受け付け開始日は午後1時から)
 ※庁舎ホール・スイムスポーツセンター(平日のみ)・平野運動場は、午前9時~午後5時受け付け

受け付け開始日の午前9時~午後1時は講座の開催施設のみで受け付け

《対象(◆マーク)》特に記載がない講座の対象は、「16歳以上の方」
 《定員》往復ハガキ申し込みは抽選。事前申し込みは、講座により先着順または抽選
 《費用》費用は合計金額(保険料・教材費などを含む)。70歳以上の方・障がいのある方は費用が割引となる講座あり(支払い時に証明書を提示)。支払い方法は申し込み時に確認

《申込》事前…電話・窓口またはインターネットで事前申し込み(一部ネット不可の場合あり)
 当日…当日直接会場申し込み

☎…開催施設へ往復ハガキの郵送による申し込み(住所・氏名(フリガナ)・生年月日(年齢)・電話番号、講座名(希望コース名)を記入 ※返信面にも宛名を記入)
 ※マークの下の日付必着。1人1通(親子講座に限り、親子の氏名(フリガナ)・性別・生年月日を記入。きょうだいで申し込みをする場合は、全員分記載)

《持ち物など(申し込み方法欄に記載)》持…運動着・運動靴持参(プールは水着・水泳帽子持参)/用…用具貸し出しあり

講座の参加について

- 中学生以下の方が午後6時以降に参加する場合は、原則保護者の同伴が必要
- 妊娠中の方はスポーツ系の講座への参加不可
- 高血圧・心疾患の方はプールで開催する講座への参加不可

🖥…パソコンなどの画面上から参加可能 📍…各施設のオススメ講座



各施設をリレー形式で紹介！

第14弾 千住大橋駅から徒歩でスグ！屋内外でスポーツが楽しめる！

千住スポーツ公園

〒120-0044 千住緑町2-1-1 ☎3879-7643



講座紹介1 アロマと呼吸体操&ストレッチ

好みの香りのアロマスプレーとアロマオイルを作成。アロマの基礎知識を学んだ後、香りに包まれながらストレッチ。ストレス解消と自律神経を整える効果があります。



日時 6月16日(金)、午後3時30分~4時30分 定員 20人 費用 920円 申込 事前(先着) 問先 総合スポーツセンター ☎3859-8211 ▲アロマに包まれながらストレッチ

講座紹介2 ひめトレ®骨盤ケア教室 骨盤底筋群へのアプローチ(9日制)

いすに座った状態で、ミニサイズのストレッチポールを使ったストレッチを行い、骨盤底筋群を鍛えます。骨盤のバランスを整えることにより、身体の様々な部分に良い効果が期待できます。

日時 6/26~9/11の毎週月曜日(7/17、8/21・28を除く)、午後1時30分~2時30分 対象 16歳以上の女性 定員 20人 費用 5,040円 申込 事前(先着) 問先 総合スポーツセンター ☎3859-8211



千住スポーツ公園は屋内に弓道場、相撲場兼ホール、会議室があり、屋外に運動場、テニスコートがあります。

女性向けの健康体操やエアロビクスなども定期的で開催しています。

10面に続きます▶

公園遊具の点検結果

昨年度、区内435カ所の公園内の全遊具2,415基を定期点検した結果、早めに対処を要する遊具が3基あり、早急に補修しました。 ※今年度も定期点検を実施します。点検の結果、危険と考えられる場所は使用を中止することがあります。 ■問先=西部道路公園維持課 西部工務係 ☎3880-5918

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
生涯学習センター 〒120-0034 千住5-13-5(学びピア21内) ☎5813-3730				
1 自分を見つける働き世代のためのアンガーマネジメント	7/9(日) 午後1時~3時	40人	800円	事前 先着
2 発酵食品の知られざる世界 伝統技術と先端技術	7/15(土) 午後1時30分~3時30分	会場: 40人 オンライン: 20人	800円	
3 イモが主食の時代に、日本の食の脆弱性と未来図	7/16(日) 午前10時~11時30分	40人	800円	
4 驚きのトンボ王国! 東京 ◆小学生以上の方	7/25(火) 午前10時~11時30分	40人	600円 (小学生~高校生は500円)	
5 ★遠藤周作生誕100年記念講座 遠藤周作の遺言(3日制)	7/4(火)・11(火)・18(火) 午後2時~4時	50人	2,000円	
★マークの講座のハガキ申し込みの宛名は「生涯学習センター あだち区民大学塾事務局」。問い合わせ先は☎5813-3759(平日、午後1時~4時)				
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
1 土曜日に踊ろう キッズヒップホップサークル体験(4日制) ◆3歳~就学前の子ども	6/17~7/8の毎週土曜日 午後0時30分~1時15分	10人	40円	事前 先着
2 親子で手作りランチ カレー味のおいしい夏野菜太巻き ◆5歳~小学生と保護者	6/24(土) 午前10時30分~正午	8組	1,500円	
3 新米講師チャレンジ講座「ソムリエと楽しむイタリアワイン会」 ◆20歳以上の方	6/25(日) 午後6時30分~8時30分	6人	3,500円	
4 新米講師チャレンジ講座「自分で浴衣を着てみよう」 ◆16歳以上の女性	7/4(火) 午前10時30分~正午	6人	800円	
5 ボディメイクフィットネス(11日制)	7/5~9/27の毎週水曜日 (8/9・16を除く) 午前10時~11時30分	55人	5,170円	
梅田地域学習センター 〒123-0851 梅田7-33-1(エル・ソフィア内) ☎3880-5322				
1 歌うボイスエクササイズ(5日制)	7/1~29の毎週土曜日 午前10時~11時	25人	3,000円	事前 先着
2 たのしくかんたん! アートであそぼう ◆4歳~小学生	7/8(土) 午後3時~5時	12人	2,500円	
3 コンサート マリンバデュオコンサート Marimba Duo Concert ◆どなたでも	7/8(土) 午後7時~8時30分	80人	1,000円	
4 技術を磨く! デッサン教室 ◆小学4年生以上の方	7/29(土) 午前10時~正午	12人	2,500円	
5 ぬり絵でたのしむSDGs サコッシュづくり ◆どなたでも (就学前の子どもは保護者同伴)	7/30(日) 午前11時~正午 午後1時15分~2時15分	各16人	500円	
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
1 三味線教室初級編 未経験者・経験者(6日制)	6/15~7/27の毎週木曜日 (7/13を除く) 未経験者:午後1時30分~2時45分 経験者:午後3時~4時15分	各8人	8,690円	事前 先着
2 赤ちゃんの発達を助ける 親子で楽しいふれあい遊びA・B ◆A:2~5カ月の子どもと保護者 ◆B:6カ月~1歳の子どもの保護者	6/17(土) A:午後1時~1時45分 B:午後2時15分~3時	各5組	900円	
3 透明水彩画 写真を見ながら描こう	6/17(土) 午後2時~4時	10人	500円	
4 親子卓球教室 「フォアハンドの基本の使い方」 ◆小学生と保護者	7/2(日) 午後4時~5時30分	4組	130円	
5 お子さんの足形スタンプを押したメモリアル抱っこ紐作り ◆2カ月~1歳の子どもの保護者	7/8(土) 午前10時~正午	5組	1,300円	
江南コミュニティ図書館 〒120-0046 小台2-4-18 ☎3913-0460				
※募集する講座はすべて電話、窓口のみの受け付けとなります。				
1 親子リトミックと絵本おはなし会 ◆4カ月~2歳6カ月の子どもと保護者	6/25(日) 午前10時~11時	8組	1,010円	事前 先着
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
1 フルートミニコンサート ◆どなたでも	6/10(土) 午前10時30分~11時	15人	無料	当日
2 今日からできる薬膳講座 総集編(オンデマンド配信) ◆YouTube閲覧環境のある方	7/1(土)、午前9時~7/18(火)、午前9時 ※期間中はいつでもYouTubeで配信動画の視聴可	99人	4,290円	事前 先着
3 子どもトランポリンサークル 入部体験教室 ◆6歳~小学2年生	7/1(土)・8(土) 午後0時30分~1時10分	各5人	1回 50円	
4 江北歴史講座 江北地域と煉瓦産業	7/8(土) 午後2時~3時30分	40人	無料	
5 体すっきり! 盆踊り(3日制)	7/24(月)・31(月)、8/7(月) 午前10時30分~11時30分	10人	1,350円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
6 子どもも大人もはじめての日本舞踊 ◆小学生以上の方	7/28(金) 午前10時~11時	7人	10円	事前 先着
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
1 お家で育てるハーブと食用花	6/10(土) 午前10時30分~正午	12人	700円	事前 先着
2 漫画ペンで描くイラスト講座 ◆小学5年生~中学3年生	6/11(日) 午後3時40分~4時40分	12人	500円	
3 オンラインで疑似旅行体験「入門英会話」 ◆どなたでも	6/17(土) 午後2時~3時30分	会場: 10人 オンライン: 10人	300円	
4 ハワイアンミュージックに合わせてフラダンスサークル体験(3日制) ◆16歳以上の女性	6/23(金)・30(金)、7/7(金) 午前10時45分~11時45分	10人	30円	
5 夏の疲れに効くかんたん薬膳A・B	A:6/23(金) 午後7時~9時 B:6/25(日) 午前10時30分~午後0時30分	A:10人 B:12人	1,500円	
6 初めての着付けひとりで浴衣を着てみよう(2日制) ◆16歳以上の女性	7/2(日)・9(日) 午後2時~4時	12人	1,100円	
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
1 鹿浜ラジオ体操 ◆どなたでも	6月の平日 (6/12を除く) 午前8時40分~8時50分	各20人	無料	当日
2 親子で楽しむ産後骨盤ヨガレッチ ◆2カ月~3歳の子どもの母親	7/5(水)・12(水) 午前10時15分~11時15分	各10組	1回 1,000円	事前 先着
3 楽しく学ぶ小学生イングリッシュ(4日制) ◆小学生	7/5~26の毎週水曜日 午後3時30分~4時30分	10人	4,000円	
4 話す力がのびる大人の英会話講座(4日制)	7/7~8/4の毎週金曜日 (7/28を除く) 午後2時~3時	10人	4,000円	
5 親子で作る! 夏野菜 たっぶり手作りピザとフルーツソーダ ◆小学生と保護者	7/22(土) 午後1時~2時30分	8組	1,960円	
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
1 パン教室 オリーブソルト	6/9(金) 午前10時~午後1時	8人	1,770円	事前 先着
2 新田うたごえひろば ◆どなたでも	6/17(土) 午後1時~3時	30人	300円	当日
3 親子料理 夏野菜のフォカッチャとたまごスープなど ◆小学生と保護者	6/18(日) 午前10時30分~午後1時30分	8組	2,195円	事前 先着 [ネット不可]
4 スマートフォンで地図アプリを使いこなそう ◆スマートフォンを持っているおおむね50歳以上の方	6/21(水) 午前10時~11時	20人	無料	事前 先着
5 韓国料理ナムルビビンバとスンドゥブチゲとチヂミ	6/27(火) 午前10時30分~午後1時30分	16人	1,700円	
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
1 サークル体験「子ども用甚平を手作りしよう」(5日制) ◆どなたでも	6/19(月)・26(月)、7/3(月)・11(火)・24(月) 午後1時~4時30分	3人	無料	事前 先着
2 サークル体験「ハワイココを付けてフラダンス」(2日制)	6/27(火)、7/11(火) 午後1時30分~2時45分	10人	1,020円	
3 サークル体験「キッズフラダンス」(2日制) ◆3歳~小学生	6/27(火)、7/11(火) 午後3時55分~4時55分	10人	720円	
4 サークル体験「公開読書会 生き甲斐づくり気軽な読書会」	7/5(水) 午後1時30分~3時30分	10人	無料	
5 tコンサート「サマーコンサート」 ◆小学生以上の方 (小学生は保護者同伴)	7/16(日) 午後2時~4時	300人	1,500円	
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
1 僕らの街には何が? 五反野の自然図鑑作り(3日制) ◆小学生と保護者	7/21(金)・22(土) 午後2時~3時30分 7/23(日) 午後2時~5時	5組	170円	事前 先着 [ネット不可]
2 わくわくサイエンス プラバン天気図ストラップを作ろう ◆小学生 (小学1~3年生は保護者同伴)	7/23(日) 午前10時~11時30分	15人	650円	事前 先着
3 光と色のサイエンス「キラキラ万華鏡を作ろう」 ◆どなたでも (小学2年生以下の方は保護者同伴)	7/23(日) 午前10時40分~11時30分	20人	600円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
中央本町地域学習センター 〒121-0011 中央本町3-15-1 ☎3852-1431				
4 光と色のサイエンス「不思議な偏光板アートを作ろう」 ◆どなたでも(小学2年生以下の方は保護者同伴)	7/23(日) 午後1時～1時50分	20人	1,000円	事前 先着
5 いじめ防止コンサート「つつちょのお話とミニライブ」 ◆どなたでも	7/30(日) 午後2時～3時	20人	無料	
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
1 チョークアートでヒマワリを描こう ◆小・中学生(保護者参加可)	7/1(土) 午後2時～3時30分	12人	700円	事前 先着
2 元気いきいき体操(4日制) ◆おおむね60歳以上の方	7/5～26の毎週水曜日 午後1時30分～3時	20人	2,400円	
3 東和寄席 扇辰日和 in とうわ ◆小学生以上の方	7/9(日) 午後1時30分～3時	45人	2,000円	
4 オススメ K-POPで踊ってみよう 入門・初級 ◆小学生以上の方	7/23(日) 入門:午前11時～正午 初級:午後1時～2時30分	各20人	500円	
5 とうわでアート「ソルトペインティング(塩アート)に挑戦」 ◆小学生以上の方	7/31(月) 午前10時～11時30分 午後1時～2時30分	各15人	1回 1,000円	
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
1 ベジ ねんどでお気に入りのワンプレートごはんを作ろう ◆4歳～高校生(就学前の子どもは保護者同伴)	6/10(土)・17(土) 午後2時～3時 午後3時～4時	各8人	1回 100円	当日
2 ベジ キューピーの「聞いてなるほどマヨネーズのお話」 ◆20歳以上の方(子ども同伴可)	6/18(日) 午前10時～11時30分	30人	無料	事前 先着
3 ハワイココ付けて子どもフラサークル体験 初級・中級(2日制) ◆初級:3歳～小学生 ◆中級:小学2年生～高校生	初級:6/23(金)・30(金) 午後6時30分～7時30分 中級:7/5(水)・12(水) 午後6時30分～7時30分	各10人	720円	
4 ハワイココ付けて大人フラサークル体験 初級・中級(2日制)	初級:6/23(金)・30(金) 午後7時45分～9時15分 中級:7/5(水)・12(水) 午後7時45分～9時15分	各10人	1,020円	
5 オススメ ベジ 見て・聞いて・食べて学ぶ野菜教室 ◆小学生と保護者	7/1(土) 午前10時～正午	15組	500円	
6 親子で楽しむヨガ ◆7カ月～2歳の子どもと母親	7/12(水) 午前10時～11時	10組	750円	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
1 大人のわたしでも楽しめる 易しい塗り絵広場	6/27(火) 午前10時～正午	20人	600円	事前 先着
2 オススメ 好きな精油と天然石で作る ロールオンアロマ香水	6/27(火) 午後7時～8時	15人	1,430円	
3 終活セミナー「高齢者向けの住宅や施設」(3日制)	7/10(月)・24(月)・31(月) 午前10時～正午	30人	300円	事前 先着
4 体と脳のトレーニング	7/21(金) 午前10時30分～11時30分	10人	700円(用具レンタルの方は別途100円)	
5 運動紙芝居と立体ブロックで脳力アップ ◆3歳～小学生	7/28(金) 午後4時30分～5時30分	10人	700円(用具レンタルの方は別途100円)	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
1 ダンスマインド・フィット なか お腹痩せコース 宅トレ付(4日制)	6/14～7/26の第2・4水曜日 午後7時30分～8時45分	14人	3,200円	事前 先着
2 子そだて英語 親子で楽しもう(3日制) ◆就学前の子どもと保護者	6/18(日)・25(日)・7/2(日) 午前10時30分～11時30分	10組	3,840円	
3 認知症サポーター養成講座	6/23(金) 午後2時～3時30分	20人	無料	事前 先着 [ネット不可]
4 オススメ より良い老後のための「終活」講座 ◆おおむね50歳以上の方	6/29(木) 午前10時～11時30分	20人	無料	事前 先着
5 虫よけスプレーとアロマキャンドル作り	6/30(金) 午後1時30分～3時	10人	2,190円	事前 先着
スイムスポーツセンター 仮設事務所のため窓口受付不可 ☎6806-3880				
1 オススメ 着衣水泳体験 A・B ◆A:4歳～中学生と保護者 ◆B:高校生以上の方	6/25(日) 午前11時15分～午後1時15分 ※場所は東京マリン西新井 スイミング(栗原4-2-3)	A:10組 B:10人	10円	事前 先着
千住温水プール(スイミー) 〒120-0034 千住3-30(千寿本町小学校地下) ☎3882-2601				
1 オススメ 小学生水慣れクラス(4日制) ◆泳げない小学生	7/10(月)・11(火)・13(木)・14(金) 午後4時30分～5時20分	12人	5,500円	事前 先着
千住スポーツ公園 〒120-0044 千住緑町2-1-1 ☎3879-7643 ※千住スポーツ公園の講座の問い合わせは総合スポーツセンター(下記参照)へ				
1 オススメ フィットネス・フラ(11日制)	7/5～9/20の毎週水曜日(8/16を除く) 午後3時40分～4時50分	25人	6,160円	事前 先着
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
1 姿勢改善ストレッチポール®A(10日制)	7/4～9/12の毎週火曜日(8/15を除く) 午後1時15分～2時15分	24人	5,600円	事前 先着
2 トリム体操(12日制) ◆おおむね50歳以上の方	7/5～9/20の毎週水曜日 午前10時～11時30分	30人	6,720円	
3 オススメ わいわいエアロビクス(11日制)	7/6～9/14の毎週木曜日 午後7時15分～8時25分	30人	6,160円	
4 ひめトレ®骨盤ケア教室 骨盤底筋群へのアプローチ(11日制) ◆16歳以上の女性	7/7～9/22の毎週金曜日(8/11を除く) 午後1時15分～2時15分	20人	6,160円	
5 ヘルシーエクササイズ(11日制)	7/7～9/22の毎週金曜日(8/11を除く) 午後2時～3時30分	30人	6,160円	
6 お気軽体操(8日制) ◆おおむね60歳以上の方	7/24～10/2の毎週月曜日(8/14、9/11・18を除く) 午前10時～11時10分	25人	4,480円	
東綾瀬公園温水プール(すいすいらんど綾瀬) 〒120-0004 東綾瀬3-4-1 ☎5616-2500				
1 オススメ アクアエクササイズ	6/1～29の毎週木曜日 午前11時30分～午後0時20分	各25人	1回 750円	当日 持
2 たのしい障がい者水泳教室 ◆障がい者認定を受けている方	7/1(土) 午後3時30分～4時20分	10人	1,010円	事前 先着 [ネット不可]
平野運動場 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
1 オススメ グラウンドゴルフ広場	6/5(月)・19(月) 午前10時～正午	各25人	1回 310円	当日 用

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

受診券 を忘れないように
早めに健診を受けましょう!

◆5月中旬に「受診券」が発送されています。
◆「元気なあなた」にいるために必ず健診を受けましょう。

「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

受けてみよう
自分自身を守るため
伊興中学校3年 菊池 玲煌

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>

福祉葬 24時間受付
ご対応致します

孝行舎

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。

雨漏検査!!

難解な雨漏りを即解決

特殊検査液で雨漏り原因を
ピンポイント解明! 壁、天井のしみを
みつけたらまず、ご一報下さい

検査・修繕 **見積**
修繕費の無駄はカット **無料**

03-5876-5801

株式会社サーベイ
東京都葛飾区立石 7-31-7

広告

相続のご相談は当社へ
オンライン相談初回無料!!

株式会社三枝エステート
東京都足立区足立3丁目25番6号

TEL:03-3889-5550 詳しくはこちら →
E-Mail:saegusa@wf7.so-net.ne.jp



お早めに住まいの地震対策を！ 耐震診断&改修・解体工事

令和5年4月～8年3月

3年間限定

区内全域

助成額大幅UP

対象 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

※昭和56年6月～平成12年5月に建築された木造2階建て以下の住宅への耐震診断・耐震改修工事助成も準備中
助成を受けるには事前申請が必要です。金額や内容などは目安であり、戸建て住宅の規模や改修箇所などによって異なります。必ず事前に見積もりをとってご確認ください。
※助成内容など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

問先 耐震化推進係 ☎3880-5317

少しでも気になったら、まずは区にご相談を！



※阪神・淡路大震災(平成7年1月17日)



耐震診断助成

すでに38件申し込みあり
(令和5年4月1日～30日時点)

改修・解体工事助成

すでに46件申し込みあり
(令和5年4月1日～30日時点)

区登録診断士が家の耐震性能を診断

助成額 最大30万円/棟

※消費税は対象外。実際の耐震診断費と比べいずれか低い額

耐震診断で強度不足と診断された場合

助成額 最大150万円/棟(対象工事費の9割)(一般地域の場合)

※消費税は対象外。実際の対象工事費と比べいずれか低い額



Q 耐震診断って、いくらぐらいかかるの？

A 規模にもよりますが、一般的な木造2階建て以下の戸建て住宅であれば、助成額の30万円以内に収まるケースがほとんどです。お客様の負担は消費税分のみになります。



Q 改修はどういう工事なの？

A 筋交い^{すじか}などによる補強や瓦屋根を軽い金属製の屋根に葺き替えるなど、建物の状態に合わせて工事を行います。
★1…柱と柱の間に斜めに取り付ける補強材



Q 建物の調査は何日もかかるんでしょ？

A 平面図がない場合は平面図復元のための現地での予備調査が約30分、本調査は短くて1～2時間程度、長くても1日で終わることがほとんどです。家の床下や屋根裏まで細かく確認していきます。



Q 工事にかかる期間はどのくらい？

A 耐震改修工事のみであれば、延床面積30坪程度で約3週間です。リフォーム^{リフォーム}と併せて耐震補強工事を行うと、費用や工期の無駄が発生しないので、同時に行うお客様も多いです。
★2…リフォームに関しては、住宅改良助成を利用できる場合があります。くわしくはお問い合わせください。



Q 何から始めればいいのか？

A まずは区にご相談ください。診断士名簿や手続きの流れなどをご案内します。



Q 引っ越ししないとイケないの？

A 間取り変更を伴う大規模な工事であれば、多くのお客様がお住まいのまま工事を行っています。



※監修：松崎建設(株) 一級建築士事務所(足立区登録木造住宅耐震診断士)

手続きの流れ

※1～5まで、書類不備などがなければ1～2カ月程度で完了します。くわしくはお問い合わせください。

耐震診断

1 事前申請

区登録の診断士を通して区へ事前申請

2 診断実施

区から内定通知発行後、耐震診断実施

3 完了申請

区へ完了申請後、約1カ月後に助成金振り込み

強度不足の場合

改修・解体工事

4 事前申請

耐震診断手続き完了後、耐震改修・解体工事を区へ申請

5 工事着工

区から内定通知発行後、工事契約・着工

6 完了申請

区へ完了申請後、約1カ月後に助成金振り込み

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

平日夜7時まで 日曜日にも診療しています

白内障・緑内障 ◆コンタクトレンズ検査◆
院長・他執刀日帰り手術実施(手術室有)
医療法人社団栄視会
横山眼科医院
財)日本眼科学会・眼科専門医 院長 医学博士 横山 寿光

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00～12:00	●	●	手術	●	●	●	午後12:00～
午後2:00～7:00	●	●	往診	●	●	●	4:00まで

☎03-3885-0412

● 外来休診日/水曜・祝日
● 受付は診療終了の30分前まで

足立区花畑1-7-19(駐車場20台)
https://www.yokoyama-ganka.jp

足立区で植木・外構エクステリアの事なら
ハヤブサグリーン

植木工事
(剪定、伐採、草刈、植栽)
木1本¥1,000～

外構工事
(ブロック・フェンス
その他建物回り全般)
フェンス設置m/¥2,000～

東京都足立区島根 2-22-10
代表 吉住太郎

電話相談・現地お見積り無料です!!
ご連絡お待ちしております。

03-6874-8963

この町のお抱え工務店

相談・見積 ¥0 地域密着 真心対応 豊富な経験と実績

リフォーム・リノベーション
雨もり 内外装 水廻り
新築 介護リフォーム

東洋堂ハウスSP
東洋堂ハウスSP 検索

東京都知事許可(般-2)第144283号

本社・足立支店 03-5849-3090
足立区東綾瀬 1-24-13 東洋堂ハウスSP第1ビル

北千住支店 03-6806-2981
足立区千住龍田町 10-9

あだち広報に広告を掲載しませんか？

5年8月10日号～6年4月25日号の空き枠について、先着順で申し込みを受け付けています。くわしくは区のホームページをご覧ください。■問先=広報係 ☎3880-5815

