

2024年(令和6年)

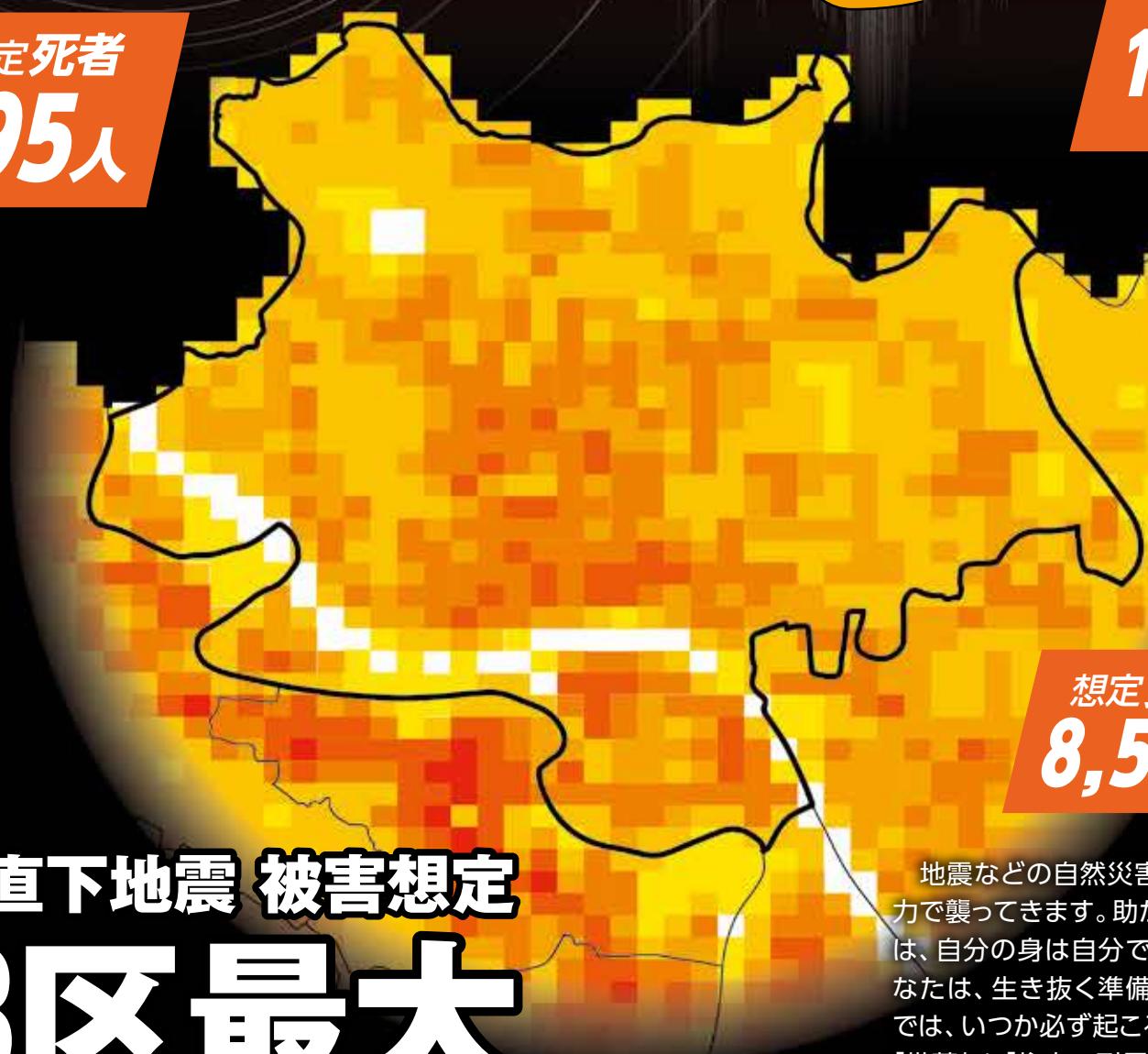
9月10日 第1936号

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  
電話 3880-5111(代表)  
FAX 3880-5678  
E-mail voice@city.adachi.tokyo.jp

東京都総務局総合防災部防災計画課  
「東京都被害想定ホームページ」  
「東京被害想定マップ」より引用  
※一部足立区が加工。数字は足立区の被害想定

The image features large, bold, orange Japanese characters on a black background. The characters 'あおなまら' are written in a flowing, cursive style, with 'あ' and 'お' on the top line and 'なま' and 'ら' on the bottom line. To the right of 'あおなまら' is a smaller vertical orange text '会員' (member). Below 'あおなまら' is the word '広報' (Kōhō) in a white, bold, sans-serif font. The background is black with a bright, horizontal white light streak running across the middle, creating a sense of motion. The overall design is modern and dynamic.

想定建物全壊  
**11,952棟**  
(全体の約1割)



# 首都直下地震 被害想定 23区最大 その準備で

# 生き抜けますか？

災害が発生するたびに引き合いでに出されるのが、発災後48時間以内に、ボランティアによって、避難所にベッド、仮設トイレ、キッチンカーが搬入されるというイタリアの支援体制です。聞くところによると、イタリア国内に5カ所あるイタリア赤十字社の備蓄施設の1つは、東京ドーム6個分の広さがあるといいます。法律やボランティアの位置付けなど制度が全く異なるため、一足飛びには実現できないまでも、国・都・区市町村が役割分担を図りながら、いかに避難生活の質の向上に努めるかが問われています◆昨年12月から国の「首都直下地震対策検討ワーキンググループ」のメンバーに加えていただきました。東日本大震災を経験した首長であること、足立区が地震対策に積極的に取り組んでいることの2つが、メンバーに推薦された理由と伺いました◆7月19日の第3回会議では、今年1月9日と11日に、当区の職員が石川県七尾市に支援物資を搬送した際に見えた現地の課題と、その対策について発言しました◆発災当日から国の支援が始まつたにもかかわらず、1週間経つても「物資が届かない」「食事はおにぎりやインスタント食品が中心」という状況でした。道路の寸断で届けたくても届けられなかつたという事情はあつたにせよ、県が支援物資を一括して受け入れて市町村に配分する仕組みだけでは、スピード感ある支援は難しいと感じます。状況に応じた柔軟な対応も必要ではないでしょうか。

足立区長 近藤やすひ

草立あしたぢ

## 郵送申し込み記入例

区	〒120-8510
切手	足立区役所 ○○課 ○○係 (○○は申し込み 課・係名など)

あだち広報はスマホやパソコンでも  
読むことができます

カタログポケット (無料電子ブックアプリ)  
10言語に対応しているほか、読み上げや文字の拡大機能などもあります。



記事の検索は  
区ホームページで!

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

いろいろなツールで  
区の情報を発信しています

足立区LINE公式アカウント  
あだち広報のほか、災害時の緊急情報なども配信しています。



- A-メール
- YouTube
- X (旧Twitter)
- SmartNews
- Facebook

くわしくはコチラ▶



## 子育て・教育

## 中学・高校生と保護者のためのキャリア教育講座「中学・高校生にとっての将来の仕事と自分らしさ」

■日程等=表1 ■時間=午後2時~5時 ■対象=中学・高校生の保護者  
※中学・高校生同伴可 ■内容=中学・高校時代に考えておきたい仕事のことや自分らしさ、思春期の特徴やコミュニケーションのあり方を専門家から学ぶ ■定員=各15人(抽選) ■申込=窓口/区のホームページからオンライン申請 ■申・問先=青少年課 体験活動係

☎3880-5273

## 高校の補習や高等学校卒業程度認定試験の合格をめざす方のための居場所型学習支援

■日時=毎週月曜日、午後1時~8時 ■場所=アダチベースCentral(梅島) ■対象=区内在住の高校生、高校未進学者、高校中途退学者、高校卒業後進路未決定者 ■内容=授業についていけない高校生の

## 表1 中学・高校生と保護者のためのキャリア教育講座 日程等

場所	日程	申込期間
生涯学習センター(学びピア21内)	10/19(土)	9/10~10/9
東京芸術センター	11/16(土)	9/10~11/6

※いずれも同内容。いずれか1回のみ参加可

補習や、高校中途退学者の学び直しを支援する居場所 ■申込=区のホームページからオンライン申請/申込書を区へ郵送・持参 ※申込書は区のホームページからダウンロード ■申・問先=子どもの貧困対策・若年者支援課 若年者支援推進担当 ☎3880-5717

## 6年度 就学奨励制度

■対象=次のいずれかに当てはまる児童・生徒の保護者…特別支援学級または特別支援教室に通学・通級している/特別支援学校の基準に該当し、通常学級に通学している※就学援助受給者は対象外 ■内容=通学・通級するための公共交通機関の交通費などを、世帯全員の所得に応じて支給 ■申先等=▶区内在学の方…通学校(申請書は通学校で配布) ▶区外通学の方…学務課助成係へ郵送・持参(申請書は学務課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可) ※いずれも6年1月2日以降、区へ転入した方は6年度住民税課税証明書の原本の提出が必要。区が定める所得基準により審査。認定・援助は

申請書の提出月から開始 ■期限=9月30日(月)消印有効 ■問先=学務課助成係 ☎3880-5977

7年度 中学校使用  
教科用図書の採択結果

■内容=▶国語/書写/美術/外国語(英語)…光村図書出版(株) ▶社会(地理・地図)…(株)帝国書院 ▶社会(歴史)/数学/理科/技術/家庭…東京書籍(株) ▶社会(公民)…日本文教出版(株) ▶音楽(一般・器楽合奏)…(株)教育芸術社 ▶保健体育/道徳…(株)Gakken ■問先=教育指導係 ☎3880-5974

## + 健康・衛生

精神保健 講演会  
「思春期の心の不調と理解」

■日時=10月29日(火)、午後2時~3時30分 ■対象=区内在住・在勤の方 ■内容=思春期の心の不調/周囲が関わるときに大切なこと ■定員=30人(9月11日から先着順) ■申込=電話/窓口/住所、氏名(フリガナ)、電話・ファックス番号、「精神保健講演会」を記入しファックス ■場・申・問先=竹の塚保健センター地域保健係 ☎3855-5082 FAX3855-5089

無料健康チェックと  
「睡眠と健康」セミナー

■日時=10月3日(木)、午前10時~11時30分 ■内容=無料健康チェックで血管年齢などの健康状態を把握する/セミナーで「睡眠と健康」を学ぶ ■定員=30人(9月11日から先着順) ■申込=電話/窓口 ■場・申・問先=勤労福祉会館(綾瀬ブルミ工内) ☎3838-3581

## + 錢湯を楽しもう

## ◆敬老の日は錢湯へ

■日程=9月16日(祝) ■費用=▶65歳以上の方…270円 ▶そのほかの方…550円(通常料金。中学・高校生は300円、小学生は200円、就学前の子どもは100円)

◆すだち湯(徳島県神山町産)へ  
行こう

■日程=9月29日(日) ■費用=▶就学前の子ども…50円 ▶小学生…100円 ▶65歳以上の方…270円 ▶そのほかの方…550円(通常料金。中学・高校生は300円) ——いずれも——

※8月1日から、入浴料金の改訂により、通常料金が550円に値上がりしました。 ■場所=区内の各錢湯 ■申込=不要 ※当日、番台かフロントで年齢を告げる。証明書は不要 ■問先=衛生管理係 ☎3880-5891

## 健康カレンダー(10月・11月分) 専門医・専門家による保健相談などを受けられます ※予約が必要 ◆…定員に達し次第、終了となる場合あり ★…専門医による相談

相談名/保健センター	江北	千住	竹の塚	東部
育児栄養相談*	☎3896-4004 ✉3856-5529	☎3888-4277 ✉3888-5396	☎3855-5082 ✉3855-5089	☎3606-4171 ✉5697-6561
オンライン育児栄養相談*	午前 10/4(金)、11/1(金) 午後 10/24(木)、11/21(木) 午後 10/4(金)、11/1(金)	午前 10/9(水)、11/6(水) 午前 10/9・23、11/6・20 いずれも水曜日	午後 10/8(火)、11/5(火) 午後 10/8(火)・21(木) 11/5(火)・25(木)	午前 10/22(火)、11/26(火) 午前 10/10・24、 11/14・28 いずれも木曜日
こにち歯ひろば★	午後 10/9(水)・17(木) 11/13(水)・27(水)	午後 10/8(火)・22(火) 11/19(火)	午前 11/28(木) 午後 10/10(木)・15(木)・24(木) 11/12(木)	午後 10/7(月)・17(木) 11/11(月)・21(木)
心の健康相談★ ※不眠・不安・物忘れ・うつなど	午後 10/25(金)、11/28(木)	午後 10/22(火)、11/13(水)	午後 10/2(火)・24(木)、 11/12(火)・19(火)	午後 10/30(水)、11/27(火)
酒害グループミーティング	—	—	—	午後 10/24(木)、11/28(木)
思春期・青年期相談★ ※おおむね40歳未満の方の ひきこもり・不登校など	—	—	午後 10/15(火)	—
HIVと性感染症検査(匿名)	10/10・24、11/14・28、いずれも木曜日の午後…HIV(ヒト免疫不全ウイルス)と性感染症(梅毒、クラミジア)の検査(結果は検査を受けた次の検査日の来所時に説明)	—	—	—
	■申込=電話/窓口 ■場・申・問先=中央本町地域・保健総合支援課(足立保健所内) ※検査時間など、くわしくは予約時にご確認ください。エイズ相談は足立保健所 感染症対策課 防疫係(☎3880-5378 FAX3880-5371)で随時受け付け	—	—	—

## 放射線量の調査

日付(8/16~30)	16	19	20	21	22	23	26	27	28	29	30
測定値(マイクロシーベルト/時)	—	0.06	0.07	0.06	—	0.05	0.06	—	0.07	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



## ¥ 税金・国保・年金

### 6年度 年金生活者支援給付金の請求書が日本年金機構より新規支給対象者に送付されます

■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、支給要件(表2)のすべてに当てはまる方 ■内容=年金を含めても所得が一定基準以下の方への生活支援のため、消費税率引き上げ分を活用して給付金を支給 ■支給額(月額)等=表2 ※原則偶数月の15日(年金と同日)に振り込み。請求手続きが遅れると、遅延分の受給ができない場合あり ■請求方法=日本年金機構より9月初旬ごろから順次送付される請求書(ハガキ型)を返送 ※これから年金を請求する方は、年金の請求書と一緒に提出。表2に当てはまる方で請求書が届かなかった場合は、給付金専用ダイヤルにお問い合わせください。すでに年金生活者支援給付金を受給している方は、新たな手続きは不要です。請求書も送付されません。 ■期限=7年1月6日(月)必着 ■問先=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

fax3880-5981

町会・自治会、NPO団体など) ■内容=地域福祉に関する課題や潜在的な困りごとの共有／要支援者に支援を届ける方法についての意見交換など ★…生きづらさなどの悩みや困りごとを地域全体で受け止め、要支援者と継続的につながりながら支援する体制 ■定員=各15人程度(先着順) ■申込=電話／住所、氏名(フリガナ)、電話番号、希望日時、「地域懇談会」を記入しファックス ■申・問先=多機関協働担当

☎5888-4573 fax3880-5714

### 73歳以上の区民に無料マッサージ(10月分)

■日程等=表4 ■時間=午前9時30分～午後3時30分 ※1回30分で8回実施。各申込期間内につき1人1回のみ ■申込=電話 ■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

### 足立区 障がい者週間記念事業「障がい者アート展」出展・出演者募集

#### ◆作品展

■期間=11月29日(金)～12月5日(木) ■場所=区役所・1階区民ロビーなど ■対象=区内在住・在勤・在学の障がいのある方 ■内容=絵画・陶芸・手芸などの作品展示 ■申込=区のホームページからオンライン申請／申込書を郵送・ファックス

#### ◆お楽しみコーナー

■期間=11月30日(土)～12月5日(木) ■場所=区役所・1階区民ロビーなど ■対象=区内の障がい者団体・ボランティア団体 ■内容=自主製品の販売／障がいへの理解促進を目的としたブースの出展 ■申込=申込書を郵送・ファックス

#### ◆ふれあい発表会

■日時=11月30日(土)、正午～午後1時45分 ■場所=区役所・2階庁舎ホール ■対象=区内在住・在勤・在学の障がいのある方 ■内容=合唱・

## 福・祉・高齢医療

### 重層的支援体制\*の整備にかかる地域懇談会

■日程等=表3 ■対象=区内在住・在勤の方／地域福祉関係者(高齢・障がい・子ども・生活支援分野などの事業所職員、民生・児童委員や

### 通園していない子どもがいる家庭に案内を送付

### 区独自の無料健診 あだちっ子歯科健診

区では4～6歳のすべての子どもを対象に「あだちっ子歯科健診」を無料で実施しています。

■問先=子ども施策推進担当 ☎3880-5266

◆区内保育施設・幼稚園などに通園していない子どもがいる家庭へ9月中旬ごろに案内を送付します

■対象=次のすべてに当てはまる子ども…区内在住／平成30年4月2日～令和3年4月1日生まれ／区内保育施設(認可保育所／認定こども園／認証保育所など)・幼稚園に通っていない ※上記施設に通園している子どもは園を通して実施しています。 ■内容=むし歯のチェック／口腔清掃状況・かみ合わせの確認など ■健診期間=9月15日～11月30日 ※申し込み方法など、くわしくは案内または区のホームページをご覧ください。

4～6歳は奥歯がむし歯になりやすいので要注意！ 仕上げみがきは、「奥歯のミソ」をていねいにみがくようにしましょう！



▲ピンク色の封筒が届きます

### 合奏・ダンスなどを発表する申込

■申込書を郵送・ファックス

——いざれも——

※くわしくは募集要項を参照。募集要項・申込書は障がい福祉センターあしすとで配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■期限=9月30日(月)必着 ■申先=障がい福祉センターあしすと 〒121-0816梅島3-31-19

fax5681-0138

■問先=お問い合わせコールあだち(午前8時～午後8時)

☎3880-0039

### 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の利用者募集

■対象=18～64歳で障がい福祉センターの通所訓練を利用したことが

ない、次のいずれかに当てはまる方…脳血管障がいや事故などで身体障害者手帳を取得または取得見込み／難病など／高次脳機能障がいの診断書などを取得または取得見込み ■内容=理学・作業・言語療法などのリハビリを主に集団で行い、利用者の社会生活力の維持・向上を支援 ※障害者総合支援法に定められた自己負担あり ■利用日数=週1・2日 ■利用期間=最長12カ月または18カ月 ■申込=電話／住所、氏名(フリガナ)、電話・ファックス番号、「社会リハビリテーション室利用」を記入しファックス ■場・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 ☎5681-0131 fax5681-0138

4面に続きます

### 表2 6年度 年金生活者支援給付金 支給額(月額)等

種類	支給要件(すべてを満たす方)*1	支給額(月額)
老齢(補足的老齢)年金生活者支援給付金	65歳以上で老齢基礎年金を受給／前年の年金収入額*2とそのほかの所得額の合計が88万9,300円(昭和31年4月1日以前に生まれた方は、88万7,700円)以下*3／世帯全員の区民税が非課税	下記2つの額を合計して算出 ●保険料納付済期間に基づく額…5,310円×保険料納付済期間÷480*4 ●保険料免除期間に基づく額 ▷昭和31年4月2日以後生まれの方…1万1,333円(4分の1免除期間は5,666円)×保険料免除期間÷480 ▷昭和31年4月1日以前生まれの方…1万1,301円(4分の1免除期間は5,650円)×保険料免除期間÷480*4
障害年金生活者支援給付金	障害基礎年金または遺族基礎年金を受給／前年の所得額*2が472万1,000円以下(扶養人数によって異なる)	▷障害等級1級…6,638円 ▷障害等級2級…5,310円
遺族年金生活者支援給付金		5,310円(2人以上の子が受給している場合の1人あたりの支給額は、人数で割った額)

\*1…日本国内に住所がない、年金が全額支給停止などの場合は支給不可

\*2…障害年金や遺族年金などの非課税収入は含まない

\*3…78万9,301円～88万9,300円(昭和31年4月1日以前に生まれた方は、78万7,701円～88万7,700円)の方は、保険料納付済期間に基づく額に一定割合を乗じた額を支給

\*4…昭和16年4月1日以前に生まれた方は、生年月日に応じて480カ月を短縮

### 表3 地域懇談会 日程等

場所	日程	時間
竹の塚地域学習センター	10/5(土)	午前10時～11時45分
栗島住区センター	10/16(水)	午後6時30分～8時15分
舍人住区センター	10/30(水)	午後7時～8時45分
西新井住区センター	10/31(木)	

### 表4 73歳以上の区民に無料マッサージ(10月分) 日程等

場所	日程	申込期間	定員(抽選)
勤労福祉会館(綾瀬ブルミエ内)	6(日)	9/13金、午前10時～19時、午後8時	各48人
	27(日)	9/27金、午前10時～10/3(木)、午後8時	
竹の塚障がい福祉館	8(火)	9/13金、午前10時～19時、午後8時	各56人
	22(火)	9/27金、午前10時～10/3(木)、午後8時	

## 令和6年能登半島地震 支援情報

### 日本赤十字社による災害支援金

#### 募金箱での募金

■場所=区役所／区民事務所

ゆうちょ銀行・郵便局での募金

■口座記号番号=00150-7-325411

■口座加入者名=日本赤十字社

■受付期限=12月27日(金)

■問先=地域調整課 管理係 ☎3880-5855

区が行っている被災地への支援は、区のホームページで公開しています。 寄附の方法や支援内容など、くわしくはコチラ▶





3面からの続きです

## 福祉・高齢医療

司法書士による成年後見・  
相続・遺言 無料相談会

■日時=10月5日(土)、午前10時～午後4時 ※1人50分程度 ■内容=司法書士による成年後見制度★の利用や相続・遺言などの相談 ★…判断能力が不十分な方の意思決定を支援する制度 ■定員=24人(9月12日から先着順) ■申込=電話／住所、氏名(フリガナ)、電話・ファックス番号、「成年後見相談会」を記入しファックス ■場・申・問先=権利擁護センターあだち(千住庁舎内) ☎5813-3551 FAX5813-3550

## 障がい福祉サービスの利用についてご相談ください

■相談内容=身体障害者手帳・愛の手帳の交付／ホームヘルパー派遣などの申請／障がい者施設などへの入所や通所／主に身体障害者手帳を所持している方向けの補装具費・自立支援医療費(更生医療)・日常生活用具・住宅設備改善費の支給など ※各援護係の窓口に遠隔手話通訳サービスが利用できるタブレット端末あり ■問先=表1

表1 障がい援護課 各援護係一覧

問先	電話・ファックス番号
西部	☎3897-5034 ㈹3856-7229
千住	☎3888-3146 ㈹3888-5344
中部第一	☎3880-5881 ㈹3880-5754
中部第二	☎3880-5882 ㈹3880-5754
東部	☎3605-7520 ㈹5697-6560
北部	☎5831-5799 ㈹3860-5077

認知症センター  
フォローアップ講座(2日制)

■日時=10月4日(金)、午後2時～4時25分／11日(金)、午後2時～4時15分 ■場所=エル・ソフィア ■対象=認知症センター養成講座を受

講したことがあり、より深く学びたい方 ※過去にフォローアップ講座を受講した方を除く ■内容=認知症への理解を深める ■定員=50人(9月11日から先着順) ■申込=電話 ■期限=9月26日(木) ■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

区内事業者向け  
「トータルマッチング事業」  
をご利用ください

■対象=区内中小企業の経営者 ■内容=中小企業診断士の資格を持つ企業訪問相談員(マッチングクリエイター)が直接訪問して、協力事業者のあっせんや助成金の紹介、経営相談を実施 ※申し込み方法など、くわしくは区のホームページをご覧になるか、お問い合わせください。 ■問先=相談・融資係

☎3880-5486

## 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=10月29日(火)、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歳の方または家族、関係者 ■内容=サポステの支援内容や利用方法などを紹介 ■定員=各3人(9月11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

女性しごと応援キャラバン in  
足立「在宅ワーク入門セミナー」

■日時=10月22日(火)、午前10時～正午 ■場所=シアター1010・11階ギャラリー ■対象=就職を希望する女性 ■内容=在宅勤務と在宅ワークの違いやそれぞれの特徴、求人情報の見つけ方、心構えについて学ぶ ※希望者にキャリアコンサル

タントによる個別相談あり(要予約、先着12人)。くわしくはホームページをご覧ください。 ■定員=50人(9月11日から先着順) ※保育あり(10月16日、正午までに要予約、6ヶ月～就学前の子ども、先着10人程度) ■申込=電話／ホームページからオンライン申請 ■申・問先=女性しごと応援キャラバン運営事務局 ☎6734-1346

■問先=(区)就労・雇用支援係 ☎3880-5469

## 保育のお仕事就職面接・相談会

■日時=10月8日(火)、午前10時～正午／午後1時30分～3時30分 ■場所=東京芸術センター・21階天空劇場 ■内容=区内で保育施設を運営する事業者による合同就職面接・相談会 ※就職に関する個別相談ブースもあり。資格不問。保育あり(9月30日までに要電話予約、6ヶ月～就学前の子ども、先着各5

人) ■申込=電話／区のホームページからオンライン申請 ■期限=9月30日(月) ■申・問先=私立保育園課事業調整係 ☎3880-5712

## 公募・ボランティア

## ジュニアリーダー スーパー研修会(小学生の部)(6日制)

■期間=6年10月～7年2月 ※日曜日に実施 ■場所=ギャラクシティなど ■対象=小学6年生 ※「ジュニアリーダー研修会(小学4～6年生対象)」未経験者も参加可 ■内容=野外活動やグループワークを通して課題解決の発想・表現方法を学び、子ども会などでリーダーとして活躍する際に必要な力を身につける ※申し込み方法など、くわしくは区のホームページをご覧になるか、お問い合わせください。 ■問先=青少年育成係 ☎3880-5275

地域包括支援センターでは、認知症や介護予防の  
ホウカツ相談を受け付けています

65歳を過ぎると、加齢に伴って心身に変化が生じてきます。介護が必要になったときはもちろん、介護が必要になる前から早めにご相談ください。家族や友人などからの相談も受け付けています。



## 2つの相談方法・

## 1 ホウカツでお待ちしています

区内25カ所のホウカツで、来所のほか、電話での相談も受け付けています。



## 2 地域を回っています

「介護予防チェックリスト★」の結果などをもとに、ホウカツの職員が皆さんのご自宅を訪問し、お話を伺っています。



★…3年に1回、区内在住の65歳以上で、介護認定を受けていない方に送付

## 一人ひとりの状況に応じて、支援につなげます

## ●もの忘れ相談

認知症やもの忘れに不安がある方の相談に医師が応じる

## ●認知症カフェ(家族の参加も可)／本人ミーティング

認知症のご本人や家族が、日ごろの悩みなどを語り合う場

## ●介護予防

筋力アップ・栄養・口腔ケアなどの取り組みを紹介

■問先 地域包括支援センター係

☎3880-5429



## 人材募集コーナー

## ◆常勤職員

職種	勤務内容(例)	勤務条件	雇用開始日	給与月額(予定)	期限(必着)	申・問先
技能V(自動車運転Ⅱ)★	清掃車両の運転	月～土曜日・1日7時間45分(変則勤務あり)	7年4/1(火)	▷20歳…19万1,160円 ▷30歳…22万1,040円		
技能VI(作業Ⅲ)	ごみ収集作業					
歯科衛生・Ⅱ類★	歯科口腔保健に関する業務／歯科保健指導・相談／データ分析	平日・1日7時間45分(変則勤務あり)	7年4/1(火) 以降	▷短大2卒…21万1,320円 ▷短大3卒…22万200円		
栄養士・I類★	保健栄養・食育に関する専門業務／栄養指導・相談／データ分析		7年4/1(火)	約23万6,760円	10/1(火)	人事課 人事係 ☎3880-5831

## 子育てホームサポーター養成講座(6日制)

■日時=10月24日(木)・28日(月)~11月1日(金)、午前9時~午後5時 ■場所=こども支援センターげんき ■対象=受講後、「子育てホームサポーター」(報酬あり。1時間1,180円程度)として活動できる方 ■内容=小学生以下の方を対象に、一時的な預かり・送迎を支援する「子育てホームサポーター」としての知識や技能を身につける ■定員=30人(9月11日から先着順) ■費用=1,600円(救命講習受講料) ■申込=電話 ■期限=9月30日(月) ■申先=ヒューマンアカデミー(株)(区委託事業者)(平日、午前9時~午後5時) ☎5348-2039 ■問先=(区)子育て応援係 ☎3880-0719

## 暮らし・まちづくり

### あだちSDGsパートナーMeeting

■日時=10月15日(火)、午後6時30分~9時 ■場所=あやセンター ぐるぐる(綾瀬駅西口高架下間) ■対象

=あだちSDGsパートナー/SDGsの取り組みを実践している、または実践予定の企業・団体 ■内容=SDGsについて学び、グループワークなどで交流する中で新しいプロジェクトの誕生をめざす ※定員や申し込み方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=SDGs未来都市推進担当 ☎3880-5070

### 分譲マンションミニセミナー&出張相談会の実施

■日程等=表2 ■対象=区内分譲マンション区分所有者・居住者 ■申込等=▷ミニセミナー(マンション管理計画認定制度の説明会)…申し込み不要 ※当日直接会場へ ▷相談会(マンション管理士による分譲マンションの維持管理、管理組合運営、規約に関する相談/近隣トラブル・住まいの相談など)…電話/区のホームページからオンライン申請 ■申・問先=住宅計画係 ☎3880-5963

### 男女参画プラザの講座

■シングルマザー・ファーザーの未来年表を作ろう  
 ■日時=10月19日(土)、午前10時~

正午 ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内在住・在勤・在学のひとり親または関心のある方 ■内容=シングルマザー・ファーザーとして子育てするうえでのお金の基礎知識や、子育てが一段落した後の自分のライフプランニングを、ワークショップを通して学ぶ

### ■困った会議、みんなで

変えてみませんか? 職場で、地域で使える会議術(2日制)

■日時=10月20日(日)・27日(日)、午前10時~正午 ■場所=生涯学習センター(学びピア21内) ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=特に女性向けに職場や地域で生か

せる会議術を学ぶ/会議の場面を想定した話し合い体験  
 ——いずれも—

■定員=20人(9月11日から先着順)

※保育あり(10月10日までに要予約、6ヶ月~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、電話・ファックス番号、保育希望の場合は子どもの氏名(フリガナ)・年齢、講座名を記入しファックス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 FAX 3880-0133

8面に続きます

### 表2 分譲マンションミニセミナー&出張相談会 日程等

場所	日程	時間	内容	定員(先着順)
鹿浜地域学習センター	10/11(金)	午後6時30分~7時30分	ミニセミナー	20人
		午後7時30分~8時30分	相談会	2組(9月11日から受け付け)
竹の塚地域学習センター	11/2(土)	午後2時~3時	ミニセミナー	20人
		午後3時~4時	相談会	2組(9月11日から受け付け)
伊興地域学習センター	11/15(金)	午後6時30分~7時30分	ミニセミナー	20人
		午後7時30分~8時30分	相談会	2組(9月11日から受け付け)

## 介護予防 10月分



65歳以上の方向け

気軽にスタート! 事前にお申し込みください  
 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)

### 高齢者体力測定会(10月分)

■日程等=表3 ■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(9月11日から先着順)

### 表3 高齢者体力測定会(10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)	17(木)	午前10時30分~11時30分 /11時30分~午後0時30分
生涯学習センター(学びピア21内)	2(水)	午前9時30分~10時30分 /10時30分~11時30分
竹の塚地域学習センター	21(月)	午後0時45分~1時35分 /1時35分~2時25分

### 初心者はあだちスマホ教室 Zoomで体操してみよう!(10月分)

■日程等=表4 ■内容=LINEの基本操作やZoomの使い方を学び、オンラインでの体操を体験する ※スマートフォンに関する悩みを相談できる時間あり ■定員=各20人(9月11日から先着順)

### 表4 あだちスマホ教室(10月分) 日程等

場所	日程	時間
エル・ソフィア	2(水)	
興本地域学習センター	16(水)	
生涯学習センター(学びピア21内)	30(水)	午後1時30分~4時30分
東和地域学習センター	9(水)	
花畠地域学習センター	23(水)	

### Zoomでオンライン体操教室(10月分)

■日時=10月30日までの毎週水曜日、午後2時30分~3時 ※2時10分から入室可能 ■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 ■申込期間=9月11日~開催日の1週間前

■申込=電話 ■期限=開催日の1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

### 運動・栄養・口腔ケアを学べる! 元気に「はつらつ教室」(10月~12月分)

■日程等=表5 ■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 ■受付開始日=▷初参加の方…前月の15日 ▷参加経験者…前月の26日 ※月ごとに申し込みが必要

### 表5 はつらつ教室(運動・栄養・口腔ケア)(10月~12月分) 日程等

場・申・問先	日程	時間	定員(先着順)	申込
伊興 ☎3857-6537	10/3~12/19の第1・3木曜日		各30人	
梅田 ☎3880-5322	10/28~12/23の第2・4月曜日	午前10時~11時30分	各40人	
興本 ☎3889-0370	10/2~12/18の第1・3水曜日		各20人	
江北 ☎3890-4522	10/10~12/26の第2・4木曜日	午後1時30分~3時	各20人	
佐野 ☎3628-3273	10/9~12/25の第2・4水曜日	午前10時~11時30分	各25人	
鹿浜 ☎3857-6551	10/10~12/26の第2・4木曜日		各20人	
新田 ☎3912-3931	10/8・22、11/19・26、12/10・24、いずれも火曜日	午後1時30分~3時	各20人	
竹の塚 ☎3850-3107	10/18(金)、11/15(金)、12/20(金)		各25人	電話/窓口
東和 ☎3628-6201	10/24(木)、11/28(木)、12/26(木)	午前10時~11時30分	各30人	
舍人 ☎3857-0008	10/9~12/25の第2・4水曜日		各20人	
花畠 ☎3850-2618	10/8・22、11/5・19、12/3・17、いずれも火曜日	午後1時~2時30分	各20人	
保塚 ☎3858-1502	10/10~12/26の第2・4木曜日		各20人	
生涯学習センター(学びピア21内) ☎5813-3730	10/3・17、11/7・21、12/5・26、いずれも木曜日	午後1時30分~3時	各25人	
総合スポーツセンター ☎3859-8211	10/2・16、11/6・20、12/11・18、いずれも水曜日		各20人	
勤労福祉会館(綾瀬ブルミ工内) ☎3879-3206			各20人	電話(平日のみ)
和田整骨院 ☎3879-3206				
※運動のみ実施				
ティップネス綾瀬(綾瀬3-14-16) ☎0120-937-381	10/3~12/19の第1・3木曜日	午後2時~3時30分	各20人	

# 今すぐ確認！あなたに合った災害備蓄

今後、30年以内に70%の確率で、首都直下地震が発生すると言われています。災害時、自分の命を守るために、今すぐ備蓄をしましょう。

問先 災害対策係 ☎3880-5836

毎月19日は「備蓄の日」

区では、今年度から毎月19日を「あだち備蓄の日」としました。毎月19日に食料の賞味期限の確認や備蓄品の見直しをしましょう。



## 首都直下地震が起きたときの被害想定\*

\*…都心南部直下地震 マグニチュード7.3、冬の夕方、風速8m/s

ライフライン・インフラの機能が止まる

ライフラインが復旧する順番は①電気  
②水道③ガスと言われています。

橋梁や高架橋、道路の損壊により通行がで  
きなくなります。

①復旧まで  
約4日

②復旧まで  
約17日

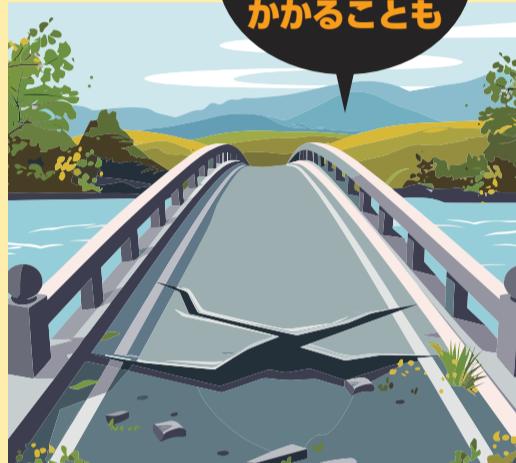
③復旧まで  
約42日

電気

上水道

ガス

参考: 東京都防災ホームページ「首都直下地震等による東  
京の被害想定」



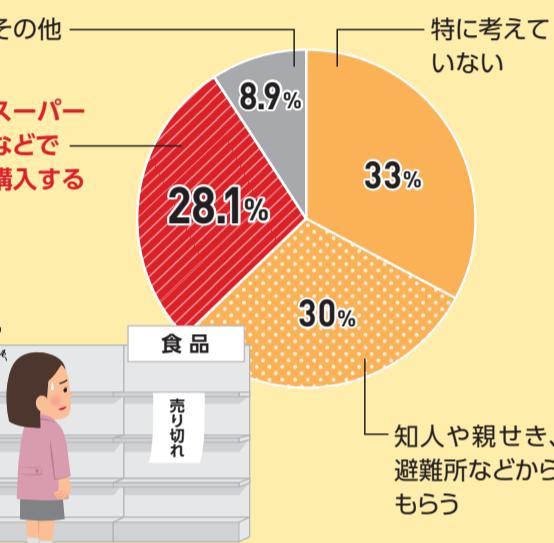
復旧まで  
1ヶ月以上  
かかることも

## あなたも思っていませんか？ 「災害時、食料はスーパーなどで 購入すればいいや」って…

左記のとおり、橋や道路な  
どの損壊状況によっては、物  
流が停止します。物資の供給  
が困難になれば、コンビニエ  
ンストアやスーパー等に食  
料などが届かず、購入できな  
くなります。

令和4年度に実施した区の  
世論調査では、「備蓄をして  
いない」と回答した方の多くが  
「通常どおりスーパーなどで  
購入する」と回答しています。

「備蓄をしていない」と答えた人の  
災害発生時の水や食料の確保(回答)



## 石川県七尾市の被害状況から学ぶ

令和6年1月9日と11日の2回に分けて、能登半島地震で被災した七尾市に足立区の備蓄品を届けました。  
現地に行なった、災害対策課 寺島課長に、七尾市の状況や災害時の心構えなどを聞きました。

### 備蓄は1日で尽きた

七尾市でも備蓄をしていました  
が、1日で尽きました。市の職員は「今回の地震を受け、自  
治体や各家庭での備蓄がいかに  
重要か再認識した」と言っていました。



▲道路の様子

### 水洗トイレが使えない

食料の備蓄だけでなく、簡易ト  
イレも重要です。断水や下水管の  
破裂などにより、避難所や自宅の  
水洗トイレが使えない場合が  
あります。簡易トイレも忘れずに  
準備しましょう。



▲避難所の簡易トイレの様子

### 区からのお願い

物資が届かないことや、長期間  
断水することを想定して、水なし  
で食べられるものや簡易トイレの  
準備が必要です。皆さんも、自分  
の命を守るために備蓄をお願いし  
ます。



寺島  
災害対策課長

できれば1週間分  
上記を踏まえて

1人「最低3日分」の  
備蓄をしましょう！

まずは

東京 備蓄 ナビ

世帯構成に合わせて、必要な備蓄品目・  
数量が異なります。3つの質問に答えて、  
備蓄品目と必要量を確認しま  
しょう！

くわしくはコチラ

## 20代男性が東京 備蓄 ナビを参考に災害備蓄をそろえてみました！

※「東京備蓄ナビ」では、7日分を想定して算出されます。下記は一部品目を抜粋



報道広報課職員



区は、東京都葛飾福祉工場と協  
定を結び、足立区限定で、すぐに食  
べられる備蓄食品などをおトクに  
購入できるセットを  
用意しました。

くわしくはコチラ

①水なしですぐに食べられる！  
②単品より1,010円おトク！  
③これを買えば3日分備蓄できる！

●パン×6袋(プレーン・チョコ・メープル各2袋)  
●カレー×3袋 ●白ごはん×3袋

約5年  
保存できる

備蓄食品セット



申し込み方法など、くわしくはチラシをご覧ください。  
※チラシは区民事務所、災害対策課などで配布するほか、区のホ  
ームページでも閲覧可

LINEで防災訓練のクイズ全問正解者に  
抽選で「備蓄食品セット」などをプレゼント！

足立区LINE公式アカウントで備蓄に関するクイズを出題します。全問正解した  
方に、左記で紹介した「備蓄食品セット」などを抽選で19人にプレゼントします。  
ぜひ、ご参加ください！ 期限=9月30日(月)



それに  
合った備蓄を！

あなた自身や世帯構成に合わせて

◆例え…  
■ミルク ■おむつ  
■コンタクトレンズ  
■処方薬 ■医療機器 など

外出中に被災したときのために

◆常に持ち歩くもの  
■帰宅経路が分かる地図  
■携帯ラジオ  
■軽食(チョコやキャラメルなど)  
■水  
◆職場や学校などに置いておくもの  
■スニーカー ■着替え  
■防寒着

5面からの続きです

## 暮らし・まちづくり

### 計量器(はかり)の定期検査

■期間=6年11月6日~7年2月5日  
(予定) ■対象=計量器を使用している事業者 ※実施日の約10日前までにハガキで通知 ■内容=都に委託された検査員が訪問 ■問先=▷定期検査…(都)計量検定所

☎5617-6638

▷定期検査に係る事前調査…(区)消費者センター ☎3880-5385

### キッズ・ゾーンをモデル整備しています

東綾瀬地区で、保育園児などの園外活動時の交通安全を目的としたモデル整備をしています。車両での通行時に「キッズ・ゾーン」の路面標示を見かけた際は、減速するなどの配慮をお願いします。 ■問先=子ども施策推進担当 ☎3880-5266



▲実際の路面標示

### 地域のコミュニティ事業が助成を受けました

(-財)自治総合センターは宝くじの社会貢献広報のために、文化振興事業やコミュニティ助成事業を行っています。今年度は助成金を活用し、千住中居町会が町会所有の中型神輿・小型神輿の修繕をしました。 ■問先=地域調整係

☎3880-5864



※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)

### 講座「身近に潜む環境問題 生物多様性にSOS！」

■日時=10月6日(日)、午前10時~正午 ■場所=生涯学習センター(学びピア21内) ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=東南アジアの島・ボルネオ島で環境保全に取り組む講師から、地球の生態系バランスの崩れによる家庭の食への影響など、知っているようで知らない生物多様性について学ぶ ■定員=20人(9月11日、午前9時から先着順) ■申込=電話／住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「生物多様性」を記入しファクス ■申・問先=環境情報プラザ(学びピア21内) ☎5284-7358 FAX5284-7359

### あらかわボートクルーズ「荒川の自然を再発見」

■日時等=10月27日(日)、午前9時／

10時／11時／午後1時／2時／3時開始 ※1回50分程度、岩淵水門(北区志茂五丁目地先付近)などを巡る。新田リバーステーション集合・解散。荒天時は11月4日(休)に延期 ■対象=小学生以上の方 ※小・中学生は保護者同伴 ■内容=生きものを育む荒川の役割を船の上から学ぶ ※車いすをご利用の方はお問い合わせください。 ■定員=各20人(抽選) ■申込=電話／ホームページからオンライン申請 ■期限=10月16日(水) ■申・問先=(株)自然教育研究センター(区委託事業者)

☎6281-8738

■URL=<https://www.ces-net.jp/adachikankyo/>

■問先=(区)環境学習係

☎3880-6263

### 区内団体による催し

#### ◆第44回 足立区合唱祭

■日時=10月13日(日)、午後1時~4時40分 ※午後0時30分開場 ■内容=区内を中心に活動する団体による、年に一度の合唱祭 ■定員=830人(先着順) ■申込=不要 ※当日正午から会場で入場整理券を配布

#### ◆足立区郷土芸能大会

■日時=10月14日(祝)、正午~午後4時 ※午前11時30分開場 ■内容=郷土芸能保存会によるお囃子や和太鼓の演奏／来場者向けお囃子体験 ■定員=902人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ——いずれも——

■場所=西新井文化ホール ■問先=文化団体支援係 ☎3880-5986

あしたく  
足タク  
足立区デマンドタクシー

の

入谷・鹿浜周辺地区  
にお住まいの方対象

## 乗降スポットが増えました

6月17日から入谷・鹿浜周辺地区で実証実験を開始した足立区デマンドタクシー(足タク)。より利便性を向上させるため、現在の25カ所に加えて新たに3カ所の乗降スポットを設置しました。

◆追加場所(9月2日から)

- クリニックステーション(舍人1-11-16)
- なかじま整形外科・小児科クリニック(皿沼1-16-5)
- 中田医院(鹿浜4-22-16)

※1台あたりの運賃を割安でご利用いただけます。足タクの利用方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。

■問先=新たな交通担当係 ☎3880-5937

## 9月21日~30日は秋の交通安全運動期間

■問先=交通対策課 推進係  
☎3880-5912

### やめよう、自転車の危険運転・

ルールを無視した危険な運転は、死亡・重傷事故につながります。交通ルールを守り、安全運転を心がけましょう。

1月~7月の交通事故件数(区内) 986件  
うち、自転車事故538件(前同期比41件減)

54.6%は自転車  
が関わる事故!

### 夕方以降は反射材などの活用を・

徐々に日が短くなるこれからの時期、夕暮れどきの事故を防ぐには、白色や黄色等明るい色の服装や反射材などを活用し、車両の運転者に自分の存在を早めに気づかせることが大切です。

### 自転車用ヘルメットの着用は努力義務・

自転車死亡事故者の64.9%は頭部に致命傷を負っています。大切な命を守るためにヘルメットを正しく着用しましょう。

◆3,000円以上の新品ヘルメット\*を2,000円引きで購入できます  
(8年3月31日まで)

■対象=区内在住の方 ■持ち物=本人確認書類(運転免許証や健康保険証など、住所が確認できるもの) ※値引きは1人につき1回限り。予算額に達したなどの理由により、事業を終了する場合があります。対象店舗など、くわしくは区のホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

★…SGマークなどの安全基準を満たしたもの



◆対象店舗など、くわしくはコチラ

### ! ペダル付き電動バイク(通称モペット)は、原付バイクです!

電動アシスト自転車と間違われやすいペダル付き電動バイク。モーターを停止させた状態で、自転車のようにペダルをこいで走行する場合も原付バイクの運転と同じ取り扱いです。これからペダル付き電動バイクを利用する場合は、下記のことご留意ください。

#### ①ペダル付き電動バイクとは

ペダルおよびモーターを備える車両のうち、

- スロットルの装備があり、モーターのみで走行できるもの
- 駆動補助機付自転車(電動アシスト自転車)のアシスト比率の基準を超えるもの

#### ②交通ルールは、原付バイクや自動車と同じ!

ペダル付き電動バイクは道路交通法により、一般原動機付自転車(原付バイク)や自動車と同じ交通ルールが適用されます。※モーターを停止して走行させた場合でも同様

#### (適用ルールの例)

運転免許証の携帯／歩道走行禁止／乗車用ヘルメット着用／ブレーキランプ、ワインカー、バックミラー等の保安基準を満たす装備／ナンバープレートの取り付け・表示／自動車損害賠償責任保険への加入など

#### ③令和5年中のペダル付き電動バイクが絡む事故・違反件数(都内)

人身事故: 24件／交通違反: 56件

【違反の内訳】無免許運転 5件／ワインカーやミラー等の整備不良 9件／歩道走行等の通行区分違反 8件など



## みどりの学び場 「気軽に楽しむガーデニング (球根植物編)」

■日時=11月12日(火)、午後1時～4時 ■場所=区役所・12階 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=春に開花する球根植物の種類や特徴、ほかの植物との組み合わせ方などを学ぶ／区役所・北館前に設置されたプランターへの植え付け作業体験 ※秋植え球根のお土産付き ■定員=30人程度(抽選) ■費用=200円(材料費) ■申込=区の

ホームページからオンライン申請／住所、区外在住の方は勤務先または通学先と所在地、氏名(フリガナ)、電話番号、講座で知りたいこと、「球根植物編」を記入し区へ往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1人1回のみ申し込み可 ■期限=10月4日(金)必着 ■申・問先=パークイノベーション推進課 みどり事業係 ☎3880-5919

### 初心者OK 陶芸体験教室

■日時=10月12日(土)、午前10時～11時30分／午後1時～2時30分 ■



## 東京未来大学の催し

### ◆ベビーマッサージと0歳からのEnglish

■日時=10月9日(水)、午前11時～正午 ■対象=3ヶ月～1歳10ヶ月程度の子どもと保護者 ■内容=自宅でも継続できるようにするために、専門家によるベビーマッサージと、英語教員による0歳から楽しめる英語遊びを大学生のサポートのもとで学ぶ ■定員=12組(抽選) ※1組3人まで ■申込=ホームページからオンライン申請 ■申込期間=9月11日～25日 ■場・申・問先=東京未来大学 堀切キャンパス(平日、午前10時～午後4時) 千住曙町34-12 ☎5813-2525



## 第3回 区議会定例会

■日時等=表1 ※本会議・委員会の傍聴は、区議会事務局(区役所・6階)で受け付け。開会予定の1時間前から整理券を発行し、定員を超えた場合は30分前に抽選。手話通訳・ヒアリングループ(難聴用磁気ループ)の利用を希望する場合は、期限の午後5時までに申し込み ■期限=▶手話通訳…傍聴する会議の7日前 ▶ヒアリングループ…傍聴する会議の前日 ※いずれも期限当日が閉庁日の場合は、直前の開庁日

日時など、予告なく変更する場合がありますので、くわしくはホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

■申・問先=区議会事務局 議事係

☎3880-5797 ☎3880-5617



表1 第3回 区議会定例会 日時等

日時	会議名
9/12(木)	午前10時 全員協議会
9/19(木)	議会運営委員会
9/20(金)	
9/24(火)	午後1時 本会議★◆
9/25(水)	
9/26(木)	午後1時30分 総務委員会
9/27(金)	午前10時 区民委員会
9/30(月)	午後1時 議会運営委員会
10/2(火)	午前9時30分／午後1時 本会議◆
10/3(木)	
10/4(金)	
10/8(火)	午前10時／午後1時 決算特別委員会◆
10/9(水)	
10/10(木)	
10/11(金)	午前10時 産業環境委員会
	午後1時30分 厚生委員会
10/15(火)	午前10時 建設委員会
	午後1時30分 文教委員会
10/16(水)	午前10時 総合交通対策調査特別委員会
	午後1時30分 子ども・子育て支援対策調査特別委員会
10/17(木)	午前10時 災害・オウム対策調査特別委員会
	午後1時30分 エリアデザイン調査特別委員会
10/18(金)	午前10時 議会運営委員会
10/21(月)	午後1時 本会議★◆

★…J:COMチャンネル足立(地上111ch)で生中継を予定しています。

◆…本会議、決算特別委員会の様子をYouTubeで視聴できます。

足立区議会のYouTubeチャンネルはコチラ▶



場所=都市農業公園 ■対象=区内在住・在勤・在学で小学生以上の方

■内容=手びねりなどで自由作品を1人1点作る ※作品の引き渡しは12月中旬以降 ■定員=各12人(抽選) ■費用=500円(材料費) ■申込=区のホームページからオンライン申請／全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、希望時間、「10月12日陶芸体験教室」を記入し往復ハガキで送付 ※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=9月20日(金)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

### ノルディックウォーキング教室(3日制)

■日程等=表2 ■時間=午前10時～11時30分 ■内容=2本のポールを使うことで全身の筋肉を刺激し、運動効果をより増強させるノルディックウォーキングで、区内を中心としたコースを巡る ※初心者可。ポー

表2 ノルディックウォーキング教室 日程等

コース	日程(雨天の場合の予備日)
舍人公園コース	10/24(木)、11/14(木)・28(木) (10/31(木)・11/21(木)、12/5(木))
虹の広場(荒川河川敷)コース	10/30(木)、11/20(木)・12/4(木) (11/6(木)・27(木)、12/11(木))

## 9月1日オープン 上沼田東公園が 生まれ変わりました！

旧上沼田小学校  
跡地を活用！



▲旧上沼田小学校にあつた鉛筆門も塗り直してピカピカに！

改修工事のため閉園していた上沼田東公園が、ついにリニューアルオープン！新しくなった公園の魅力の一部をご紹介します。ぜひ、ご利用ください！※野球場・フットサルコート・テニスコートの利用には申し込みが必要。くわしくは区のホームページをご覧ください。

■問先=公園整備係

### ポイント1 人工芝を使った野球場

### ポイント2 フットサルコート(2面)を新設 ※野球場内

野球場とフットサルコート▶

### ポイント3 インクルーシブ遊具を設置

障がいのある子もない子もみんなで遊べる！



▲車いすに乗ったままでも楽しめる複合遊具



1年中快適にスポーツが楽しめる人工芝



1年中快適にスポーツが楽しめる人工芝



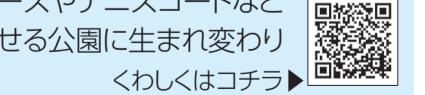
1年中快適にスポーツが楽しめる人工芝



1年中快適にスポーツが楽しめる人工芝



1年中快適にスポーツが楽しめる人工芝



1年中快適にスポーツが楽しめる人工芝

このほかにも、ウォーキングコースやテニスコートなど  
が整備され、健康的で楽しく過ごせる公園に生まれ変わり  
ました！

くわしくはコチラ▶



## あだちの遊び場

### ハーブ摘み取り＆ハーブティー タイム(都市農業公園)

■日時=9月21日(土)、午前11時～正午 ■対象=小学生以上の方  
※小学1～3年生は保護者の参加が必要 ■内容=園内でハーブを摘み取り、育て方や活用方法の話を聞きながら、ハーブティーを楽しむ  
※お土産あり。雨天時は内容を一部変更 ■定員=6組(1組3人まで)  
先着順 ■費用=1,000円(材料費)

など) ■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



▲色とりどりの季節のハーブを楽しもう

## ☆あだち☆ エンタ×☆インフル

### 小松亮太デビュー25周年・シアター1010 20周年記念 小松亮太プレミアライヴ with クミコ 蛇腹楽器の祭典 「旅する音楽 アルゼンチンタンゴ・シャンソンの世界」

■日時=10月5日(土)、午後4時～6時予定／6日(日)、午後2時～4時予定  
※各30分前開場 ■場所=シアター1010・11階劇場 ■内容=ゲストにシャンソン歌手のクミコを迎えた2年ぶりの2DAYS公演 ■定員=各701人(先着順) ■費用=6,500円 ※区内在住・在勤・在学の方は6,250円。フレンズ会員の方は6,000円。就学前の子どもも入場不可。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

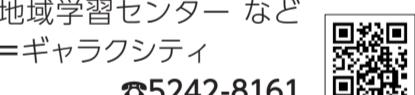


### 歓喜の演ボリューム Vol.23《合唱》

■日時=12月7日(土)、午後3時～4時50分 ※2時30分開場 ■場所=西新井文化ホール ■内容=近藤直子氏(指揮)、歓喜の演合唱団(区民公募)、東京シンフォニックアンサンブル(管弦楽)、吉田朋加氏(ソプラノ)、中野由弥氏(アルト)、荒木俊雅氏(テノール)、金沢平氏(バス)によるベートーベン作曲「ハ長調ミサ曲」と、大中清子氏(ソプラノ)を迎えた大中恩氏作曲「五色桜」の演奏 ■定員=450人(9月19日から先着順) ■費用=3,000円 ※高校生以下の方は1,500円。就学前の子どもも入場不可。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 ■問先=ギャラクシティ ☎5242-8161



※通学定期券は通勤定期券の2割引き。障がい者割引あり



### 運動の基礎を育てるちびっこ 体操(6日制)(ギャラクシティ)

■日時=9月19日、10月3日・10日・17日・31日、11月7日、午後4時15分～5時 ※いずれも木曜日 ■対象=3歳～6歳の就学前の子ども ■内容=フラフープやボールを使って楽しく運動する ■定員=10人(先着順) ■費用=3,000円 ■申込=電話／窓口 ■場・申・問先=ギャラクシティ ☎5242-8161



▲みんなで楽しく運動しよう！

10/14(祝)  
スポーツの日

開催

きっと見つかるあなたのスポーツ。

SPORTS CARNIVAL  
2024 参加無料

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



くわしく  
はこちら

サッカー、野球、バスケットボールなど50種類以上の中から様々なスポーツを体験して、好きなスポーツを見つけよう！

区内13施設で開催し、総合スポーツセンター会場ではキッチンカーが出店します。

注目企画 1

元WBC\*代表選手 秋吉亮氏による  
「親子キャッチボール教室」

★…野球の世界大会

足立区出身の元プロ野球選手 秋吉亮氏から、世界で通じる投法を学ぶことができる教室です！

■時間=午後1時～1時30分／1時45分～2時15分／2時30分～3時(一部事前予約制) ■場所=総合スポーツセンター ■対象=小学生と保護者 ■持ち物=グローブ(持っている方)／動きやすい服装(雨天時は上履き) ■定員=各10組(9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 ■申先=(公財)足立区スポーツ協会 ☎3880-5916



注目企画 2 健康体力測定(足立区スポーツ推進委員会)

総合スポーツセンターをはじめ、お近くの地域体育館など11カ所で体力測定を実施します。この機会に自分の体力を知り、健康増進に役立てましょう！

■場所=総合スポーツセンター／各地域体育館など ■持ち物=動きやすい服装／上履き ■申込=不要 ※当日直接会場へ。時間は会場により異なります。くわしくは区のホームページをご覧ください。

問先  
(区)交通計画係  
☎3880-5718



## 10月1日(火)から コミュニティバス「はるかぜ」の運賃などを変更します

周辺のバス路線と同一の運賃とするため、はるかぜ7路線の運賃を改定します。

ただし通勤・通学などの日常利用者への影響を最小限とするため、定期券の価格は変更しません。

### ◆運賃の改定に伴いIC定期券・モバイルPASMOの定期券の払い戻しが必要です

運賃の改定に伴い、日立自動車交通(株)が運行するはるかぜ3路線の10月1日以降も有効なIC定期券・モバイルPASMOの定期券をご利用の方は、金額は変更ありませんが、一度払い戻していただき、購入し直す必要があります。くわしくはバス事業者へお問い合わせください。 ■対象路線=「はるかぜ」1号(西新井・綾瀬線)／9号(青井・亀有線)／12号(西新井・亀有線) ■問先=日立自動車交通(株) ☎5682-1122

### ◆すべての路線で交通系ICカードの利用が可能になります

(株)新日本観光自動車が運行する「はるかぜ」4路線が交通系ICカードに対応し、すべての路線で交通系ICカードの利用が可能となります。この変更に伴い、回数券の販売は9月30日で終了します。くわしくはバス事業者へお問い合わせください。 ■問先=(株)新日本観光自動車 ☎5691-3783

路線名	改定前				改定後				問先	
	運賃		通勤定期券		運賃		通勤定期券			
	大人	小人	1ヶ月	3ヶ月	大人	小人	1ヶ月	3ヶ月		
1号(西新井・綾瀬線)／9号(青井・亀有線)／12号(西新井・亀有線)	210円	110円	9,230円	2万6,300円	230円	120円	9,230円 (変更なし)	2万6,300円 (変更なし)	日立自動車交通(株) ☎5682-1122	
			9,450円	2万6,930円			9,450円 (変更なし)	2万6,930円 (変更なし)		

※通学定期券は通勤定期券の2割引き。障がい者割引あり

広 告

介護のことならゆいま～る

介護職員大募集。やさしく明るい人求む。 (3881) 5070 担当:鈴木  
本社:足立区千住仲町16-4 本木北町・堀切7丁目・椿2丁目 (系列法人もやい)

## 泥んこバス掘り体験 (桑袋ビオトープ公園)

■日時=10月13日(日)・14日(祝)、午後2時~3時30分 ※いずれか1日 ■対象=4歳以上の方 ※小学2年生以下の方は保護者の参加が必要 ■内容=バス田に入り、泥の中からバスのレンコン(非食用)を掘り出す ※レンコンの持ち帰り不可 ■定員=各30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・ファックス番号、希望日(第2希望まで)、「泥んこバス掘り体験」を記入しファックス・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=9月25日(水)必着 ■場・申・問先=桑袋ビオトープ公園 〒121-0061 花畠8-2-2

■3884-1021 FAX3884-1041

### 家族でつり教室(元渕江公園)

■日時=10月6日(日)、午後1時~4時 ※荒天中止 ■場所=元渕江公園 ■対象=小・中学生と保護者 ■内容=初心者に向けた釣り教室 ■定員=20人(抽選) ■費用=500円(エサ・仕掛け代) ※竿は別途2,000円で購入可。貸し出しが無料 ■申込=電話/ホームページか

## パソコン講座(10月分)



■日程等=表1 ■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(9月11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になるか、お問い合わせください。 ■申・問先=ランディック(株) IT事業部(区協働事業者) ■6802-7829

表1 パソコン講座(10月分) 日程等

	コース名	日程	時間	費用 (テキスト代など)
1	Excel基本1日コース	5(土)		各 11,880円
2	Word基本1日コース	6(日)		14,300円
3	Excel中級1日コース	12(土)		11,880円
4	PowerPoint基本1日コース	13(日)		各 14,300円
5	ゼロから始めるExcelマクロ・VBA 1日コース	14(祝)		13,640円
6	Excel関数1日コース	19(土)		
7	PowerPointステップアップ 1日コース	20(日)		
8	Access基本1日コース	26(土)		
9	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れる小学1~3年生と保護者	27(日)	午前10時~正午	2,068円
10	リモート遠隔操作設定(Zoom編) 午後1日コース		午後1時~4時	8,800円

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

「足立区民まつり」で  
第18回「健診プラザ」を開催します!

## 血糖チャレンジ!

開催日時: 10月13日(日) 10:00~15:30  
開催場所: 荒川河川敷「虹の広場」  
参加無料

◆もれなく粗品を進呈します!  
◆ゾロ目賞(エマージェンシーキット)、ラッキー賞(5000円相当の賞品)もありますので、奮ってご参加ください!  
◆年齢制限はありません(※同行する保護者の同意が得られれば、未成年の測定も可能です)。

メタボ先生

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)

恒社葬 お盆葬  
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

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

はい、こうこうしゃ

他所で火葬されたお骨もご供養・お預かりいたします  
様式 慈惠院  
ペットの  
納骨 供養 一任火葬  
ペット供養100年の歴史  
宗教法人 慈惠院 足立別院  
電話受付 8:00~20:00 ナム クヨーニヤンワン  
年中無休  
0120-76-9421  
東京都足立区加平1-14-3 慈惠院 検索  
東京メトロ 北綾瀬駅より徒歩5分  
QRコード

住まいの地震対策は万全ですか?

残り1年半(令和8年3月まで)

# 耐震助成を大幅拡充中!

令和4年に東京都が公表した「首都直下地震等による東京の被害想定」で、足立区の「全壊棟数(1万1,952棟)」が23区最多になると試算されており、建物の耐震化は大きな課題です。必ず起こる大地震。今できることから対策を! ※助成を受けるには事前申請が必要です。要件や対象などが複雑なため、くわしくはお問い合わせください。

※助成額の「●」は、すべていずれか低い額が上限額。消費税は対象外

申・問先 耐震化推進第一係・第二係

☎ 3880-5317

くわしくはコチラ▶



## 1 耐震診断助成

区登録診断士が家の耐震性能を診断

対象 **拡大** 平成12年5月31日までに建築された木造2階建て以下の戸建て住宅 ※共同住宅はお問い合わせください。

助成額 ●対象診断費 ●最大30万円/棟 **20万円UP!**

耐震強度不足と診断された場合は

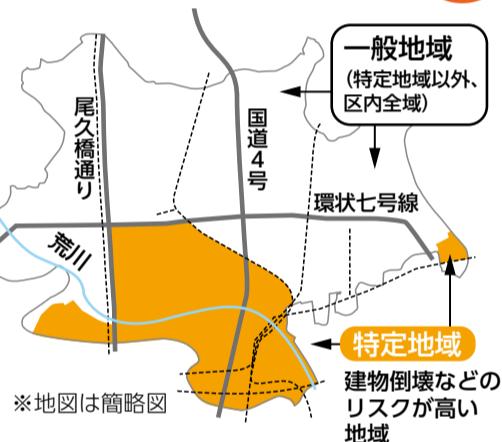
## 2 耐震改修助成・木造解体助成

特定地域 **助成額** ●対象工事費の9割 ●最大200万円 **80万円UP!**

一般地域 **助成額** ●対象工事費の9割 ●最大150万円 **70万円UP!**



▲令和6年 能登半島地震で全壊した家屋



※地図は簡略図

## 3 ブロック塀等カット工事・フェンス設置工事助成

### ブロック塀等カット工事助成

対象 道路に面する高さ1.2m超えのブロック塀などの所有者  
※無料アドバイザーを派遣し、危険と判断された場合に助成

助成額 ●対象工事費 ●単価2万円/m

さらに、フェンスの設置を希望する方は

**1mあたり  
単価2倍、  
上限撤廃**

### フェンス設置工事助成

「ブロック塀等カット工事助成」を利用し、既存のブロック塀(基礎を含む)などをすべて撤去した後のフェンス設置工事費用を助成

助成額 ●対象工事費の4分の3 ●単価3万円/m



## 4 家具転倒・窓ガラス等飛散防止工事助成



たんす・食器棚・本棚などの転倒防止器具の取り付け工事/建物の窓ガラスまたは家具などの窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る工事

対象 自身の居住する住宅に工事を実施する方

※器具類のみの購入で、工事を伴わない場合は不可。区内事業者による取り付け工事が対象

助成額 ●対象工事費 ●最大10万円 **5万円UP!**

これらの助成は  
令和8年3月までに  
工事の完了申請が必要です。  
工事に時間がかかる  
場合もあります。  
対策はお早めに!

おぎそ 小木曾 建築防災課長



## 木造住宅耐震説明会・個別相談会(9月・10月分)

■内容=平成12年5月以前に建築された木造住宅の耐震に関する助成制度の説明/個別相談 ■定員=各10人程度(先着順) ■申込=電話/区のホームページからオンライン申請 ■申・問先=耐震化推進第一係・第二係 ☎ 3880-5317



場所	日程	時間
区役所・4階	9/18(水)、10/17(木)	午前10時~正午
	9/26(木)	午後2時~4時
千住庁舎 (千住仲町19-3)	9/29(日)	午前10時~正午 午後2時~4時

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

## 庭木のお手入れ

HOSHINO GARDEN

見積  
無料  
剪定  
草刈  
消毒  
植栽等

ポイント  
●作業音が小さい! 電動工具のため!  
●見積もりから全て星野が担当します!  
●1本¥3000円(3m未満)



地元足立区で開業しました  
地域密着の植木屋として活動しています  
お気軽にご相談ください!

070-1557-3245

星野ガーデン 住所: 足立区伊興2-2-3  
受付時間: 8:00~18:00

くらしにピタッと寄り添う畳をご提案します♪

## 畳替えで リフレッシュしませんか?

襖・障子・網戸・カーテン・  
包丁研ぎもお任せください!  
ペットがいるご家庭に嬉しい  
防水畳も取り扱っています♪

あだち広報をご覧の方  
畳替えのお客様に  
防虫シート▶無料サービス

(1畳/¥1,100相当)  
※2024年9月30日までにお電話ください

見積無料! まずはお気軽にお電話ください  
☎ 03-3605-6285

小川畳店 東京都足立区東和3-6-7  
営業時間/9:00~18:00  
定休日/日曜・祝日(要相談)  
足立区内共通商品券  
クレジットカード  
PayPay 使えます!

ライフプランのご相談は  
お近くのあだちせいわへ



地域応援! "おせっかい宣言"  
足立成和信用金庫  
<https://www.adachiseiwa.co.jp/>

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