

2024年(令和6年)  
11月25日 第1941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

## 光の祭典

ADACHI Christmas Illuminations 2024

11月30日(土)~12月25日(水)

竹ノ塚駅東口・竹の塚けやき大通りは7年1月13日(祝)まで

元淵江公園 午後5時~9時  
竹ノ塚駅東口・竹の塚けやき大通りは10時まで

**点灯式**

元淵江公園で、  
ライトアップの瞬間をご一緒に

11月30日(土)、  
午後4時30分開始

**キラキラ☆マーケット**

友好自治体や地域の方が出店し、  
食べ物などを販売

11月30日(土)、12月1日(日)、  
午前11時~午後8時

**ほっとカフェテリア**

あたたかいテントとケータリングカー

12月7日~22日の土・日曜日/  
12月24日(火)・25日(水)、  
午後5時~8時30分

写真(8本ツリー)：HKID氏(あだち街フォトコンテスト応募作品) ■問先=お問い合わせコールあだち(毎日、午前8時~午後8時 ※11月30日~12月25日は9時まで) ☎3880-0039

土・日曜日のみ

### 生物園 夜間特別開園 in 光の祭典

■日程=11月30日~12月22日の土・日曜日 ■時間=午後5時~9時  
※最終入園は8時30分。小学生以下の方は保護者同伴。入園料が必要 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=生物園 ☎3884-5577

※写真はイメージ

### 冬のホタル観賞会

室内の「ホタル見BOX」の中に放たれたヘイケボタルの幻想的な光を観賞しよう! ■時間=午後6時~9時 ※20分ごとに9回実施。就学前の子どもは保護者同伴。生体の状況により中止になる場合あり ■定員=各40人(先着順)

### チョウの蛹ツリー展示

オオゴマダラなどの生きた蛹をオーナメントのようにしてツリー形式で展示。宝石のように輝くチョウの蛹たちを観賞できます!

郵送申し込み記入例

区 切手 〒120-8510
足立区役所
〇〇課
〇〇係
(〇〇は申し込み課・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。

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

イライラしない子育て講座 (実践編・6日制)

日時=7年1月11日~3月15日の隔週土曜日、午前10時~正午
場所=こども支援センターげんき
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、ロールプレイなどを通して学び、実践につなげる
定員=10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=12月10日(火)
申・問先

こども家庭相談課 相談管理係
☎3852-2863

児童手当の12月期(10月・11月分)は12月3日(火)以降に振り込み

今回は、児童手当法改正後初めての支給です。11月26日(火)に受給者へ支払通知書を発送。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を開始します。支給金額に疑義などがある場合は、通帳に記帳のうえ、お問い合わせください。
※振り込みは金融機関により数日遅れる場合があります。法改正に伴い、新たに受給対象となる方は申請が必要です。申請方法など、くわしくは区のホームページをご覧ください。
問先=児童手当係 ☎3880-6492

健康・衛生

40歳前の健康づくり健診 (無料・2日制)

日程等=表2
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7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
問先=健診事業係 ☎3880-5121

7時~8時
内容=整体師から代術アップと疲れにくい体づくりに役立つ、誰でもできるストレッチを教わる
休日のデトックスヨガ教室
日時=12月14日(土)・21日(土)、午前10時30分~正午
内容=いつでも若く、美しくいるためのデトックスヨガを教わる
—いずれも—
対象=18歳以上の方
定員=各12人(11月26日から先着順)
費用=各500円
申込=電話/窓口
場・申・問先=勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ☎3838-3581

福祉・高齢医療

生活支援サポーター養成研修 (2日制)

日時=7年1月23日(木)・30日(木)、午前9時45分~午後5時
場所=エル・ソフィア
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=20人(11月26日から先着順)
※保育あり(12月23日までに要予約、6カ月~就学前の子ども、先着10人程度)
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

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年1月~3月分)

日程等=表1
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、講座名を記入し往復ハガキで送付
※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。同一講座に

は1人1回のみ申し込み可
期限=12月6日(金)消印有効
申・問先=(区)こども家庭相談課 相談管理係 〒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1 風の子カルチャー(7年1月~3月分) 日程等

Table with 6 columns: 場所, 講座名, 曜日, 日程, 時間, 費用. Rows include リトミック, ベビーマッサージ, こそだて英語, ピラティス, 親子体操, ヨガエクサ, 編みましよう! 藤クラフト, フラワーアレンジメント.

★1...首と腰の据わった子どもが対象
★2...子育てをするなかでよく使う英単語などを学ぶ
★3...1歳以上のひとり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(綾瀬プルミエ内)。時間の「午前」は10時30分~正午、「午後」は1時15分~2時45分

講演会「こころを健康に保つストレスケア」

日時=12月13日(金)、午後2時~4時
対象=区内在住の方
内容=公認心理師の田中剛氏による、こころを健康に保つためのセルフケアのコツを学ぶ講演会
定員=30人(11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
場・申・問先=江北保健センター地域保健係 ☎3896-4004

勤労福祉会館の講座

整体師に教わる 疲れにくい体をつくるやさしい体幹・骨盤ストレッチ教室
日時=12月11日(水)・25日(水)、午後

表2 40歳前の健康づくり健診 日程等

Table with 5 columns: 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(11/26から先着順), 申込期限. Row: 東部, 7年1/20(月), 7年3/11(火), 各35人, 12/23(月)

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義援金

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=日赤令和6年能登半島地震災害義援金
受付期限=7年12月26日(金)
※受付期限が1年間延長になりました。
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▶

放射線量の調査 (雨天時を除く、平日)

Table with 12 columns: 日付(10/31~11/15), 10/31, 11/1, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 15. Row: 測定値(マイクロシーベルト/時) 0.05, 0.05, 0.05, 0.06, 0.05, 0.06, —, 0.05, 0.06, 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



### 介護予防 プールで元気に「はつらつ教室」(8日制)

■日程等=表3 ■時間=午後1時～2時30分 ■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=水中ウォーキングなど ■申込=申込書を郵送・持参 ※申込書は開催場所で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■問先=(区)介護予防・生活支援係 ☎3880-5642

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/ビジネスプランの作成・プレゼンテーション/グループ相談会 など ■定員=25人(11月27日から先着順) ■費用=8,000円(教材費など) ■申込=ホームページからオンライン申請 ■期限=12月20日(金) ■申先=エキスパート・リンク(株)(区委託事業者) ☎https://ex-link.co.jp/ ■問先=(区)創業支援係 ☎3880-5495

18歳以上の方 ■内容=年2回以上開催される会議に出席し、区が掲げる協働・協創の理念のもと、良好な景観づくりに関する事項を調査・審議 ■任期=7年4月1日～10年3月31日 ■募集人数=3人 ■選考=>1次…書類 >2次…面接 ■申込=申込書類、論文「あだちの魅力ある景観をまちづくりに活かすには」(800

字程度、様式自由)を区へ簡易書留で郵送・持参 ※申込書類は返却不可。申込書類は都市建設課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■期限=7年1月10日(金)必着 ■申・問先=都市建設課 景観計画係 ☎3880-5738

4面に続きます

### 仕事・産業

独立・起業セミナー「実践編」(8日制)  
 ■日時=7年1月11日～2月15日、午前10時～午後5時/2月22日・3月1日、午後1時～5時 ※いずれ

公募・ボランティア  
 景観審議会 公募委員  
 ■対象=区内在住・在勤・在学で

表3 はつらつ教室(プール)(8日制) 日程等

場・申・問先	日程等	定員(選考)
スイムスポーツセンター(うきうき館) 〒121-0812西保木間4-10-1 ☎3850-1133	7年1/17～3/7の毎週金曜日 ■申込期間=11/26～7年1/6必着	各20人
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	7年1/8～2/26の毎週水曜日 ■申込期間=11/26～12/10必着	

### 休日接骨院当番所(12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
1(日)	こはた接骨院(西新井本町1-10-9)	3856-2730
	田口接骨院(東和4-9-8)	5682-2682
8(日)	かわはた整骨院(六月1-16-8 トモエビル1F)	3850-1125
	五反野名倉岡村接骨院(足立4-40-3)	3849-6655
15(日)	大高接骨院(一ツ家3-27-13 新宅コーポ104)	3884-9856
	くまひげ整骨院(竹の塚1-32-1-102)	3860-6376
22(日)	木村接骨院(本木北町3-7)	3854-1084
	松原接骨院(花畑4-14-12)	3885-5338
29(日)	金内接骨院(六木1-1-13)	3629-8571
	三豊接骨院(西新井栄町2-5-12)	3880-6886
30(月)	澤田接骨院(梅島1-10-6)	3852-3395
	千住原島接骨院(千住3-25-49)	3888-0144
31(火)	大澤接骨院(江北4-12-5)	3854-2278
	おさかべ接骨院(西綾瀬2-21-2)	3880-4880

■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

## 7年度 障がい者施設 新規利用者募集

■申込期間=11月25日～12月6日 ■定員=いずれも若干名(選考) ■問先=障がい援護課 各援護係(表7)

新規入所者募集	施設名等	対象	内容	入所時期
新規入所者募集	竹の塚あかしの杜さずな(竹の塚7-19-11)	18歳以上で医療的ケアが不要な身体障がいのある男性	施設で生活しながら生活介護を受ける	7年1月以降
	希望の苑(竹の塚7-19-9)	18歳以上で知的障がいのある方	施設で生活しながら自立訓練を受ける	7年4月以降

### 新規通所者募集 ■通所時期=7年4月以降 ■募集施設等=表4～6

表4 生活介護事業実施施設(創作・生産活動を行う) ※50歳以上の方は障がい支援区分2以上が対象

施設名等	対象
足立あかしあ園(青井4-30-5) ☎3849-1188	身体障がい 障害支援区分3以上の方
綾瀬あかしあ園(綾瀬7-2-5) ☎5682-7272	
江北ひまわり園(江北1-26-22) ☎5809-5815	
竹の塚あかしの杜のぞみ(竹の塚7-19-11) ☎5654-7731	
舎人あかしあ園(古千谷本町2-25-11) ☎3854-1741	
花畑あかしあ園(花畑3-16-4) ☎5856-6878	
綾瀬なないろ園(綾瀬7-14-12) ☎5682-0730	
希望の苑(竹の塚7-19-9) ☎5831-1801	
江北ひまわり園(江北1-26-22) ☎5809-5815	
障がい福祉センターあしすと生活体験室(梅島3-31-19) ☎5681-0131	
神明福祉園(神明南2-6-18) ☎5682-5370	知的障がい 障害支援区分3以上の方 ※あしすとは身体障がいとの重複含む
竹の塚福祉園(竹の塚7-19-7) ☎5831-1741	
たすかるステーション竹の塚(島根4-21-20) ☎5851-8539	
東光(鹿浜4-25-29) ☎5647-1131	
谷在家福祉園(谷在家3-13-1) ☎3853-0632	
陽光(東伊興1-6-12) ☎5856-9012	
葦の会作業所(東伊興1-14-7) ☎3857-8839	
綾瀬ひまわり園(綾瀬7-2-7) ☎3629-3231	
梅田ひまわり工房(梅田5-27-11) ☎3880-3745	
希望の苑(竹の塚7-19-9) ☎5831-1801	
江北ひまわり園(江北1-26-22) ☎5809-5815	知的障がい 障害支援区分3以上の方
江北ひまわり作業所(江北6-16-2-101) ☎3897-8948	
神明福祉作業所(神明南2-6-18) ☎5682-5370	
千住ひまわり作業所(千住仲町24-2) ☎5813-7211	
竹の塚ひまわり園(竹の塚7-19-7) ☎5831-1721	
たすかるステーション竹の塚(島根4-21-20) ☎5851-8539	
東光(鹿浜4-25-29) ☎5647-1131	
西新井ひまわり工房(西新井2-11-4) ☎3856-7510	
西伊興ひまわり園(西伊興2-1-8) ☎3857-9214	
東六月町ひまわり作業所(東六月町5-20) ☎3884-7109	
谷在家福祉作業所(谷在家3-13-1) ☎3853-0632	

表5 就労移行支援事業実施施設(就労に向けて必要な訓練を行う。最長2年の期限あり)

施設名等	対象
あいのわしごとセンター(谷中5-13-8) ☎3620-6820	身体・知的障がいのある方
WEL'S ARK(舎人4-9-13) ☎5837-4495	知的障がいのある方
竹の塚ひまわり園(竹の塚7-19-7) ☎5831-1721	発達・知的障がいのある方
就労支援施設ウィズユー(興野2-18-12) ☎5837-4830	

※特別支援学校の卒業予定者が対象

表6 自立訓練(生活訓練)事業実施施設(個別の援助プログラムによる生活訓練を行う。最長2年の期限あり)

施設名等	対象
就労支援施設ウィズユー(興野2-18-12) ☎5837-4830	発達・知的障がいのある方

※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(表7)。

表7 障がい援護課 各援護係一覧

問先	電話・ファクス番号
西部	☎3897-5034 FAX3856-7229
千住	☎3888-3146 FAX3888-5344
中部第一	☎3880-5881 FAX3880-5754
中部第二	☎3880-5882 FAX3880-5754
東部	☎3605-7520 FAX5697-6560
北部	☎5831-5799 FAX3860-5077



3面からの続きです

## 公募・ボランティア

### 第25期 緑の協力員

■対象=次のすべてに当てはまる方  
…20歳以上/区内に1年以上在住  
/国・地方公共団体の職員でない  
/公職選挙法による公職・議会の  
同意などを必要とする職に就いて  
いない/平日日中の活動に参加でき  
る ■内容=緑について学び、花や緑

を広める(区の緑化施策への協力/  
緑の普及イベントの運営/連絡会  
議への出席 など) ■任期=7年4月  
1日~9年3月31日 ■募集人数=25  
人(選考) ■期限=7年1月31日(金)  
※申し込みには説明会への参加が  
必要。参加できない場合は、お問  
い合わせください。

#### ◆緑の協力員 説明会

■日時=12月16日(月)、午前10時  
~11時30分 ■場所=ギャラクシ  
ティ ■期限=12月9日(月)

—いずれも—

■申込=区のホームページからオン

ライン申請 ■申・問先=みどり事業  
係 ☎3880-5919

## 暮らし・まちづくり

### 空き家無料相談会 (6年12月・7年1月分)

■日程等=表1 ※1組30分程度 ■  
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  
4組(11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)、  
電話番号、希望日時、「空き家無料  
相談会」を記入しファクス ■申・問先  
=建築紛争・空き家担当  
☎3880-5737 FAX3880-5615

### 公園・児童遊園の自主管理 団体(清掃活動)募集

■内容=区と協定を締結し、おおむ  
ね週1回以上の定期清掃・日常の  
ごみ拾い・落ち葉収集・施設点検

などを行う ※1団体4人以上を推  
奨。謝礼あり。金額や申し込み方  
法など、くわしくはお問い合わせく  
ださい。 ■問先=西部工務係  
☎3880-5918

### 東京23区 職員採用試験 合同説明会

■日時=7年1月12日(日)、午前10時  
~午後4時 ■場所=立教大学 池袋  
キャンパス(豊島区西池袋3-34-1)  
■対象=特別区(東京23区)職員採  
用試験・選考受験希望者 ※受験  
資格など、くわしくはホームペー  
ジをご覧ください。 ■内容=各区・組  
合の紹介/技術・専門職の個別質  
問会/各区コラボブース など ■申  
込=ホームページからオンライン申  
請 ■申込期間=12月4日~18日 ■  
申・問先=特別区人事委員会事務  
局 任用課 採用係 ☎5210-9787  
URL<https://www.union.tokyo23city.lg.jp/jinji/jinjiinkaitop/>  
■問先=(区)人事部  
☎3880-5831

### 事業者向け

給与支払報告書の提出期限は7年1月31日(金)



電子データで提出できる「eLTAX」をご利用ください!

■対象=7年1月1日または退職日時点で区内に住民登録がある従業員  
に、6年中に給与を支払った事業者 ※期限直前の集中を避けるため、  
早めの提出をお願いします。提出期限に遅れた場合は、当初の税額  
通知書に反映できない場合があります。

#### ◆給与支払報告書の提出はeLTAXが便利です

eLTAXは、給与支払報告書や各種届出書について、パソコンから簡  
単に手続きできるシステムです。給与支払報告書を複数の自治体に一  
括送信できるため、提出の手間や送料など経費の削減につながります。  
なお、前々年に税務署へ給与所得の源泉徴収票を100枚以上提出した  
事業者は、eLTAXなどによる電子的な報告が義務付けられています。

### 6年5月から 特別徴収税額通知書が電子正本化されました

#### ◆特別徴収税額決定(変更)通知の受け取り方法

制度改正により、特別徴収税額決定(変更)通知書を、書面に代えて  
電子データで受け取れるようになりました。給与支払報告書をeLTAX  
で提出する際に、事業者用、従業員用、それぞれの通知の受け取り  
方法を選択できます。 ※副本電子データの提供は終了しました。電  
子データを選択した事業者は、書面の受け取りはできません

問先 ☎eLTAX…地方税共同機構ヘルプデスク ☎0570-081459

☎給与支払報告書の提出・電子正本化…(区)課税第一係~第三係  
☎3880-5418/3880-5231・2

表1 空き家無料相談会(6年12月・7年1月分) 日程等

場所	日程	時間
足立成和信用金庫 北千住地域応援相談プラザ(千住2-57)	1/26(日)	午前10時~正午
足立成和信用金庫 西新井地域応援相談プラザ(西新井栄町2-3-15)	12/15(日)	午後4時30分~6時30分
	1/14(火)	
梅田住区センター	1/24(金)	午前10時~正午
興本住区センター	1/17(金)	午前10時~正午
勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)	12/24(火)	午後6時~8時
	1/19(日)	午前10時~正午
区役所・4階	1/29(水)~31(金)	午前10時~正午/ 午後1時~3時
江北地域学習センター	12/8(日)	午前9時30分~11時30分
五反野コミュニティセンター	12/17(火)	午前10時~正午
鹿浜地域学習センター	12/10(火)	午前10時~正午
千住柳町住区センター	1/24(金)	午後5時~7時



## 人材募集コーナー

■雇用開始日=7年4月1日(火) ※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



### ◆学校現場の非常勤職員

職種	勤務内容(例)	勤務条件	報酬(予定)	期限(必着)	申・問先
学校司書*	区立中学校の図書館の管理・運営支援	年間205日・1日6時間	月額 17万5,251円	12/16(月)	教育政策課 教育政策担当 ☎3880-5962
教科指導専門員*	小・中学校の教員に対する授業の改善と充実のための支援や指導・助言	次のいずれかを選択…週4日(月額23万3,464円) /年間140日(月額15万9,979円)/年間100日 (日額1万5,146円) ※いずれも1日7時間30分			学力定着推進課 事業担当 ☎3880-5964
そだち指導員採用候補者 (名簿登載)*	小学3・4年生を中心とした個別学習指導(国 語・算数) ※学校により小学2・5年生の場合あり	年間140日・1日6時間	月額 14万1,806円		教育指導課 教育指導係 ☎3880-5974
学習支援員(エデュケーション・ア シスタント)採用候補者(名簿登載)	小学校の授業や放課後補習などでの学習支 援/学校生活全般に関する個別支援	年間205日・1日7時間	月額 19万3,622円		
中学校生活指導員採用候補者 (名簿登載)	生活指導の補助/校内などの巡回	年間165日・1日6時間	日額 8,763円		
中学校部活動指導員採用候補者 (名簿登載)	部活動における実技指導/大会・練習試合 などの引率	週11~15時間程度 ※月により異なる	時給 1,656円		
副校長補佐採用候補者 (名簿登載)	副校長が携わる調査・報告などの事務/服 務・施設管理	年間192日・1日5時間	時給 1,633円		
スクール・サポート・スタッフ 採用候補者(名簿登載)	学習プリントなどの印刷・配布準備/授業 準備の補助/採点業務の補助	年間1,260時間以内(1日6時間・ 週5日勤務または1日7時間30 分・週4日勤務)	時給 1,173円		

### ◆本庁舎宿直警備員(非常勤)

職種	勤務内容(例)	勤務条件	月額(予定)	期限(必着)	申・問先
本庁舎宿直警備員	区役所本庁舎内外の警備/来庁者・電話 対応	4週間・120時間以内で宿直を 伴う交代制勤務	20万1,600円	12/6(金)	庁舎管理課 本庁舎管理係 ☎3880-5824

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  
☎3880-0039 FAX3880-0041

都市計画案・原案のお知らせ

■内容等=表2 ※都市計画案・原案はいずれも区のホームページでも閲覧可 ■意見書提出先=▷都決定…(都)都市計画課 新宿区西新宿2-8-1 ☎5388-3225

▷区決定…(区)都市建設課 都市計画係 ☎3880-5280

■縦覧場所・問先=▷都決定のみ…(都)都市計画課 新宿区西新宿2-8-1 ☎5388-3225

▷都・区決定…(区)都市建設課 都市計画係 ☎3880-5280

男女参画プラザ・消費者センターの情報資料室(エル・ソフィア内)

■開館日時=月~土曜日、午前9時~午後8時 ※梅田地域学習センター休館日は5時30分閉館。日曜日、祝日、月末、年末年始、特別整理期間(7年2月3日(月)~6日(木))は休館 ■内容=男女共同参画や性の多様性、消費者問題に関する書籍・絵本などの閲覧や貸し出し ※区立図書館の貸出カードが必要。閲覧席あり。区立図書館の図書の予約・受け取り・返却も可 ■貸し出し

上限数=▷図書…全館で20冊(区内在住・在勤・在学の場合。それ以外は10冊) ▷DVD・ビデオ…2本 ■貸し出し期間=14日以内 ■問先=男女参画プラザ ☎3880-5222

あなたの寄附で 子どもの未来を応援しよう

皆さんの寄附で、児童養護施設等退所者や家庭の事情で食の確保が困難な小・中学生、塾に通えない高校生への支援など、様々な取り組みを行うことができます。子どもたちへの支援をお考えの方は、ぜひ「あだち子どもの未来応援基金」にご寄附ください。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=子どもの貧困対策係 ☎3880-5717

※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)

**催し物**

交通安全ポスターコンクール 入選作品の展示

■期間=11月23日~12月1日 ■場

所=アリオ西新井・3階(西新井栄町1-20-1) ■内容=区立小・中学校の児童・生徒が描いた交通安全ポスターの入選作品(64点)を展示 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=交通対策課 推進係 ☎3880-5912

桜花亭「星空観察会」

■日時=12月26日(木)、午後6時30分~7時20分/7時30分~8時20分 ※雨天時は12月27日(金)に延期 ■内容=この時期に見られる星座を調べて、天体望遠鏡で土星や木星を観察したあと、星座観察用双眼鏡で自由に星を見る ■定員=各50人(12月5日、午前9時から先着順) ※中学生以下の方は保護者の参加が必要 ■費用=1,000円 ■申込=電話/窓口/氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電話番号、希望時間、「星空観察会」を記入しファクス ■期限=12月19日(木) ■場・申・問先=桜花亭 ☎3885-9795 ☎3860-0608

「ろくまる」で遊ぼう 親子で参加 防犯かるた作り

■日時=7年1月18日(土)、午前10

時~11時30分 / 午後2時~3時30分 ■場所=六町駅前安全安心ステーション「ろくまる」 ■対象=区内在住・在学の小学1~3年生と保護者 ■内容=防犯について学び、防犯かるたを作る/作ったかるたを使用したかるた大会 ■定員=各6組(抽選) ※1組2人 ■申込=電話/窓口/区のホームページからオンライン申請 ■期限=12月6日(金) ■申・問先=危機管理課 生活安全推進係 ☎3880-5838

足立区 冬花品評展示会

◆展示会 ■期間=12月12日(木)、午後1時~13日(金)、正午 ■内容=区内農家が栽培したポインセチアやコギク、ハボタンなどの展示

◆展示品の販売 ■日時=12月13日(金)、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) —いづれも—

■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

6面に続きます

表2 都市計画案・原案 内容等

	内容	公告日	縦覧・意見書提出期間	意見書提出方法	
都市計画案	都決定	用途地域の変更(江北駅周辺地区)	12/2(月)	12/2~16	※都のホームページ( <a href="https://www.toshiseibi.metro.tokyo.lg.jp/keikaku/shingikai/jouhou_ichiran.htm">https://www.toshiseibi.metro.tokyo.lg.jp/keikaku/shingikai/jouhou_ichiran.htm</a> )をご覧ください。
	区決定	竹ノ塚駅中央地区地区計画の変更/都市計画公園の変更(竹の塚第五公園の変更・竹の塚五丁目公園の指定)/生産緑地地区の変更	11/25(月)	11/25~12/9必着	区のホームページからオンライン申請/住所、氏名(法人・団体の場合は法人・団体名・代表者の肩書き・氏名)、電話番号またはEメールアドレス、都市計画案名、意見内容とその住所を記入し区へ郵送・持参・ファクス
		江北駅周辺地区地区計画の変更/高度地区の変更/防火地域および準防火地域の変更	12/2(月)	12/2~16必着	
都市計画原案	都決定	千住大川端地区地区計画の変更	12/5(木)	■縦覧期間=12/6~19 ■意見書提出期間=12/6~26	※都のホームページ( <a href="https://www.toshiseibi.metro.tokyo.lg.jp/cproject/intro/list_saikaihatu.html">https://www.toshiseibi.metro.tokyo.lg.jp/cproject/intro/list_saikaihatu.html</a> )をご覧ください。
	区決定	柳原一・二丁目地区防災街区整備地区計画の決定	12/3(水)	■縦覧期間=12/3~17 ■意見書提出期間=12/3~24必着	区のホームページからオンライン申請/住所、氏名(法人・団体の場合は法人・団体名・代表者の肩書き・氏名)、電話番号またはEメールアドレス、都市計画原案名、意見内容とその住所を記入し区へ郵送・持参・ファクス

あだち環境コラム Vol.8 冬の省エネ

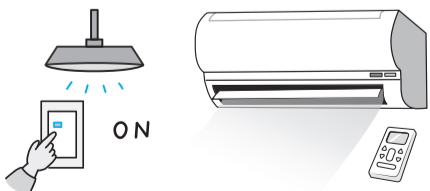


冬は、暖房や給湯などでエネルギーの使用量が増える季節。特に暖房は、冷房と比較して電気使用量が増える傾向にあります。電気使用量が増えれば自ずと二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)の排出量の増加や電気代の高騰につながります。環境にも家計にもやさしい冬を過ごすために、無理のない範囲で省エネに取り組みましょう。

■問先=環境政策課 環境事業係 ☎3880-5860

なぜ、冬は電気使用量が増える?

- 1 エアコンは暖房の方が電気使用量が多い  
冬は室内の適正温度と外気温の差が夏より大きくなるため、暖房の方がより多くの電力を使用します。
- 2 照明の使用時間が長くなる  
冬は日照時間が短いため、1日のうちの照明を使う時間が長くなります。
- 3 お湯を使う頻度の増加  
冬は水温が低くなるため、設定温度まで温めるのに多くのエネルギーを消費します。

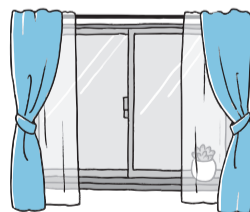


冬の省エネが重要!

おすすめの省エネ対策はコレ!!

1 暖房器具の使用量を減らす

- ① 熱を逃がさず、冷気を入れない
  - カーテンを厚手のものにする
  - じゅうたんを敷く
  - 窓ガラスに断熱シートを貼る



② 「普段着にプラスα」を意識

- 厚手の靴下やカーディガン、タートルネックを活用する
- ブランケットや湯たんぽを利用する



2 照明器具の工夫

LED照明に交換する  
蛍光灯からLEDにすると、年間の電気使用量を約2分の1に減らすことができます。

ほかのメリット 長寿命/虫が寄り付きにくい/オン・オフの繰り返しに強い など

3 お湯の使い方を見直す

- | お風呂             | 台所・洗面台         |
|-----------------|----------------|
| ●短時間でも浴槽のふたを閉める | ●温度を低めに設定する    |
| ●時間をあけずに次の人が入る  | ●お湯を流しっぱなしにしない |

そのほかの省エネ対策はコチラ ((都)環境局リーフレット「やってみよう! 簡単に取り組める冬の省エネ」) ▶



6年12月1日~7年3月31日 はウォームビズを実施

区施設の暖房時の室温を、過度にならない適切な温度(目安は19℃)に設定します。電力需要の高まる冬季の省エネの取り組みにご理解とご協力をお願いします。 ■問先=環境事業係 ☎3880-5860

5面からの続きです



ウォーキング教室(7年2月・3月分)

■日程等=表1 ■対象=区内在住・在勤・在学でおおむね65歳以上の方 ■内容=指導員とともに、区内を中心としたコースを歩く ※途中休憩あり。2月21日(金)、3月6日(木)は初心者向け筋力アップ指導あり ■定員=各20人(11月26日から先着順) ■申込=電話/住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、希望コース名(1人1コース)、「ウォーキング教室」を記入しファクス ■申・問先=スポーツ振興課 振興係 ☎3880-5826 ☎3880-6028

あだち子ども百人一首大会

■日程=7年3月1日(出) ■時間等=▷中学生の部…午前9時30分開始▷小学生の部…午後1時30分開始 ■場所=総合スポーツセンター ■対象=区内在住・在学の小・中学生 ■内容=百人一首の個人戦 ■定員=各288人(抽選) ■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=11月25日~12月22日 ※電話は20日まで ■申・問先=青少年育成係 ☎3880-5275

東京足立少年少女合唱団 第53回クリスマス・チャリティー・コンサート

■日時=12月21日(土)、午後2時~4時 ※1時30分開場 ■場所=西新井文化ホール ■曲目=大きな古時計

計/神のみ子はこよいしも/北風小僧の寒太郎/サウンド・オブ・ミュージック/白い道 など ■定員=900人(先着順) ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=文化団体支援係 ☎3880-5986

詰めて、クリスマスの飾りを作る ■定員=各10人(先着順) ※就学前の子どもは保護者の参加が必要 ■費用=100円(材料費) ■申込=不要 ※当日午前9時から会場に参加証を配布 ■場・問先=桑袋ビオトープ公園 ☎3884-1021

あだちの遊び場

ガマの綿毛でクリスマス飾り作り(桑袋ビオトープ公園)

■日時=12月15日(日)、午前10時~11時/午後2時~3時 ■内容=水辺の植物「ガマ」の穂の綿毛を布袋に



▲ガマの綿毛で作った飾り

表1 ウォーキング教室(7年2月・3月分) 日程等

日程(予備日)	コース	集合場所・時間	解散場所
2/21(金) (2/28(金))	竹の塚から舎人地域をめぐり、舎人公園を歩くコース(約7km)	大境公園 午前9時30分	舎人公園駅
3/6(木) (3/13(木))	荒川・隅田川をめぐる荒川自然公園コース(約7km)	千住ほんちょう公園 午前9時30分	千住大橋 さくら公園
3/17(月) (3/24(月))	都市農業公園から岩淵水門をめぐる荒川・隅田川土手コース(約10km)	都市農業公園 午前9時	都市農業公園

不法投棄は犯罪です!!

12月は不法投棄防止強化月間

■通報・問先=不法投棄110番(生活環境保全課内) ☎3880-5300

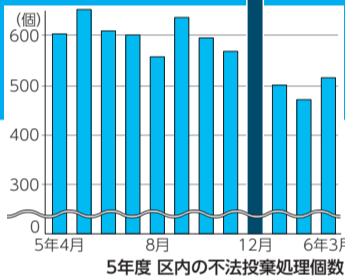
大掃除などを行う12月は不法投棄が特に増加する傾向にあります。不法投棄を見つけた場合はすぐに区へ通報をお願いします。

不法投棄防止キャンペーン

不法投棄を見つけて通報した方(先着100人)に「サーモタンブラー」をプレゼント! きれいなまちで新年を迎えましょう! ■期間=12月1日~27日 ※オンライン申請、LINEでの通報は31日まで ■通報方法=電話/窓口/区のホームページからオンライン申請 ※LINEでの通報も可。その場合は、通報の際に不法投棄通報協力員番号を入力した方のみプレゼントの対象。1人1回のみ

不法投棄をした場合、罰則が科せられます

個人 5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金、またはその両方  
法人 3億円以下の罰金



ご家庭で不要になった大型のごみ(一辺の長さが30cmを超えるもの)は、粗大ごみとして処理するだけでなく、リユース(再利用)につなげることもできます! ※再販できる品物が対象。くわしくは区のホームページをご覧ください。

■問先=足立清掃事務所 ☎3853-2141

足立区LINE公式アカウントの通報機能でまちの不具合を連絡できます

道路や公園の不具合、不法投棄、落書きなどの通報を受け付けています。お使いのスマートフォンで現場の写真や場所の情報を手軽に送信することができます。ぜひご協力ください。 ※LINEでの通報は24時間365日いつでも可。通報内容の確認は、原則開庁日の午前8時30分~午後5時。情報収集を目的としており、現場の状況を見て、対応の可否を判断します。 ■問先=▷LINE公式アカウントの利用方法…デジタル情報・広告係 ☎3880-5514

東京藝術大学の催し

千住ArtPath2024(制作・研究展)

■日時=12月14日(土)・15日(日)、午前10時~午後6時 ■場所=東京藝術大学 千住キャンパス(千住1-25-1) ■内容=学生による音楽・音響作品の展示や演奏、研究・活動の成果発表/学内作品ツアー/調律師の仕事とピアノの構造に関する講演会 など ※くわしくは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=千住ArtPath2024実行委員会 ☎050-5525-2742

山中歩夢ピアノリサイタル「リストが描く伝説」

■日時=7年1月11日(土)、午後3時~4時 ※2時30分開場 ■場所=東京藝術大学 千住キャンパス スタジオA(千住1-25-1) ■対象=区内在住・在勤・在学で小学生以上の方 ■内容=東京藝術大学非常勤講師の山中歩夢氏による、フランツ・リストが作曲した伝説にまつわる作品を集めた演奏会 ■定員=100人(抽選) ※全席自由。保育あり(要予約、就学前の子ども) ■申込=ホームページからオンライン申請/代表者の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、参加人数(4人まで)、全員の氏名、保育希望の有無(保育希望の方は子どもの氏名<フリガナ>、年齢、性別、アレルギーの有無)、「ピアノリサイタル」を記入し往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入 ■期限=12月25日(水)必着 ※オンライン申請は正午まで ■申・問先=東京藝術大学 アートリエゾンセンター 〒120-0034 千住1-25-1 ☎050-5525-2744

宿泊施設インフォメーション(7年3月分)

鋸南自然の家、日光林間学園(区・宿泊施設)

■利用日等=表2 ■対象=区内在住・在勤・在学の方、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4,150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=12月1日~10日消印有効 ※12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年1月6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、希望日を記入しファクスにて申し込み(先着順)

表2 宿泊施設利用日等(7年3月分)

利用施設	利用できる日	電話受付時間
鋸南自然の家(予約専用) ☎0470-55-4770 ☎0470-55-4720 🌐https://www.adachiku-kyonan.com/	1・8・15	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/	1・8・15・21・ 22・28~31	

※施設内では携帯電話やスマートフォンが繋がりにくくなっています。Wi-Fiは1階フロント前でのみ利用可能です。

鋸南自然の家は大規模改修工事のため7年4月1日~10年3月(予定)の期間で休館となります。くわしくはお問い合わせください。 ■問先=学務課 自然教室係 ☎3880-5970

今年の冬も無理のない節電にご協力をお願いします 皆さんの日ごろの節電が、二酸化炭素の発生を削減し、地球温暖化緩和につながります。 ■問先=環境事業係 ☎3880-5860

紙門松の配布 ■内容=12月上旬から町会・自治会連合会が町会・自治会を通じて各家庭に紙門松を配布 ※配布されない場合は最寄りの区民事務所で受け取り可 ■問先=足立区町会・自治会連合会事務局(地域調整課内) ☎3880-5864

**チョウの飼育体験(生物園)**

■日時=毎月第3日曜日、午前10時～正午 ※1回10分程度で8回実施  
■対象=小学生 ■内容=チョウの飼育現場を体験/幼虫や蛹、食草などの管理について飼育員が解説 ※入園料が必要 ■定員=各1組(先着順。1組3人まで) ■申込=不要 ※当日午前9時30分から会場で受け付け ■場・問先=生物園 ☎3884-5577

**ギャラクマンのクリスマス「星とクリスマスのおはなし」(ギャラクシティ)**

■日時=12月8日(日)、午後1時～1時50分/14日(土)、午後1時～1時50分、5時30分～6時20分/22日(日)、午後5時30分～6時20分  
■内容=手品/まるちたいけんドームで冬の星などの投影/「小さな悪魔ピック」の物語の読み語り など ※午後5時30分～6時20分に参加する中学生以下の方は保護者同伴 ■定員=各170人(先着順) ■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=不要 ※当日午前9時から総合受付でチケットを販売 ■場・問先=ギャラクシティ ☎5242-8161

**としのう俳句サロン(都市農業公園)**

■日時=12月9日(月)、午後1時30分～3時30分 ■対象=16歳以上の方 ■内容=講師と一緒に、公園の四季を楽しみながら俳句を作る ■定員=15人(先着順) ■費用=500円 ■申込=電話/窓口/住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話・ファクス番号、「としのう俳句サロン」を記入しファクス ■場・申・問先=都市農業公園 ☎3853-4114 ☎3853-3729

**区民のひろば**

=サークル会員募集=  
☆みんなの心のうた ゆりかご  
毎月2回水曜日、午前10時～正午/エル・ソフィアなど/ピアノ伴奏で歌う童謡・歌謡/月額1,000円 ※別途入会金1,300円/電話/山崎 ☎090-5757-5164

**第4回 区議会定例会**

■日時等=表3 ※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・ヒアリンググループ(難聴用磁気グループ)の利用を希望する場合は、期限当日の午後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。くわしくはホームページをご覧ください。

■申・問先=区議会事務局 議事係

☎3880-5797 ☎3880-5617



表3 第4回 区議会定例会 日時等

日時	会議名
11/29(金) 午前10時	議会運営委員会
12/2(月)	本会議★◆
12/3(火) 午後1時	
12/4(水)	
12/5(木)	総務委員会
12/6(金) 午前10時	区民委員会
12/9(月) 午後1時	議会運営委員会
12/10(火) 午後1時	本会議◆
12/10(火)	産業環境委員会
12/11(水) 午前10時	厚生委員会
12/12(木) 午後1時30分	建設委員会
12/12(木) 午後1時30分	文教委員会
12/13(金)	総合交通対策調査特別委員会
12/16(月) 午前10時	子ども・子育て支援対策調査特別委員会
12/17(火) 午後1時30分	災害・オウム対策調査特別委員会
12/17(火) 午後1時30分	エリアデザイン調査特別委員会
12/19(木) 午前10時	議会運営委員会
12/20(金) 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▶



問先=新たな交通担当 ☎3880-5937

**実証実験期間を延長します**

入谷・鹿浜周辺地区で実施している「足立区デマンドタクシー(足タク)」の実証実験は、運行方法を一部変更のうえ、7年3月31日(月)まで延長します。

**変更内容(12月2日(月)から)**

- 乗降スポットを2カ所追加 ●タクシー事業者ごとに受付時間を変更
- ※くわしくは11月下旬ごろ対象地域に全戸配布する「利用ガイドVol.2」をご覧ください。「利用ガイドVol.2」は、交通対策課や区民事務所(鹿浜と舎人のみ)で配布するほか、区のホームページからも閲覧可 くわしくはコチラ▶



7年4月以降の運行は、利用実績やタクシー事業者へのヒアリングなどにより判断します。

**パブリックコメント(区民意見募集制度)(6年11月～7年1月分)**

区民の方から意見を募集します。くわしくは区のホームページをご覧ください。



件名	期間	問先
バリアフリー地区別計画(六町周辺地区編)素案	11/25～12/24	都市建設課 ユニバーサルデザイン担当 ☎3880-5768
特定個人情報保護評価書(全項目評価書)(予防接種事務)	11/26～12/25	保健予防課 予防接種係 ☎3880-5094
特定個人情報保護評価書(全項目評価書)(新型インフルエンザ等対策特別措置法による予防接種の実施に関する事務)		感染症対策課 事業調整係 ☎3880-5372
千住旭町地区地区まちづくり計画(変更案)	12/9～7年1/8	まちづくり課 千住地区係 ☎3880-5424

**審議会等の公開(12月分)**

日時など、変更になる場合があります。傍聴方法や定員など、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
足立区成年後見制度審査会	12/5(木)	午前10時～正午	生涯学習センター(学びピア21内)	医療介護連携課 権利擁護推進係 ☎3880-5982
足立区公契約等審議会	12/6(金)		区役所・11階	契約課 工事契約係 ☎3880-5832
足立区景観審議会	12/11(水)	午後1時30分～3時	区役所・8階	都市建設課 景観計画係 ☎3880-5738
足立区情報公開・個人情報保護審議会	12/13(金)	午前10時～正午		区政情報課 情報公開担当 ☎3880-5225
足立区建築審査会	12/18(水)	午後2時30分～4時30分	区役所・4階	開発指導課 用途照会係 ☎3880-5943
足立区地域自立支援協議会 第2回精神医療部会	12/19(木)	午後1時30分～3時30分	足立保健所・2階	中央本町地域・保健総合支援課 精神保健係 ☎3880-5357
足立区地域保健福祉推進協議会 子ども支援専門部会		午後2時～4時	区役所・8階	子ども政策課 子ども・子育て支援制度担当 ☎3880-5795
足立区都市計画審議会	12/20(金)	午前10時30分～正午		都市建設課 都市計画係 ☎3880-5280
足立区地域保健福祉推進協議会	12/25(水)	午後2時～4時	区役所・2階 庁舎ホール	福祉管理課 調整担当 ☎3880-5303

## ★あだち★ 正月★イブ★

### 歓喜の演 Vol.24(合唱)参加者募集

■日時等=▷練習(全37回(予定))…7年1月5日~11月30日の毎週日曜日、午後6時~8時30分 ▷オケ合わせ★…7年11月21日(金)、12月5日(金) ▷公演…7年12月6日(土) ★…オーケストラと合唱団が合わせて演奏する稽古 ■場所=ギャラクシティなど ■対象=16歳以上の方 ■内容=近藤直子氏指揮のもと、オーケストラとの共演でドヴォルザーク作曲「スターバト マーテル」を歌う ■定員=60人程度(先着順) ■費用=3万3,000円(運営費など) ※申し込み時点で25歳以下の方は1万6,000円。分納可。演奏会費用2万円程度と楽譜代などが別途必要 ■申込=住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話・ファクス番号、Eメールアドレス、合唱経験の有無、「歓喜の演 Vol.24(合唱)」を記入しハガキで送付 ■期限=12月14日(土)必着 ■申・問先=ギャラクシティ 〒123-0842栗原1-3-1 ☎5242-8161

## あだちスポーツチャレンジ アスリートに学べ!

東京2020オリンピック・パラリンピックレガシー事業として、オリンピックやトップアスリートを招いたイベントを順次実施します。

### ◆佐藤あり紗さん(リオデジャネイロオリンピック日本代表)による「バレーボール教室」

■日時=7年1月25日(土)、午前10時~正午 ■対象=中学生の女性 ■内容=バレーボールの楽しさと技術を学ぶ ■定員=50人(11月29日、午前9時から先着順) ※保護者、見学希望者は大体育室ギャラリー席で見学可(見学は申し込み不要) ■申込=電話/窓口/区のホームページからオンライン申請 ■場・申・問先=総合スポーツセンター ☎3859-8211



▲佐藤あり紗さん

## おおまきしんじ 大巻伸嗣 10回目の今回は大規模開催! 申し込み不要

### MEMORIAL REBIRTH 千住 2024 舎人公園

見慣れたまちを無数のシャボン玉で光の風景へと一変させるアートパフォーマンス、「メモリバ」。昼はみんなで「シャボンおどり」を踊って、夜は光と風が織りなす幻想的な空間を堪能しよう!

■日程=12月1日(日) ■時間=▷昼の部…午後2時~2時30分 ▷夜の部…5時~5時30分 ※0時30分開場。小雨決行。雨天時は内容変更の場合あり ■場所=都立舎人公園 噴水広場 ■問先=アートアクセスあだち 音まち千住の縁事務局(火・木曜日を除く、午後1時~6時) ☎6806-1740 (区)プロモーション係 ☎3880-5803



昼の部の様子



夜の部の様子

※いずれも5年に撮影

## 第25回 東京2025デフリンピック



日本初開催 7年11/15~26

■問先=パラスポーツ推進担当 ☎3880-5087

### 東京武道館が柔道と空手の会場に!

デフリンピックは耳のきこえない・きこえにくい選手のための、世界規模で開催される総合スポーツ競技大会です。7年に開催される東京大会は、第1回が開催されてから100周年の節目の大会で、約80カ国・地域が参加、21競技を実施予定です。

また、日本での開催は初めてであり、柔道と空手の会場に東京武道館が選ばれました。

ビューティフル・ウィンドウズ運動イメージキャラクター「ビュー坊」が、デフリンピック応援隊になりました! これから皆さんと一緒にデフリンピックを盛り上げていきます! ▲ビュー坊

## 12月は人権を考えよう

12月は世界人権デーを中心に、人権週間や北朝鮮人権侵害問題啓発週間などがあり、「人権」を考える月といえます。この機会に人権についてもっとよく知り、理解を深めてみませんか?

### 人権に関するイベントを開催!

申・問先 総務課 人権推進係 ☎3880-5497

#### ① 人権啓発パネル展 (12月4日~16日)

■場所=区役所・1階区民ロビー ■内容=人権啓発・拉致問題啓発パネル、人権ポスター・作文入賞作品などの展示 ※期間中、展示物の入れ替えあり。12月7日(土)・8日(日)は閉館

#### ② 区立図書館

人権関連図書特集コーナーの設置 (12月1日~27日)

※中央図書館のみ人権啓発パネルを展示。一部休館日あり。くわしくは区のホームページをご覧ください。

#### 6年度「人権講座」

### 笑いで学ぶコミュニケーション 無料

■日時=7年1月18日(土)、午後3時~4時30分 ※2時開場

■場所=区役所・2階庁舎ホール ■内容=落語家・林家たけ平氏による人権に関する講演 ■定員=400人(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)、電話番号、参加人数、車いす利用の有無、その他配慮を必要とする事項、「人権講座」を記入し区へハガキで送付 ■期限=12月13日(金)必着



### その一言で傷つく人がいます LGBT・SOGI

申・問先 多様性社会推進課 事業調整担当

☎3880-5222

日本には、性的マイノリティ(LGBT\*)の当事者が人口の約3~10%いるとされています。あなたが無意識に発した言葉や行動が、大切な家族や友人を傷つけているかもしれません。★…区では、性的マイノリティの総称として「LGBT」と統一しています。「LGBTQ」「LGBTQ+」などと表記される場合もあります。

#### ① こんな言葉を使っていますか?

異性愛を前提とした発言や当事者を探するような発言をする、当事者が打ち明けにくくなったり、居づらくなったりすることがあります。

#### 言い換えられる言葉の例

彼氏(彼女)はいるの? → パートナーはいるの?

女性(男性)らしく → 自分らしく

#### ② 本人の了承を得ずに秘密を暴露していませんか?

「Aさんはゲイなんだって」などと、本人の了承を得ずにほかの人に性的指向や性自認などの秘密を暴露すること(アウトティング)は絶対にしてはいけません。カミングアウトの受け止め方が分からないときは、専門家に相談する方法もあります。

#### ③ SOGI(ソジ・ソギ)って何?

性的指向(Sexual Orientation)と性自認(Gender Identity)の頭文字を取った言葉で、LGBT当事者だけでなく、すべての人が持っている性的属性です。それぞれの個性を尊重することが大切です。

#### LGBT相談窓口(事前予約制)

当事者はもちろん、その家族や友人など、性に関するお悩みを専門の相談員が伺います。■場所=エル・ソフィア ■申込=電話/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。





知ってください!!

その香り、困っている人がいます

香りの感じ方には個人差があり、柔軟剤などの香りで頭痛や吐き気がするという相談が寄せられています。自分にとって快適な香りでも人によっては不快に感じ、中には体調を崩す人がいることをご理解ください。



香り付き製品の例

香水/柔軟剤/消臭剤/洗濯洗剤/殺虫剤/制汗剤/芳香剤/シャンプー・リンス/アロマオイル など

配慮をお願いします

- 公共の場や学校など、特に人が集まる場所では、香り付き製品の使用に配慮しましょう。
- 香り付き製品を使用する場合は、使用量の目安を参考にし、過度な使用は避けましょう。

■問先=消費者センター

☎3880-5385

これってDV?

と思ったら、一人で悩まずご相談ください

■問先=(区)男女参画プラザ ☎3880-5222

夫婦間、恋人同士での暴力を「ドメスティック・バイオレンス(DV)」と呼びます。近年、学生など若い恋人同士で起こる暴力(デートDV)も問題となっています。暴力は、身体的・精神的・性的・経済的・社会的など様々な形で表れます。一人で悩まずに適切な専門機関にご相談ください。

◆DVには様々な形態があります(以下、代表的な行為)

- 身体的暴力…殴る、蹴る、突き飛ばす
- 精神的暴力…怒鳴る、無視する、物を壊す
- 性的暴力…性行為を強要、避妊に協力しない
- 経済的暴力…生活費を渡さない、お金を取り上げる
- 社会的暴力…交友関係を監視・制限する、行動を逐一報告させる

相談先		予約・相談時間	
区	配偶者暴力相談支援センター ☎3880-5297	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 ※祝日、年末年始を除く	
	男女参画プラザ(エル・ソフィア内) ※1回50分。事前予約制。正午～午後1時、祝日、年末年始を除く ☎3880-5222	女性相談 ※予約時に面談または電話相談を選択。保育あり	
		男性相談	
	電話相談	月・火・金曜日、午前11時～午後3時 水・木曜日、午後2時～8時	
都	女性相談支援センター ☎5261-3110	月～金曜日、午前9時～午後9時 土・日曜日、祝日、年末年始、午前9時～午後5時	
	東京ウイメンズプラザ	女性専用(DV専用ダイヤル) ☎5467-2455 ☎5467-1721	毎日、午前9時～午後9時 ※年末年始を除く
		男性専用 ☎3400-5313 ※必要に応じて面談相談(予約制)も実施	月・水・木曜日、午後5時～8時 土曜日、午後2時～5時 ※祝日、年末年始を除く
そのほかのDV被害に関する相談先など、くわしくはコチラ▶			

※事件発生時など、緊急性が高い場合は警察(☎110)に通報してください。

配偶者からの暴力被害者支援情報は内閣府ホームページを参照▶

1日限りのスペシャルチーム結成!

第6回 関東社会人・関東大学バスケットボールオールスターゲーム クリスマスカップ



関東社会人選抜チームと関東大学選抜チームが足立区で激突。夢のオールスター戦を見逃すな!

◆オールスター戦の観戦

■時間等=▷女子…午後1時～3時 ▷男子…3時～5時 ■定員=▷3階コート横(11月27日、正午から先着順)…160人 ▷4階観覧席(先着順。申し込み不要。当日会場で受け付け)…330人



たにがわ かいと 谷川 海斗選手 (黒田電気 ブリットスピリッツ Bullet Spirits)  
ささか みさき 佐坂 光咲選手 (白鷗大学)

◆バスケットボール体験会

■時間等=▷小学生…午前10時～11時 ▷中学生…11時～正午  
対象=区内在住・在学の小・中学生 ■内容=ドリブル等のテクニックなどを、(一社)関東大学バスケットボール連盟所属指導者から学ぶ ■定員=各30人(抽選) ■申込期間=11月27日、正午～12月6日

■場所=総合スポーツセンター ■問先=(区)スポーツ振興課 振興係 ☎3880-5826

申し込み方法など、くわしくはコチラ

区民の声

をお寄せください

「区民の声」は、区政についての意見・要望を今後の施策に反映していく制度です。寄せられた「声」には、各担当課が対応策を検討し、すべて区長が確認のうえ回答しています。

「声」の内容を掲載した「広聴2023」は、区役所・2階区政資料室または区のホームページで閲覧できます。

■問先=区民の声担当 ☎3880-5839 ☎3880-5678

実現事例 1

図書館の専用回線を新設しました



鹿浜図書館への電話が何度かけ直してもつながらなかった。順番につながる自動音声サービスなどの導入を検討してほしい。



図書館への電話をつながりやすくするため、地域学習センターと電話を共用していた鹿浜図書館と興本図書館に専用回線を新設しました。

実現事例 2

2年分の「国保だより」をホームページに掲載



「国保だより」が区のホームページに最新版しか掲載されていない。バックナンバーもアーカイブ化して掲載してほしい。



過去分をたくさん掲載すると、検索した際に過去の記事も多く該当してしまう、最新記事と混同するおそれが高まるため、今年度と前年度分を区のホームページに掲載することとしました。

5年度に寄せられた区民の声件数 トップ3

順位	件数	項目	内容
1	230	職員の接客	職員の接客に関すること(うち感謝の声24件)
2	167	学校(制度・政策)	制服、持ち物、給食の無償化など
3	157	道路	道路補修、街路樹のせんてい剪定、違法看板設置、道路占有など

区長の「区民の声からPICK UP!!」

お寄せいただいた「区民の声」の中から、「広く区民の皆さまにお伝えしたい!」という情報を区のホームページに掲載しています。



◆様々な方法で「区民の声」を受け付けています

「区民の声」は、Eメール、広聴ハガキ、電話、ファクスなどで受け付けています。 ※広聴ハガキは区役所、区民事務所、区立図書館、保健センターなどで配布

くわしくはコチラ▶

5年度環境基本計画の取り組み結果

第三次足立区環境基本計画改定版の5年度の取り組み結果をまとめました。くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=計画推進係 ☎3880-6049



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。お問い合わせ先は近所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=11月26日(火) 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(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…当日直接会場で申し込み

〒…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)

★マークを除き、定員に達しない場合は12月20日(金)、午前9時から受け付け開始

《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

●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…パソコンなどで参加可能

おすすめ…各施設のオススメ講座

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>梅田地域学習センター</b> 〒123-0851梅田7-33-1(エル・ソフィア内) ☎3880-5322				
4 うめだクラシック ◆小学生以上の方	1/18(土) 午後6時30分~7時30分	80人	1,000円	事前 先着
<b>興本地域学習センター</b> 〒123-0844興野1-18-38 ☎3889-0370				
1 大人のレジン教室 ステンドグラス風アクセサリー	12/15(日) 午後2時~4時	8人	1,150円	事前 先着
2 チアダンス「キッズ編」体験教室(12日制) ◆4歳~小学2年生	1/8~3/26の毎週水曜日 午後4時~4時50分	5人	11,980円	
3 オススメ 笑って健康! 新春興本寄席	1/13(祝) 午後1時30分~3時	30人	無料	
4 親子トランポリン(7日制) ◆2歳~就学前の子どもと保護者	1/14~3/4の毎週火曜日(2/11を除く) 午後3時30分~4時30分	15組	6,090円	
<b>江北地域学習センター</b> 〒123-0872江北3-39-4 ☎3890-4522				
1 入門太極拳・中級太極拳 入門・中級(12日制) ◆入門:16歳以上の方 ◆中級:16歳以上で24式がわかる方	1/8~3/26の毎週水曜日 入門:午後0時20分~1時20分 中級:午後1時30分~3時	各20人	入門:5,400円 中級:8,040円	事前 先着
2 音読広場 図書館で脳トレしよう ◆おおむね60歳以上の方	1/14(火) 午後2時~3時	20人	無料	
3 オススメ 夢中になれる体験フラ ◆16歳以上の女性	1/17(金) 午前10時30分~11時30分	15人	780円	
4 親子トランポリン(5日制) ◆2歳~就学前の子どもと保護者	1/24~2/21の毎週金曜日 午後3時15分~4時15分	15組	4,350円	
<b>佐野地域学習センター</b> 〒121-0053佐野2-43-5 ☎3628-3273				
1 オススメ 絵画造形教室「どうぶつ鏡もちと水彩画」A・B(2日制) ◆A:3歳~就学前の子ども ◆B:小学1~4年生	12/22(日)、1/12(日) A:午後1時30分~2時10分 B:午後3時~4時	各12人	1,000円	事前 先着
2 大人のおりがみ「お正月飾り」	12/22(日) 午後1時30分~3時30分	15人	350円	
3 迎春フラワーアレンジメント	12/27(金) 午後2時~4時	20人	3,700円	
4 自分時間を楽しく過ごす 女性のためのぬり絵教室 ◆16歳以上の女性	1/12(日) 午前10時30分~正午	8人	500円	
<b>鹿浜地域学習センター</b> 〒123-0864鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
1 元気いっぱいキッズ体操(6日制) ◆3歳~就学前の子ども ※初回のみお試しレッスン可	1/10~2/21の毎週金曜日(1/31を除く) 午後3時30分~4時30分 ※お試しレッスンは1/10(金)	40人	2,700円(お試し450円)	事前 先着
2 オススメ バランス能力アップ きっずトランポリンお試し ◆5歳~小学生	1/15(水) 午後4時~5時	24人	450円	
3 鹿浜うたごえサロン	1/18(土) 午後1時30分~3時30分	40人	500円	
4 楽しくモダンパレエ サークル体験 ◆2歳10カ月~小学2年生	1/21(火)・28(火) 午後3時30分~4時45分	各15人	1回10円	
<b>新田地域学習センター</b> 〒123-0865新田2-2-2 ☎3912-3931				
1 侍・忍者体験 ◆小学生(小学1・2年生は保護者同伴)	12/15(日) 午前10時30分~11時30分	20人	560円	事前 先着
2 スペアリブの赤ワイン煮込みとアボカドチーズケーキなど	12/20(金) 午前10時30分~午後1時30分	12人	2,310円	
3 みんなで楽しくノルディックウォーキングでまち歩き	12/22(日) 午前10時~正午	20人	560円	
4 オススメ 陶芸体験 手びねりでオリジナル作品を作しましょう	1/10(金) 午前10時~正午	15人	2,550円	
<b>竹の塚地域学習センター</b> 〒121-0813竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
1 オススメ トコンサート 「津軽三味線 獅子道」 ◆どなたでも(小学生以下の方は保護者同伴)	1/5(日) 午後2時~4時	300人	1,500円	事前 先着 [ネット不可]
2 サークル体験「はまなすクラブとカラオケレッスン」(4日制) ◆どなたでも	1/12・26、2/2・16 いずれも日曜日 午前10時~正午	15人	無料	事前 先着
3 認知症サポーター養成講座(2日制) ◆区内在住・在勤・在学で16歳以上の方	1/18(土)・25(土) 午後2時~3時30分	30人	無料	
4 創業を考えている人への「副業のすすめ」	1/25(土) 午後2時~4時	15人	500円	

講座名(◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>生涯学習センター</b> 〒120-0034 千住5-13-5(学びピア21内) ☎5813-3730				
1 オンライン 本当に大丈夫? 少子高齢化と年金の行く末を問う	1/11(土) 午前10時~正午	会場:50人 ワライ:10人	1,000円	事前 先着
2 増え続ける現代病 「潰瘍性大腸炎」を知る	1/12(日) 午前10時30分~正午	40人	800円	
3 オススメ オンライン 次世代地熱発電への挑戦「超臨界地熱資源開発」	1/18(土) 午前10時~正午	会場:50人 ワライ:10人	800円	
4 つた やいばさくろ 星屋重三郎 大河ドラマの主人公の実像にせまる	1/13(祝) 午後2時~4時	100人	1,000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)				
<b>伊興地域学習センター</b> 〒121-0823伊興2-4-22 ☎3857-6537				
1 オススメ 冬休み! みんなで書初め ひろばA・B ◆A:小学3・4年生 ◆B:小学5・6年生	12/27(金) A:午前10時30分~11時30分 B:午前11時40分~午後0時40分	A:6人 B:8人	無料	事前 先着
2 こどもクラシックパレエサークル体験A~C(2日制) ◆A:3歳~小学2年生 ◆B:小学3~6年生 ◆C:中学生~18歳の方	1/6(月)・13(祝) A:午後6時30分~7時15分 B:午後7時20分~8時30分 C:午後7時20分~8時50分	各10人	20円	
3 帯結びが楽になる簡単クリップ 着付け 礼装編(7日制) ◆16歳以上の女性	1/7~3/11の毎週火曜日(1/21、2/11・18を除く) 午前10時30分~正午	5人	4,550円	
4 基礎から学べる 韓国語サークル体験 入門・初級I・II(2日制)	1/18(土)・25(土) 初級II:午後6時30分~7時25分 初級I:午後7時30分~8時25分 入門:午後8時30分~9時25分	初級II:9人 初級I:9人 入門:15人	20円	
<b>梅田地域学習センター</b> 〒123-0851梅田7-33-1(エル・ソフィア内) ☎3880-5322				
1 七福神めぐり	1/7(火) 午前9時~午後0時30分	15人	800円	事前 先着
2 オススメ 新春梅田寄席 ◆小学生以上の方	1/11(土) 午後2時~4時	100人	1,500円	
3 おやこで手びねり陶芸体験 ◆小・中学生と保護者	1/17(金) 午後4時~5時30分 午後5時50分~7時20分	各5組	1回3,000円	

広告



東京シティ競馬 開催日程

12/1(日)~12/6(金)

4(水)勝島王冠(SII)

・東京シティ競馬(大井競馬)は、東京23区が主催しています。  
・勝馬投票券の購入は20歳から、適度に遊ぶ、大人のたしなみ。  
・地方競馬の収益金は、畜産振興及び地方財政の改善に活用されています。  
・東京シティ競馬総合案内 TEL:03-3763-2151

所在地:〒140-0012 東京都品川区勝島2-1-2  
TEL:03-3763-2170  
特別区競馬組合



講座名 (◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
<b>中央本町地域学習センター</b> ※大規模改修工事のため、7年3月ごろまで休館。申し込みについては、電話またはインターネットのみで受け付け ☎3852-1431				
1 <b>プログラミングひろば「マイクロビットであそぼう」</b> ◆小・中学生	12/22(日) 午後2時～4時 ※場所は8Knot (足立3-33-3-3階)	4人	無料	<b>事前</b> 先着
<b>東和地域学習センター</b> 〒120-0003東和3-12-9 ☎3628-6201				
1 歌うボイスエクササイズ(3日制)	1/11(土)・18(土)・25(土) 午前11時～正午	20人	2,400円	<b>事前</b> 先着
2 <b>とうわカレッジ「地域福祉は誰のため? 住み慣れた場所で暮らすには」</b> (4日制)	1/11～2/22の第2・4土曜日 午後1時30分～3時30分	15人	3,000円	
3 <b>大人のための演劇ワークショップ</b> ◆18歳以上の方 ※演劇経験不問	1/11(土) 午後2時～4時	15人	1,100円	
4 <b>東和寄席 扇辰日和 in とうわ</b> ◆小学生以上の方	1/12(日) 午後1時30分～3時	45人	2,000円	
<b>舎人地域学習センター</b> 〒121-0831舎人1-3-26 ☎3857-0008				
1 <b>パパと一緒に親子体操</b> ◆2・3歳の子どものと父親	1/12(日) 午前10時～11時	12組	600円	<b>事前</b> 先着
2 <b>デビューレッスン ガールズヒップホップダンス(7日制)</b> ◆小学生	1/14～3/4の毎週火曜日 (2/11を除く) 午後4時30分～5時45分	15人	5,950円	
3 <b>人と地域とつながるハンドメイドビジネス講座(6日制)</b>	1/18(土)、2/1(土)・15(土)、 3/1(土)・16(日)・22(土) 午前10時～正午 (3/16日のみ午前10時～午後3時30分(準備・片付けの時間を除く))	10人	12,000円	
4 <b>つながるあだち人「Let's make はっぴーだるま」</b> ◆小学生以上の方 (小学生は保護者同伴)	1/18(土) 午後2時～4時	30人	1,000円	
<b>花畑地域学習センター</b> 〒121-0061花畑4-16-8 ☎3850-2618				
1 <b>大人からはじめるクラシックパレエ教室 初級・中級(3日制)</b> ◆16歳以上の女性	1/11(土)・18(土)・25(土) 初級:午前10時20分～11時20分 中級:午前11時30分～午後0時30分	各16人	2,670円	<b>事前</b> 先着
2 <b>入学直前 家計を見直す子育て世代のライフプランセミナー</b> ◆おおむね40代までの方	1/15(水)・18(土) 午前10時～正午	各15人	無料	
3 <b>親子トランポリン(4日制)</b> ◆2歳～就学前の子どものと保護者	1/16～2/6の毎週木曜日 午後3時30分～4時30分	10組	親1人子1人: 3,480円 親1人子2人: 5,000円	
4 <b>子どもトランポリン(4日制)</b> ◆5歳～小学生	1/16～2/6の毎週木曜日 午後4時40分～5時40分	24人	1,520円	
5 <b>基礎から学ぶフランス語入門(5日制)</b> ◆どなたでも	1/22～2/19の毎週水曜日 午前10時～11時30分	15人	4,000円	
<b>保塚地域学習センター</b> 〒121-0072保塚町7-16 ☎3858-1502				
1 <b>学芸員と観る日本の美冬のミュージアムツアー</b>	12/14(土) 午後2時～3時 ※場所は六町ミュージアム・フローラ (六町2-5-35)	10人	250円	<b>事前</b> 先着 [ネット不可]
2 <b>親子でペタペタ指で音楽を描こう</b> ◆小学生と保護者	12/15(日) 午前10時30分～正午	8組	1,400円	<b>事前</b> 先着

講座名 (◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法	
<b>保塚地域学習センター</b> 〒121-0072保塚町7-16 ☎3858-1502					
3 <b>保塚ウィンタークラシックコンサート</b> ◆どなたでも (就学前の子どものは保護者同伴)	12/22(日) 午後2時～3時30分	30人	無料	<b>事前</b> 先着	
4 <b>ナイト・エクササイズ 肩甲骨ほぐし(6日制)</b>	1/15・29、2/12・26、3/12・26 いずれも水曜日 午後7時30分～8時45分	14人	4,800円	<b>事前</b> 先着	
<b>スイムスポーツセンター(うきうき館)</b> 〒121-0812 西保木間4-10-1 ☎3850-1133					
1 <b>ヘルシーエクササイズ(7日制)</b>	1/6・27、2/3・10、 3/3・10・24 いずれも月曜日 午前10時～11時30分	50人	3,920円		
2 <b>始めてみよう スポーツ吹矢(4日制)</b>	1/16、2/6・20、3/6 いずれも木曜日 午後0時30分～2時30分	14人	2,200円		
3 <b>親子トランポリン(6日制)</b> ◆2歳～就学前の子どものと保護者	1/24～2/28の毎週金曜日 午後3時30分～4時30分	15組	親1人子1人: 5,220円 親1人子2人: 7,500円	<b>事前</b> 先着	
4 <b>子どもトランポリン(6日制)</b> ◆5歳～小学生	1/24～2/28の毎週金曜日 午後4時40分～5時40分	24人	2,280円		
<b>千住温水プール(スイミー)</b> 〒120-0034 千住3-30(千寿本町小学校地下) ☎3882-2601					
1 <b>水中ウォーキング(8日制)</b> ◆おおむね50歳以上の方	1/23～3/13の毎週木曜日 午後1時30分～2時20分 午後2時30分～3時20分	各30人	5,840円	<b>事前</b> 抽選	
2 <b>親子水遊び教室(5日制)</b> ◆2歳～就学前の子どものと保護者	1/25～3/1の毎週土曜日 (2/15を除く) 午前10時30分～11時20分	20組	5,100円		
<b>千住スポーツ公園</b> 〒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 <b>腰痛体操とアロマオイルで痛み緩和「アロマと機能改善運動」</b>	12/20(金) 午後3時30分～4時30分	10人	920円	<b>事前</b> 先着	
2 <b>ママとベビーのフィットネス(6日制)</b> ◆5カ月～1歳6カ月の子どもと母親	1/24～2/28の毎週金曜日 午後1時45分～2時45分	8組	4,140円		
<b>総合スポーツセンター</b> 〒121-0063東保木間2-27-1 ☎3859-8211					
1 <b>障がい者ちびっこトランポリン(8日制)</b> ◆障がいのある3歳～小学生 (保護者同伴)	1/9～3/13の毎週木曜日 (2/13、3/6を除く) 午後4時30分～5時50分	15人	2,304円	12/10必着	
2 <b>親子トランポリン(5日制)</b> ◆2歳～就学前の子どものと保護者	1/10～2/14の毎週金曜日 (2/7を除く) 午後3時30分～4時30分	15組	3,850円	<b>事前</b> 先着	
3 <b>子どもトランポリン(5日制)</b> ◆5歳～小学生	1/10～2/14の毎週金曜日 (2/7を除く) 午後4時40分～5時40分	24人	1,950円		
4 <b>ママとベビーのフィットネス(6日制)</b> ◆5カ月～1歳6カ月の子どもと母親	1/16～2/20の毎週木曜日 午前10時～11時	12組	4,140円		
<b>東綾瀬公園温水プール(すいすいらんど綾瀬)</b> 〒120-0004 東綾瀬3-4-1 ☎5616-2500					
1 <b>子どもリトミックA・B(4日制)</b> ◆A:1歳3カ月～2歳の子どものと保護者 ◆B:1歳10カ月～3歳の子どものと保護者	1/15～2/5の毎週水曜日 A:午前10時～10時45分 B:午前11時～11時45分	各8組	4,000円	<b>事前</b> 先着	
<b>平野運動場</b> 〒121-0076平野2-12-1 ☎3883-8079					
1 <b>グラウンドゴルフ広場</b>	12/2(月)・16(月) 午前10時～正午	各25人	1回 310円	<b>当日</b>	

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

**大黒屋**  
買取専門店 外貨両替  
オレンジの看板が目印です♪  
年間買取実績 150万件以上  
友だち追加でかんたん買取・出張買取 LINE査定  
大黒屋 北千住買取センター  
金・貴金属・お酒・ブランドバッグ・時計・外貨両替・金券  
高価買取!!  
03-5284-6500  
〒120-0034 東京都足立区千住2-22-15 クロカワビル1F

**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  
0120-18-3216  
株式会社サーベイ  
東京都葛飾区立石 7-31-7

無料見積り・低価格で安心施工・最新塗料提案  
SHINYU 株式会社 眞友  
info@shinyu177.co.jp  
https://shinyu177.co.jp/  
足立区 しんゆう 検索  
0120-177-234  
本社 東京都葛飾区柴又1-37-8  
水元営業所 東京都葛飾区水元5-5-2-105



第43回

# ADACHI ひろがれふれあい

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



I LOVE YOU  
広がれふれ愛

# 障がい者アート展

撮影協力/西新井ひまわり工房・綾瀬あかしお園

## 好きになん



作品展 **11月29日(金)～12月5日(木)**

時間 午前9時～午後5時 場所 区役所・1階区民ロビー 申し込み不要

### ♥ セレモニー・ふれあい発表会

■日時=11月30日(土)、午前10時～午後1時45分 ■場所=区役所・2階庁舎ホール ■内容=デフリンピック関係者によるトークイベント/障がい者団体による楽器演奏/振付師でタレントのパーツシバ氏による一般参加型の歌とダンス など  
パーツシバ氏の楽曲に合わせてみんなで一緒に踊っちゃおう!



### ♥ 販売・体験コーナー

■期間=11月30日(土)～12月5日(木)、午前10時～午後5時 ※12月1日(日)を除く。体験コーナーは11月30日(土)のみ ■場所=区役所・1階区民ロビー/区役所・2階 ■内容=福祉事業所などで作られたお菓子・手芸品の販売/手話体験 など ※販売コーナーは日替わり

### デフリンピック メダリストが来場!

第20回冬季デフリンピック競技大会のアルペンスキーで2つの銀メダルを獲得した、足立区出身・田苗優希選手がトークイベントに登場! 聴覚障がいのある方が日常生活で理解してもらいたいことを語ります。



田苗 優希選手

### NEW 皆さんの声にお応えしました!

展示作品をもとにしたオリジナルグッズが購入できます!

お気に入りの展示作品をTシャツやマグカップなどにデザインしたオリジナルグッズがホームページから購入できます! ※受注販売。くわしくはホームページをご覧ください。



オリジナルマグカップ(イメージ)

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1本 3m未満 **3,300円** (税込)

庭木剪定 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 イー・ハナ サクヨ **0120-187-394**

株式会社 大和グリーン

お見積もり無料! 10%引き +10%引き

※期限:令和6年12月31日まで

あなたの街の植木屋さん お見積0円 (出張料も0円)

7つの安心

- ✓1本からでもOK!
- ✓お茶・食事の気遣い無用!
- ✓トイレは借りません!
- ✓土日祝も作業OK!
- ✓近隣店舗からプロの植木職人が見積!
- ✓お客様のご要望に対して丁寧に!
- ✓お見積による1本ずつの明細会計!

あだち広報を見た!で 剪定作業3m未満 先着10名様 通常1本 3,300円(税込)から **10%割引**

まずはご相談ください ハロー いいにわ **0120-86-1128**

東京都足立区西新井1-38-16 受付時間 月～金 9:00～17:00

下肢静脈瘤は早期の発見が大切です

①足にこのような症状はありませんか?

- ✓足のむくみがひどく、腫れて痛い
- ✓足のかゆみがおさまらない
- ✓こむら返りで夜中に目が覚める
- ✓足の血管の痛みがある
- ✓足の血管が浮いている
- ✓足が重い
- ✓足が重くだるい

北千住静脈瘤クリニック 院長 入谷 哲司

上記の症状がある方は下肢の血管状態の悪化、もしくは下肢静脈瘤の可能性があるので、**静脈瘤検査**を受けられることをおすすめします。

**静脈瘤検査** ※静脈瘤の検査(無料)は電話予約制です。必ず事前にお電話でご予約ください。

検査項目! ●超音波エコーによる足の血管チェック ●下肢静脈瘤

11月 27日(水)・30日(土)

12月 4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)・28日(土)

**無料** 静脈瘤の検査(無料)は保険外検査です

北千住静脈瘤クリニック 東京都足立区千住3-33三鈴ビル2階 北千住駅西口 徒歩3分 **03-5284-6686**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	×	○	○	△
13:00~17:00	○	○	○	×	18:00	○	△