

2025年(令和7年)

8月25日 第1960号

〒120-8510 足立区中央本町1-17-1

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 FAX 3880-0041
✉kocho@city.adachi.tokyo.jp

あだち ち 広報



きっと見つかるあなたのスポーツ!

ADACHI SPORTS CARNIVAL 2025

スポーツ カーニバル 2025

10月13日

スポーツの日
祝

午前9時30分~
午後3時30分

どなたでも参加可

無料(一部事前申し込み)

■場所=総合スポーツセンター/各地域体育館 など

■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

※荒天中止。雨天やグラウンドの状態により、一部変更する場合あり。室内イベントに参加する方は、上履きと袋を持参

**50種類以上の
スポーツが体験できる!**
弓道/ゲートボール/水泳/ビーチ
ボールバレー/ボッチャ/ラグビー など



▲体験できる
スポーツな
ど、くわし
くはコチラ

職員の懲戒処分
(8月4日付)

選挙管理委員の住所要件に関する法解釈
を誤ったことによる不適切な事務処理

監査事務局 参事(戒告)
※事故当時、選挙管理委員会事務局

職員の度重なる不祥事につきまして、心からおわび
申し上げます。[問先] 人事課 調査担当 ☎3880-5249

郵送申し込み記入例

区
〒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)

上記マークがある申し込みは、右の例を参照

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！
〇〇〇〇〇〇講座 検索

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) ● Instagram
● Facebook ぐわしくはコチラ ▶

子育て・教育

HPVワクチンは、男性・女性ともに助成が受けられます

HPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチンは、**接種完了(全3回)までに6カ月以上かかります**。高校1年生の方が、標準的な接種間隔で無料接種期限内に接種を完了するには、**令和7年9月末までに1回目の接種を行う必要があります**。計画的に

接種してください。 ※1回目の接種後、2回目の接種までに無料接種期限を過ぎた場合など、接種の途中であっても期限の延長は不可。期限を過ぎた後の接種は自己負担

■対象等=表2 ■問先=予防接種係 ☎3880-5094

■日時=10月4日(土)、午後1時30分~4時20分 ■場所=勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ■対象=登校し

ない・したくてもできない子どもの保護者

■内容=東京学芸大学 特命准教授・奥山実穂子氏による講演会「学校に行けない・行かない子の理解とサポート 子どものところに寄り添った親のかかわりとは?」/参加者同士の交流会 ■定員=▷講演会…80人 ▷交流会…50人 ※9月1日

から**先着順**。講演会のみ参加可。手話通訳の利用を希望する方は9月18日までに要予約。講演会は後日オンデマンド配信あり

■申込=電話/区のホームページからオンライン申請 ■申・問先=こども支援センターげんき 教育相談課 西新井教育相談係 ☎3852-2872

表2 HPVワクチン接種 対象等

対象(いずれも区内在住の方)	場所	無料接種期限
小学6年生~高校1年生相当の方	区内医療機関 ※対象の医療機関や申し込み方法など、ぐわしくは区のホームページをご覧ください。	高校1年生相当の年度末
平成9年4月2日~21年4月1日生まれの女性で令和4~6年度に1回以上、HPVワクチンを接種している方		令和8年3/31(火)

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」(10月~12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=9月5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(10月~12月分) 日程等

場所	講座名	曜日	日程	時間	費用
A	リトミック*1(6日制)	木	10/2・16、11/6・20、12/4・18	午前	各3,000円
	バレエ入門(6日制)	金	10/10・24、11/7・21、12/5・12		
	こそだて英語*2(6日制)		10/17・31、11/7・21、12/5・19		
	ピラティス(9日制)		10/3・10・17、11/7・14・21、12/5・12・19		
B	親子体操*3(9日制)	火	10/7・14・28、11/4・11・25、12/2・9・23	午後	各4,500円
C	ヨガエクサ(6日制)	火	10/14・28、11/11・25、12/9・23	午前	3,000円
	編みましょう! 藤クラフト(4日制)		金		10/3、12/5・12・19
D	絵本のようなミニアルバム作り(3日制)	水	10/15、11/19、12/10	午前	1,500円
	フラワーアレンジメント(2日制)		10/22、12/17		1,000円
	ベビーマッサージ(7日制)	木	10/2・16・30、11/6・20・27、12/4		3,500円

■場所=▷A…東和地域学習センター ▷B…こども支援センターげんき ▷C…愛恵まちづくり記念館(関原の森内) ▷D…勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内) ※駐車場は使用不可。別途材料費が必要な場合あり。時間の「午前」は10時30分~正午、「午後」は1時15分~2時45分

★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

いつまでも「健康」に 18~39歳の方 無料 40歳前の2つの健康チェック!

6年度「40歳前の健康づくり健診」の結果によると、血液検査などの検査項目(最大7項目)に1つ以上「異常」のある方は**男性で約84%、女性で約69%**でした。放置すると糖尿病や心筋梗塞などになる恐れがあります。若いころから健康チェックを習慣にしましょう。

1 簡易血液検査(スマホ de ドック)

自宅で簡単! 忙しい方向け!

自宅に届く「採血キット」で指先の血液を採取して返送するだけ! 申し込みから結果確認まで、パソコン・スマートフォンで簡単にできます。

■検査項目=脂質代謝/肝機能/糖代謝/腎機能/栄養状態/尿酸

2 40歳前の健康づくり健診(2日制)

保健センターでぐわしくチェック!

■日程等=表3 ■受付時間=▷午前の部…午前9時~11時 ▷午後の部…午後1時~3時 ※30分単位で予約可 ■内容=身体測定/血圧測定/血液検査/聴打診/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) ※年度につき1回のみ受診可

表3 40歳前の健康づくり健診(2日制) 日程等

健診(1時間程度)	結果説明(1時間程度)	場所	定員(8/26から 先着順)	
			午前の部	午後の部
10/19(日)	12/7(日)	千住保健センター	各50人	
10/25(土)	12/20(土)	東部保健センター	各40人	
10/27(月)	12/22(月)	足立保健所 中央本町地域・保健総合支援課		
10/29(水)	12/24(水)	竹の塚保健センター		
10/31(金)	12/19(金)	江北保健センター(すこやかプラザ あだち内)		

— いずれも —

■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8年3月31日時点 ■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

健康・衛生

精神保健講演会 「睡眠で変わるこころの健康」

■日時=9月26日(金)、午後2時~3時30分 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=公認心理師から、睡眠とこころの関係性について学ぶ ■定員=30人(8月26日から先着順) ■申込=電話/窓口 ■場・申・問先=千住保健センター 地域保健係 ☎3888-4278

後期高齢者 歯科健診(無料)を受診しましょう

■対象=区内在住で、76・80歳の方 ※年齢は8年3月31日時点 ■内容=問診/むし歯・歯周病チェック/口腔清掃状況・歯石の付着・義歯の状態確認 など ■申込=9月上旬に区が送付する受診券を、区内指定歯科医療機関へ持参 ※要予約。予約方法は医療機関により

異なる。くわしくは、区のホームページをご覧ください。 ■受診期限=8年2月28日(土) ■問先=高齢医療係 ☎3880-5874

勤労福祉会館の催し

◆整体師に教わる 疲れにくい体をつくる 体幹・骨盤ストレッチ教室

■日時=9月10日(水)・24日(水)、午後7時~8時 ■内容=整体師から代謝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 ■定員=各25人(8月26日、午前9時から先着順)

◆ベーシックヨガ教室

■日時=9月13日(土)・27日(土)、午前10時30分~正午 ■内容=ヨガインストラクターから基本のポーズを学ぶ ■定員=各12人(8月28日、午前9時から先着順)

— いずれも —

■対象=18歳以上の方 ■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

家族のためのお金の講座 「精神障がいのある人の親なきあとを考える」

■日時=9月18日(木)、午後1時30分~3時30分 ■対象=区内在住で精神障がいのある方の親族・関係者 ■内容=社会保険労務士から、精神障

がいのある方が親を亡くしたあとでも困らないためのお金の付き合い方について学ぶ ■定員=30人(8月26日、午前9時から先着順) ■申込=電話/住所、氏名(フリガナ)、電話・ファクス番号、「家族のためのお金の講座」を記入しファクス ■場・申・問先=江北保健センター 地域保健係(すこやかプラザ あだち内) ☎3896-4011 ☎3856-5529

9/27(土) 開催! 第52回 足立区民健康まつり

■問先=(区)衛生管理係 ☎3880-5891

区民の健康意識と生活の質の向上を図るため、医療4団体(足立区医師会、足立区歯科医師会、足立区薬剤師会、東京都柔道整復師会足立支部)のコラボイベントを開催! 健康相談や、健康に関わる仕事を楽しく学べる体験コーナーなどをご用意しています。ぜひ、お越しください! ■日時=9月27日(土)、午後2時~4時 ■場所=すこやかプラザ あだち

	内容	定員等	申込	申・問先
健康相談	内科/外科/整形外科/眼科/耳鼻咽喉科/皮膚科/泌尿器科/婦人科/認知症相談/心の悩み相談/働く人の健康相談/歯のよろず相談/お薬相談/柔道整復 など	-	不要 ※当日直接会場へ	足立区医師会(平日、午前9時~午後5時) ☎3840-2111
検査・体験	歯医者さんのお仕事「むし歯治療」体験コーナー	40人(先着順) ■対象=小学生	※申し込み方法など、くわしくは足立区歯科医師会のホームページをご覧ください。 ■期限=9/8(月)	
	薬剤師のお仕事体験コーナー		■申込=足立区薬剤師会ホームページからオンライン申請 ■期限=9/8(月)	
	医療・介護について学べるクイズラリー	-		(区)医療介護連携推進係 ☎6807-1024
展示	血糖自己測定/体力測定/筋トレ・脳トレ体操教室/口腔機能検査・チューリップ体操 など	-	不要 ※当日直接会場へ	(区)衛生管理係 ☎3880-5891
	児童・生徒の各種ポスターコンクール入賞作品など			

休日接骨院当番所(9月分)

骨折や脱きゅう、ねんざ・打撲などの応急施術を当番制で行っています。 ※当番所が変更に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。

日程	当番所名(所在地)	電話番号
7日	片山接骨院(江北6-21-15)	3896-1308
	加藤接骨院(花畑6-23-8)	3883-8525
14日	牛込接骨院(栗原1-25-1)	3883-0987
	津久井しんぎゅう整骨院(綾瀬1-31-11 A1ビル106)	3604-1725
15祝	秋山整骨院(梅田7-16-1)	3849-1888
	伊勢谷整骨院(大谷田4-10-11)	3606-5898
21日	足立名倉堂接骨院(大谷田3-12-28)	3606-0880
	帝京科学大学千住大橋接骨院(千住橋戸町11-4)	6806-1717
23祝	大澤接骨院(江北4-12-5)	3854-2278
	金内接骨院(六木1-1-13)	3629-8571
28日	あやせ駅前鍼灸接骨院(綾瀬3-6-6)	3629-3227
	澤田接骨院(梅島1-10-6)	3852-3395

■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

気づく つながる いのちを守る

9月は自殺対策強化月間

自殺は、心身の不調や人間関係の悪化、生活困窮など、誰にでも発生し得る問題や悩みが重なって起こります。一人ひとりが「気づき」の視点を持ち、悩みを抱えている方に手を差し伸べることが「生きる支援(自殺対策)」につながります。

こころといのちの講演会

心身の健康を保つために大切な「睡眠」について、医師がお話します。 ※自殺に関する内容が含まれます。ご了承のうえお申し込みください。

■日時=9月25日(木)、午後3時~5時

■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 ■定員=50人(先着順) ■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18日(木) ■申・問先=(区)こころとからだの健康づくり課 ところといのち支援係 ☎3880-5432

◆パネル展示「遺族語る」

自死に至るまでの経緯や、自死により身近な人を亡くされた方の思いをパネルで紹介。



場所	期間
区役所・1階区民ロビー	9/1~12
区立図書館	9/1~30

まずは、お悩みをご相談ください

●こころやからだのこと ⇒ (区)お近くの保健センター

心身の不調を抱えている方やその家族からの相談を保健師がお受けします。

問先	電話番号	受付日時
足立保健所 中央本町地域・保健総合支援課	3880-5352	平日、午前9時~午後5時
江北保健センター(すこやかプラザ あだち内)	3896-4011	
千住保健センター	3888-4278	
竹の塚保健センター	3855-5093・4	
東部保健センター	3606-4171	

●くらしやしごとのこと ⇒ (区)福祉まると相談課 ☎3880-5705

生活全般の悩み・困りごとなど、どんな悩みにも寄り添います。

問先	電話番号	受付日時
西部拠点係(すこやかプラザ あだち内)	5888-4571	▷月・水・木曜日、第2土曜日…午前9時~午後5時 ▷火・金曜日…午前9時~午後7時
東部拠点担当(区役所別館内)	3880-5705	▷月・水・木曜日、第4日曜日…午前9時~午後5時 ▷火・金曜日…午前9時~午後7時

●24時間電話で相談 ⇒ よりそいホットライン

☎0120-279-338

●LINEで気軽に相談 ⇒ 相談はとLINE@東京



「相談はとLINE@東京」はコチラ

ウクライナ・能登半島地震 支援情報

■問先=地域調整課 管理係 ☎3880-5855

▷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など



▷令和6年能登半島地震の被災地への義援金の受け付け方法や支援内容など





税金・国保・年金

**特別区民税・都民税・森林
環境税の第2期納期限は
9月1日(月)**

普通徴収の特別区民税・都民税・森林環境税は、金融機関や区役所の窓口のほか、コンビニエンスストア、PayPayなどのスマホ決済アプリでも納付可能です。 ※9月10日(水)までに新規で口座振替を申し込んだ方の中から抽選で、区内共通商品券が当たるキャンペーンを実施中

- 問先=▷納税相談…
- 滞納整理第一係 ☎3880-5236
- 滞納整理第二係 ☎3880-5237
- 滞納整理第三係 ☎3880-5235
- ▷口座振替…収納管理係 ☎3880-5238

10月1日(水)から使用できる「国民健康保険資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を送付します

現在お持ちの国民健康保険被保険者証と国民健康保険資格確認書(以下、資格確認書)の有効期限は9月30日です。10月1日以降は、新しい資格確認書またはマイナ保険証を使用してください。 ■対象=区の国民健康保険加入者 ■内容=マイナンバーカードの健康保険証利用登録をしていない方には「資格確認書」、登録している方には「資格情報のお知らせ」を送付 ※70歳未満ですでに資格情報のお知らせをお持ちの方や、70~75歳未満で8月1日に資格情報のお知らせを更新した方は対象外 ■送付期間(予

定)=9月4日~15日 ■送付方法=住民登録地の世帯主宛てに簡易書留で郵送 ※郵便局での保管期限経過後、普通郵便で再送。表札がない、郵便局に留置や転送願いを出している方などは届かない場合があります。大量発送のため、順次お届けしますのでご了承ください。くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=国民健康保険課 資格賦課担当 ☎3880-5240

福祉・高齢医療

**重症心身障がい児(者)
都内各通所施設の通所者募集**

■入所時期=8年4月以降 ■対象=重症心身障がい児(者) ■内容=児童発達支援/生活介護 ■定員=若干名(選考) ■申込期間=9月1日~26日 ※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=表1

表1 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 ☎3856-7229
千住	☎3888-3146 ☎3888-5344
中部第一	☎3880-5881 ☎3880-5754
東部	☎3605-7520 ☎5697-6560
北部	☎5831-5799 ☎3860-5077

介護予防 プールで元気に「はつらつ教室」(8日制)

■日程等=表2 ■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 ■定員=各20人(選考) ■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)はつらつ高齢者支援係 ☎3880-5642

**きこえの講演会
「『難聴と補聴器』認知症にならないために」**

■日時=10月4日(土)、午後2時~4時 ■対象=きこえに不安のある方や家族、関係者 ■内容=区内耳鼻咽喉科医師による講演 ※要約筆記・手話通訳・ヒアリンググループ(難聴用磁気グループ)あり ■定員=40人(8月25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・ファクス番号、「きこえの講演会」を記入しファクス ■場・申・問先=障がい福祉センターあしすと 自立生活支援室 ☎5681-0132 ☎5681-0137

**ヒアリンググループ
(難聴用磁気グループ)の
貸し出し**

■対象=会議や講演会を行う団体 ☎3880-5304

表2 プールで元気に「はつらつ教室」(8日制) 日程等

日程	申込期間(必着)	場・申・問先
9/18~11/6の毎週木曜日	8/26~9/4	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
10/10~11/28の毎週金曜日	8/26~9/26	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

など ■内容=聴覚障がい者の聞こえを支援するヒアリンググループ(アンプ、ケーブル、受信機のセット)を無料で貸し出し ※申し込み方法など、くわしくはお問い合わせください。生涯学習センター(学びピア21内)や地域学習センターで利用する場合は、各施設へお問い合わせください。 ■問先=障がい福祉係 ☎3880-5255 ☎3880-5754

仕事・産業

**事業者向け
省エネルギー対策工場設備
更新補助金をご活用ください**

■対象=次のすべてに当てはまる区内中小企業…製造業/工場認可を取得している/買い替え予定の生産機器がある/省エネ診断の結果、買い替え予定の生産機器のCO2削減効果が10%以上見込まれる ※このほかにも要件あり。事前相談が必要。くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■補助額=生産機器本体費用の2分の1(上限500万円) ※予算に達し次第終了 ■申込=電話 ■期限=11月28日(金) ■申・問先=公害規制係 ☎3880-5304

**9月は
認知症
月間**

早めに知っとこ！ 認知症のこと

認知症は誰でもなる可能性があります。早期発見・早期対応で症状を改善できる場合もあります。この機会に認知症について正しい知識を身につけましょう。

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
はこチラ

イベントに参加して認知症への理解を深めよう！

- ◆9/20(土)・21日(日)は **認知症月間イベントを開催！**
- 時間=午前10時~午後4時 ※VR体験は午前11時~午後3時
- 場所=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)
- 内容=認知症の方の見え方をVR体験/認知症に関するパネル展示/「あだち脳活ラボ」ガラガラ抽選会
- ◆認知症に関するパネル展示
- 期間=9月10日~24日
- 場所=区役所・1階区民ロビー —いづれも—
- 申込=不要 ※当日直接会場へ。このほかにも関連イベントあり。くわしくは区のホームページをご覧ください。

**アンケートに答えて
プレゼントをゲットしよう！**

区のホームページから「区の認知症施策に関するアンケート」にご回答ください。抽選で30人に区の友好都市の名産品をプレゼント！ ■申込期間=8月22日~9月30日 ※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

【プレゼント例】



▲栃木県鹿沼市 黒田養蜂園はちみつセット 10人

▲長野県山ノ内町 ジュースセット 10人

ご本人や家族向けの交流会を実施

若年性認知症 本人・家族交流会

■日時=9月13日(土)、午後1時30分~3時 ■場所=総合ボランティアセンター ■対象=区内在住で若年性認知症と診断を受けた方や家族 ■内容=日々のもの忘れについての情報交換/悩みなどを気軽に話せる交流会 ■定員=20人 ■申込=電話/窓口 ■問先=(区)高齢者地域包括ケア推進課 はつらつ高齢者支援係 ☎3880-5642

認知症 本人・家族の会

■日時=10月11日(土)、午後2時~4時 ■場所=シアター1010・10階アトリエ ■対象=区内在住で認知症と診断を受けた方や家族 ■内容=認知症に関わる専門職の講義/参加者同士で悩みを気軽に話せる交流会 ■定員=30人 ■申込=電話 ■問先=大内病院(東京都認知症疾患医療センター) ☎5691-0592

—いづれも—

※8月26日から先着順 ■問先=(区)はつらつ高齢者支援係 ☎3880-5642

**児童手当現況届の
提出はお済みですか**

■対象=6月以降に現況届が届き、引き続き6月以降も子どもを養育している方 ※提出が遅れた場合、手当の支払い時期も遅れます。提出がない場合、8月期以降の支給ができません。 ■問先=児童手当係 ☎3880-6492 ☎3880-5573

**マンスリー就職面接会
 [第56回 マイタウン就職
 面接会]**

■日時=9月16日(火)、午後1時30分~4時 ※受け付けは3時30分まで
 ■場所=ムーブ町屋(荒川区荒川7-50-9) ■内容=足立区、荒川区の企業が集う就職面接会 ※足立ブランド認定企業の紹介・商品展示あり
 ■申込=不要 ※当日直接会場へ
 ■問先=ハローワーク足立事業所第一部門 ☎3870-8617
 ■問先=(区)就労・雇用支援係 ☎3880-5469

事業者向け AIを活用して食品ロスを削減してみませんか

食品ロスを削減するため、区は5年10月~7年3月の期間、区内食品小売店などに需要予測を行うAIシステムを導入し、食品ロス削減効果の実証実験を行いました。その結果、パン販売店などの作り置きをする小売業においては、食品ロス削減効果が期待できることが分かりました。
 AIシステムの導入費用は、区の補助金交付対象となる場合があります。この機会に導入してみませんか。 ※くわしくは区のホームページをご覧ください。
 ■問先=ごみ減量推進課 業務係 ☎3880-5302

公募・ボランティア

**元気応援ポイント事業
 (ボランティア)**

■対象=介護サービスを受けていない65歳以上の方 ■内容=ボラン

ティア登録をして、介護施設などで介護予防を目的とした活動を1時間すると、手帳にスタンプを1個押印(1ポイント) ※1ポイントを100円に換算し、活動交付金(期間中上限1万3,000円)として申請可

◆ポイント追加キャンペーン

期間中にスタンプを5個以上集めると、通常のポイントに加えて活動交付金1,000円を追加で交付。スタンプを100個集めると、さらに1,000円を追加(通常のポイントと合わせて上限1万5,000円分)

—いずれも—

■期間=実施中~8年7月31日 ■申込=窓口/区のホームページからオンライン申請 ■申先=介護保険課 介護保険係/区民事務所(中央本町を除く) ■問先=介護保険係 ☎3880-5887

暮らし・まちづくり

都市計画原案のお知らせ

■内容=西新井公園周辺地区地区計画の決定/足立区環状七号線A地区沿道地区計画の変更 ■公告日=8月26日(火) ■縦覧期間=8月26日~9月9日 ■意見書提出期間=8月26日~9月16日必着 ■意見書提出方法=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)(法人・団体の場合は法人・団体名、代表者の肩書き・氏名(フリガナ))、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 ■縦覧場所・意見書提出・問先=都市建設課 都市計画係 ※区

のホームページでも閲覧可 ☎3880-5280 ☎3880-5619

**あだち国際交流フェア2025
 出演者募集**

■日時=11月23日(祝)、午前10時~午後4時 ■場所=区役所・2階庁舎ホール ■内容=様々な国の踊りや演奏などを披露 ※出演時間は1団体20分程度。外国出身者優先。出演者向け説明会を11月11日(火)に実施予定(参加は任意) ■定員=10団体程度(抽選) ■申込=申込書を区へ郵送・持参 ※申込書は地域調整課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■期限=9月26日(金)必着 ■申・問先=地域調整課 多文化共生担当 ☎3880-5177

子どものミライのために活動する団体へ補助金を交付します

■対象=区内を主な活動地域とするNPO・ボランティア団体など ■補助基本額等=▷子育て世帯向けのフードパントリー…60万円 ▷学習支援、体験事業、子どもの居場所づくりなど…40万円 ※事業内容に応じて別途補助金の上乗せあり ■申込=申請書類を区へ郵送・持参 ※申請書類・募集要項は子どもの貧困対策・若年者支援課で配布するほか、区のホームページからもダウンロード可 ■申込期間=9月1日~12日必着 ■申・問先=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

6面に続きます

官公庁

宮城ポンプ場の都市計画変更(廃止)素案説明会

■日時=9月12日(金)、午後5時~7時/13日(土)、午前10時~正午 ※入退場自由 ■場所=江南住区センター ※車でのご来場不可 ■内容=みやぎ水再生センター内の宮城ポンプ場の機能移管に伴う廃止に関する都市計画変更素案の説明会 ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=▷説明会に関する事…(都)都市整備局 調整課 ☎5388-3386
 ▷宮城ポンプ場に関する事…(都)下水道局 事業調整課 ☎5000-7637

法務局地図作成事業(測量)にご協力をお願いします

東京法務局では、精度の高い地図*を作成しています。対象地域の土地所有者には、9月に開催する所有者説明会の案内を送付します。土地の境界確認の立ち会いなどに、ご理解・ご協力をお願いします。 ※くわしくは、東京法務局のホームページをご覧ください。 ★…不動産登記法第14条第1項に規定された、土地の面積や距離、形状、位置の正確性が高い地図 ■実施期間=7年9月1日~9年3月31日 ■対象地域=本木一丁目/本木南町 ■問先=法務省 東京法務局 不動産登記部門地図整備室 ☎5213-1414



あだち広報食堂

Vol.5 夏こそ、たんぱく増し*

気温が高いと食欲が落ちたり、外出を控えたりして、体重や筋力が減少(低下)しがち。特に高齢者は、一度体重や筋力が落ちると元に戻りにくいので、夏こそ、たんぱく質を意識的に摂る「ぱく増し*」を心がけましょう。今回は夏でも食べやすい「ぱく増し」レシピを紹介します。

■問先=高齢者栄養施策推進担当 ☎3880-5097



**① ドレッシングを使って簡単!
 ガパオライス**



材料(1人分)

- ごはん…茶碗1杯
- 鶏ひき肉…100g
- 冷凍ミックスベジタブル…50g
- 青じそドレッシング…大さじ2
- しょうが(チューブ)…少々
- ごま油…小さじ1
- 卵…1個

たんぱく質 29g

作り方

- ① フライパンにごま油をひいて卵を割り入れ、ふたをして約2分焼き、目玉焼きを作る
- ② ①を取り出して、しょうが、鶏ひき肉、冷凍ミックスベジタブルを炒め、全体に火が通ったら青じそドレッシングを加えてさらに炒める
- ③ 器にごはんを盛って、②→①の順に盛り付ける

★…区では、65歳以上の方を対象に、体重や筋力を維持し、高齢期を元気に過ごすために、普段の食事にたんぱく質を増して食べる「ぱく増し」(1食あたり20g以上)を推奨しています。

**② 早ゆでパスタで時短にも!
 ツナとしめじの和風パスタ**



材料(1人分)

- パスタ(早ゆでのものがオススメ)…80g
- 冷凍ブロッコリー…4個
- しめじ…小1/2袋
- ツナ缶…1缶
- めんつゆ…大さじ2

たんぱく質 29g

作り方

- ① パスタをゆでて、ゆであがり2分前になったら冷凍ブロッコリーとしめじを加える
- ② ゆであがったら①の水気を切って皿に盛り、ツナをのせて、めんつゆをかける

今回のレシピのポイント

①タイ料理「ガパオライス」の独特な味付けを、青じそドレッシングとしょうがで代用しており、暑い夏でも食べやすい一品です。
 ②パスタと野菜を一緒にゆでると洗い物も少なく、早ゆでパスタを使うことで時短になります。味付けはめんつゆだけなので、さっぱりと食べやすいです。お好みで大葉や大根おろしをのせてもおいしいです。



▲区管理栄養士 千ヶ崎さん

ほかにも「ぱく増し」レシピが盛りたくさん! くわしくはコチラ▶



**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 ☎3880-0041

5面からの続きです

暮らし・まちづくり

講座「地域活動に必要な資金づくり入門」

■日時=9月27日(土)、午後2時～3時30分 ■対象=区内在住・在勤・在学の方/区内で地域貢献活動をしたい方 ■内容=地域活動に必要な資金調達の仕組みや支援を得る方法を学ぶ ■定員=会場…20人 ▷オンライン…20人 ※いずれも8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・ファクス番号、Eメールアドレス、参加方法、「資金づくり講座」を記入しファクス ■場・申・問先=NPO活動支援センター(梅田図書館・1階。月曜日、祝日を除く、午前9時～午後9時30分) ☎3840-2331 FAX3840-2333

講座「ジェンダーのモヤモヤ、マンガで解決！」

■日時=10月4日(土)、午後2時～4時 ■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=ライター兼白百

合女子大学准教授のトミヤマユキコ氏による、マンガの世界からジェンダー課題をとらえて理解を深める講座/質問形式によるディスカッション ■定員=30人(8月26日から先着順) ※保育あり(9月25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、「マンガで解決」を記入しファクス ■申・問先=男女参画プラザ ☎3880-5222 FAX3880-0133

建物などの名称を変えた際は変更の届け出が必要

■対象=区内住居表示実施済み区域の建物の所有者・管理者 ■申込=窓口/申請書を区へ郵送・ファクス ※申請書は区のホームページからダウンロード ■申・問先=戸籍住民課 住民記録係 ☎3880-5725 FAX3880-5664

新規 空き家ワンストップ 無料相談会(9月～11月分)

■日程等=表1 ※1組30分程度 ■内容=所有する空き家等の管理や

相続・登記などの相談に専門家が応じる ■定員=各4組(8月27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 ■申・問先=建築紛争・空き家担当 ☎3880-5737

催し物

あだち絵本シアター 「ライブ絵本公演」

■日程=9月14日(日) ■時間等=▷就学前の子どもと保護者…午前10時30分～11時30分 ▷小学生と保護者…午後1時30分～2時30分 ■場所=わくわくにこここ図書館の森(綾瀬小学校内) ■内容=絵本作家による、絵本にちなんだ音楽の生演奏

とアニメーション付きの読み語り/参加型のゲーム・合唱/絵本の出張貸し出しなど ■定員=各50組程度(抽選) ■申込=区のホームページからオンライン申請 ■期限=9月5日(金) ■申・問先=中央図書館 読書活動推進係 ☎5813-3745

ふれんどりい祭

■日時=9月27日(土)、午前11時15分～午後3時 ■内容=食べ物・お菓子や手芸品など自主製品の販売/ふれんどりいの活動紹介パネルの展示/クラシック音楽団体「ミレニウムシンガーズ」によるライブ など ■申込=不要 ※当日直接会場へ ■場・問先=精神障がい者自立支援センター ふれんどりい ☎3883-7405

表1 空き家ワンストップ無料相談会(9月～11月分) 日程等

日程	時間	場所
9/5(金)	午前10時～正午/午後1時～3時	区役所・4階
9/7(日)	午前10時30分～午後0時30分	足立成和信用金庫 北千住地域応援相談プラザ(千住2-57)
9/19(金)	午後6時～8時	勤労福祉会館(綾瀬プルミエ内)
9/28(日)	午前10時30分～午後0時30分	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)
10/10(金)	午後6時～8時	西新井住区センター
10/12(日)	午前10時30分～午後0時30分	足立成和信用金庫 六町地域応援相談プラザ(南花畑1-1-30)
10/21(火)	午前10時～正午/午後1時～3時	区役所・4階
10/26(日)	午前10時30分～午後0時30分	足立成和信用金庫 北千住地域応援相談プラザ(千住2-57)
11/2(日)	午前10時30分～午後0時30分	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)
11/7(金)	午後6時～8時	竹の塚地域学習センター
11/13(木)	午前10時～正午/午後1時～3時	区役所・4階
11/22(土)	午後1時～3時	足立成和信用金庫 北千住地域応援相談プラザ(千住2-57)

パブリックコメント(区民意見募集制度)(9月分)

区民の皆さん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
(仮称)足立区認知症とともにいつまでもこのまちで条例	9/1～30	高齢者地域包括ケア推進課 認知症施策推進担当 ☎3880-5953

審議会等の公開(9月・10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
足立区区民評価委員会 区長答申・意見交換会	9/4(木)	午前9時30分～11時	区役所・8階	政策経営課 政策経営担当 ☎3880-5811
足立区建築審査会	10/1(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

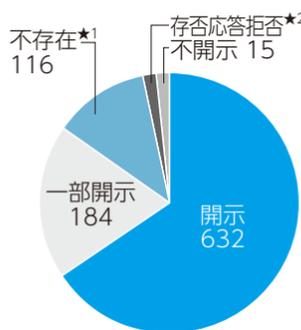
「情報公開制度・個人情報保護制度」6年度運用状況

区では、皆さんの生活に関わる様々な情報を取り扱っています。取り扱いの基本的なルールとして、「情報公開制度」と「個人情報保護制度」があります。 ※くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■問先=区政情報課 情報公開担当 ☎3880-5830



情報公開制度

公正で透明な区政を実現するための制度です。

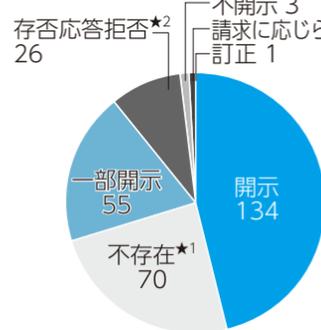


■主な請求内容= 工事契約に関する情報/業務委託に関する情報

請求件数 1,031件 (取り下げ30件、却下38件)

個人情報保護制度

プライバシーなどの個人の権利利益を守るための制度です。



■主な請求内容= 住民票交付申請書/自身の相談記録

請求件数 299件 (取り下げ6件、却下2件)

区は、個人情報を含む文書の廃棄を適切に行っています

個人情報の取り扱いについては、職員・委託事業者への管理監督を徹底し、秘密保持に努めています。 ■問先=総務課 文書係 ☎3880-6146

ポイント①

少量のものは、随時シュレッダーなどにより断裁処分しています。

ポイント②

大量のものは、業者に委託して年度初めや月ごとなど定期的に溶解処分し、古紙再生原料としてリサイクルしています。

9月1日～10月31日の「夕焼け放送」は午後5時

■問先=青少年課 管理調整係 ☎3880-5264

図書館の臨時休館日(9月分)

■期間=▷興本…8日(月)～12日(金) ▷鹿浜/花畑…25日(木)～30日(火) ■問先=中央図書館

☎5813-3740

じゃぶじゃぶ池の開設期間を9月21日(日)まで延長

環境講座「落語でたのしく海環境について学ぼう！」

■日時=10月4日(土)、午前10時30分～11時45分 ■場所=ギャラクシティ ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=落語家・柳亭信楽氏による、海で起きている環境問題に関する落語/環境の専門家から、環境問題が海に与える影響を学ぶ
 ■定員=50人(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=9月19日(金) ■申・問先=環境学習係 ☎3880-6263

足立区 文化団体連合会 文化祭

■日程等=表2 ■内容=文化団体連

合会による様々な分野の文化・芸術作品の発表・展示 ■申込等=▷観覧…不要 ※当日直接会場へ▷出品・参加(いけばな、和太鼓、川柳、茶道)…要事前申し込み。有料 ※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=文化団体支援係 ☎3880-5986

みどりの学び場「気軽に楽しむガーデニング(季節の寄せ植え)」

■日時=10月4日(土)、午後2時～2時45分/3時～3時45分 ■場所=エル・ソフィア ■対象=区内在住の方 ■内容=秋の花などを使って寄せ植えを作る ※作った鉢は持ち帰り

可 ■定員=各15人(抽選) ■費用=1,000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、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、希望時間、「季節の寄せ植え」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通で同居家族分の申し込み可。1人1回のみ申し込み可 ■期限=9月12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

郷土博物館の催し

◆一日だけの広重展

■日時=9月6日(土)、午前10時～

午後4時30分 ※最終入場は午後4時 ■場所=東岳寺(伊興本町1-5-16) ■内容=浮世絵師・歌川広重の命日に、墓と記念碑のある東岳寺で広重を紹介するパネルを展示

◆博物館の映画会(9月分)

■日時=9月13日(土)、午前11時～正午 ※無料公開日 ■場所=郷土博物館 ■内容=「つながりを生きる東京のエチオピア移民」の上映 —いづれも—

■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=郷土博物館 ☎3620-9393

8面に続きます

表2 足立区 文化団体連合会文化祭 日程等

内容	場所	期間	時間
いけばな	シアター1010・11階ギャラリー	10/4(土)・5(日) ※5(日)は午後5時終了	午前10時～午後6時
俳画・水墨画	区役所・1階 区民ロビー	10/6(月)～10(金) ※6(月)は正午開始、10(金)は午後4時終了	午前9時～午後5時
合同展示会(手芸/色彩魚拓)		10/20(月)～26(日) ※20(月)は正午開始、26(日)は午後3時終了	

内容	場所	日程	時間	
民謡	西新井 文化ホール	9/14(日)・15(祝)	午前10時～午後5時	
相撲甚句		9/15(祝)	午後1時～1時45分	
民舞		11/2(日)	午前10時30分～午後3時30分	
ハワイアン&フラ		11/3(祝)	正午～午後5時	
和太鼓		11/9(日)	午前10時30分～午後5時30分	
カラオケ歌謡		11/24(休)	午前10時～午後7時30分	
日本舞踊		8年1/24(土)	午前11時～午後7時30分	
舞台発表会(日舞、和太鼓などのステージ発表)		区役所・2階 庁舎ホール	9/23(祝)	午後1時～4時30分
吟剣詩舞道		竹の塚地域 学習センター	11/3(祝)	午前10時30分～午後4時30分
三曲(箏・三絃・尺八)			11/23(祝)	午後2時～5時
剣舞	エル・ソフィア	11/3(祝)	午後3時～5時	
川柳		11/30(日)	午前10時30分～午後4時30分	
茶道	西新井大師書院 (西新井1-15-1)	11/3(祝)	午前10時～午後2時30分	

あだち防災フェア 2025 in アリオ西新井 9月1日(月)～7日(日)
 アリオ西新井・1階イベント広場(西新井栄町1-20-1)

今回の防災フェアのテーマは「水害への備え」。見て、体験して、台風シーズンに向けた水害対策を知り、日ごろからの備えに活かしましょう！
 くわしくはコチラ▶



◆体験できる防災イベント

■日時=9月6日(土)・7日(日)、午前10時～午後4時 ■内容=防災リュック間違い探し/初期消火・応急救護・AEDの取り扱い体験(西新井消防署・西新井消防団協力)/災害用給水タンクの重量体験(自衛隊協力)



▲昨年の西新井消防署ブースの様子

◆写真・パネルなどの展示

■時間=午前10時～午後9時 ※9月7日(日)は午後4時まで ■内容=令和2年7月豪雨時の熊本県人吉市の被害状況の写真展示/水害への防災啓発パネル展示/模擬避難所・備蓄食品・防災用品の展示 —いづれも—

■申込=不要 ※当日直接会場へ ■問先=(区)災害対策係 ☎3880-5836

あだち エンタメ★イベント

えんチャレ参加者新規募集

あだちエンターテイメントチャレンジャー支援事業(えんチャレ)では、将来メジャーでの活躍をめざすアーティストとエンターテイナーを募集します。 ■選考=実演(10月23日(木)予定) ■申込=申請書類を区へ郵送・持参 ※申請書類は区のホームページからダウンロード。くわしくは区のホームページをご覧ください。 ■申込期間=9月1日～30日消印有効 ■申・問先=地域文化課 広域施設係 ☎3880-5701



あだち第九を歌おう会 参加者募集

■日時等=▷練習(ギャラクシティ)…9月18日(木)～12月25日(木)、午後7時～9時(全12回) ▷本番(西新井文化ホール)…8年1月8日(木) ■対象=小学生以上の方 ※初心者可。小・中学生は保護者同伴 ■内容=東京藝術大学出身講師による指導のもと、あだち第九を歌おう会でベートーヴェン作曲「交響曲第9番」を合唱する ■定員=100人(抽選) ■費用=880円(楽譜代) ■申込=ホームページからオンライン申請/申し込み用紙を郵送・持参 ※申し込み用紙付きチラシは、ギャラクシティ、地域学習センターで配布するほか、ホームページからもダウンロード可 ■申・問先=ギャラクシティ 〒123-0842栗原1-3-1 ☎5242-8161



今年もやります！ 就学援助対象児童・生徒の方

生物園年間パスポートを無償提供



7年度就学援助対象の児童・生徒に対し、交付から1年間有効な生物園の年間パスポートを無償で提供します！

必要書類 「令和7年度 就学援助の認定結果について」

※7月1日以降に区から対象者に順次発送済み

申込	申込期間	交付期限
生物園窓口 対象児童・生徒と保護者が必要書類を持参。窓口で申し込み後、即日年間パスポートを交付	9/2～12/28	12/28(日)
ホームページからオンライン申請 申請フォームに必要事項を入力し、必要書類の写真をアップロード。翌日以降、窓口で年間パスポートを交付 ※対象児童・生徒の来園が必要	9/2～12/27	

申先 生物園
 問先 ▷年間パスポートについて…生物園 ☎3884-5577
 ▷就学援助について…学務課 助成係 ☎3880-5977

じゃぶじゃぶ池の開設期間について、あだち広報6月25日号で「9月7日(日)まで」とお知らせしましたが、今後も猛暑日が続く可能性が高いため期間を延長します。 ■期間(延長後)=開設中～9月21日 ※周辺地域の再整備のため、竹の塚第五公園は延長なし ■問先=公園調整係 ☎3880-5845



知って講座「ドリップコーヒーセミナー」(桜花亭)

■日時=9月24日(水)、午後2時~3時30分 ■対象=16歳以上の方 ■内容=ドリップコーヒーの魅力や楽しみ方を学び、自分で淹れたコーヒーと一緒にケーキを味わう ※お土

産付き ■定員=18人(9月3日、午前9時から先着順) ■費用=3,500円(材料費) ■申込=電話/氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、「ドリップコーヒーセミナー」を記入しファクス ■期限=9月17日(水) ■場・申・問先=桜花亭 ☎3885-9795 ☎3860-0608

文化のちから体験会 無料

子どもから大人まですべての世代の方に、コンサートや芝居などの舞台に親しむ機会を無料で提供し、文化・芸術の裾野を広げる区の事業です。 ■問先=広域施設係 ☎3880-5701

児童よしみコンサートツアー2025 音楽の旅、心の贈り物



■日時=10月4日(土)、午後2時~4時 ※1時30分開場 ■場所=シアター1010・11階劇場 ■対象=区内在住・在勤・在学の方 ■内容=演歌歌手・児童よしみ氏による、大迫力の演歌と軽妙なトークを織り交ぜたコンサート ■定員=700人(抽選) ※就学前の子どもは入場不可 ■申込=ホームページからオンライン申請/代表者の住所・区外在住の方は勤務先または学校名・氏名(フリガナ)・電話番号、全員の氏名(フリガナ)・年齢、希望人数(2人まで)、車いす席希望の有無を記入し往復ハガキで送付 ※返信面にも宛名を記入。1人1回のみ申し込み可 ■期限=9月10日(水)消印有効 ※オンライン申請は午後6時まで ■申・問先=シアター1010「文化のちから体験会 児童よしみ」係 〒120-0034千住3-92 ☎5244-1011

宿泊施設インフォメーション(12月分)

◆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=9月1日~10日消印有効 ※9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、10月1日から利用希望日の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(12月分)

利用施設	利用できる日	電話受付時間
日光林間学園(予約専用) ☎0288-53-3681 ☎0288-54-1661 ☎ https://www.adachi-nikko.com/	6・13・20・27~31	平日、午前9時~午後5時

※施設内では携帯電話やスマートフォンがつな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。

◆日光の森で過ごす ちょっと特別な冬時間(宿泊者限定)

■日程=7年12月6日(土)・13日(土)・20日(土)・27日(土)~8年1月3日(土)・10日(土)・11日(日) ■時間=午後2時~5時 ■内容=たき火体験/クイズラリー/子ども広場/ウェルカムドリンク など ※対象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



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

令和7年は千住宿開宿400年!

1625年(寛永2年。江戸幕府第3代将軍 徳川家光の時代)に開宿したとされる千住宿は、今年で開宿400年を迎えました。今年度は、歴史・美術・グルメなど様々な面から千住の魅力を感じられる企画を開催しています!



対象講座はこのアイコンが目印!

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。

! 講座の申し込み共通事項

受け付け開始日=8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…パソコンなどで参加可能 …各施設のおススメ講座

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 シニアによるシニアのためのタブレット教室(4日制) ◆おおむね60歳以上の方	10/2~23の毎週木曜日 午後1時~4時	10人	8,200円	事前 先着
2 見直される安全性 機能性表示食品の最新動向2025	10/5(日) 午前10時~正午	会場: 40人 オンライン: 10人	500円	
3 太陽光が引き起こす 光化学反応とその水環境管理への応用	10/5(日) 午後2時~4時	会場: 40人 オンライン: 10人	800円	
4 教科書には書かれていない 歴史を学ぶ 古文書講座(3日制)	10/17(金)・24(金)・31(金) 午後7時~8時30分 ※場所は東京未来大学(千住曙町34-12)	40人	2,700円	
5 電大 de 学びピアコンサート バイオリンとチェロの調べ	10/18(土) 午後2時~3時 ※場所は東京電機大学 東京千住キャンパス(千住旭町5)	100人	1,300円	
6 もしもに備える 乳児のための救命救急講習会 ◆1歳未満の子どもの保護者 託児:2カ月~2歳の子ども	10/19(日) 午後1時30分~4時	24人(託児5人)	235円(託児1人 2,700円)	
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
1 みんなでスポーツを楽しもう! ラクロス体験 ◆小学生以上の方	9/13(土) 午後3時30分~5時	16人	600円	事前 先着
2 親子で工作おはなし会 「キラキラ万華鏡づくり」 ◆4歳~小学生と保護者	9/21(日) 午前10時30分~11時30分	10組	1,000円	
3 認知症サポーター養成講座	9/27(土) 午前10時~11時30分	10人	無料	
4 日本舞踊で舞いトレ(2日制)	10/3(金)・17(金) 午前10時~11時15分	8人	1,140円	当日
5 ハロウィーンクラフトバンド工作&スマホで子ども撮影テク ◆4歳~小学生と保護者	10/5(日) 午後1時~3時	24組	500円	
6 ピラティス&エクササイズ 腰痛改善コース(3日制)	10/7(火)・21(火)・11/4(火) 午後7時30分~8時45分	25人	2,400円	



講座名 (◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
伊興地域学習センター 〒121-0823 伊興2-4-22 ☎3857-6537				
7 おしゃべり歌声脳トレ ◆60歳以上の方	10/14(火) 午後1時15分～2時45分	15人	550円	事前 先着
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 はじめてのHIPHOP(10日制) ◆4歳～小学生	10/1～12/24の毎週水曜日 (10/8・29、11/5を除く) 午後4時～5時	30人	6,600円	事前 先着
2 デザインツールを使って 地域活躍プロジェクト (前期)(4日制)	10/15・29、11/12・26 いずれも水曜日 午後6時30分～8時30分	10人	4,000円	
3 つながるコーヒー焙煎士による おいしいコーヒーの淹れ方講座	10/17(金) 午後7時～8時	10人	1,500円	
4 足立区の日本茶と名菓の ペアリング講座	10/19(日) 午前10時30分～午後0時30分	16人	2,500円	
興本地域学習センター 〒123-0844 興野1-18-38 ☎3889-0370				
1 オススメ 一輪車体験教室 ◆おむね5歳～小学生	9/23(祝) 午後0時30分～1時30分 午後2時～3時	各5人	1回 310円	事前 先着
2 親子フットサル体験レッスン in 興本 プラ板工作付き ◆4歳～小学2年生と保護者	9/27(土) 午後3時30分～4時45分	10組	1,340円	
3 子どもから大人まで一緒に学べる 剣舞エクササイズ(2日制) ◆5歳以上の方 (5歳～中学生は保護者同伴)	10/1(水)・15(水) 午後7時～8時30分	20人	2,000円	
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	10/7～11/18の毎週火曜日 午後3時30分～4時30分	15組	6,090円	
5 クセ字を直そう 大人の硬筆教室 「漢字行書編」(5日制)	10/10～11/7の毎週金曜日 午後1時30分～3時	10人	3,350円	
6 筆文字アート 自分の字を アートにしてみませんか	10/11(土) 午前10時30分～正午	10人	1,980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 オススメ 子連れOK! ヨガエクサ サイズ&リンパケア ◆16歳以上の女性	10/3(金)、11/7(金) 午前10時30分～11時30分	各10人	1回 890円	事前 先着 【ネット不可】
江北地域学習センター 〒123-0872 江北3-39-4 ☎3890-4522				
1 太極拳サークル体験 入門・中級(5日制) ◆入門:16歳以上の方 ◆中級:24式が分かる16歳以上の方	10/1～29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5人	50円	事前 先着
2 骨盤の歪みや腰痛を改善 優しいベリーダンス(8日制) ◆16歳以上の女性	10/3～11/28の毎週金曜日 (10/17を除く) 午後1時30分～2時30分	20人	4,480円	
3 ガーデニングサロン ◆どなたでも (小学3年生以下の方は保護者同伴)	10/9(木)・23(木) 午前10時～11時	各10人	無料	
4 漢字を書いて美文字になろう (楷書・行書)(6日制)	10/10～11/21の毎週金曜日 (10/17を除く) 午前9時30分～11時	12人	4,026円	
5 スポーツきほん塾 鉄棒(5日制) ◆4歳～就学前の子ども	10/23～11/20の毎週木曜日 午後3時30分～4時30分	20人	2,800円	
6 オススメ 江北歴史探検隊 秋の江北めぐり	10/27(月) 午後3時～4時30分	15人	無料	
佐野地域学習センター 〒121-0053 佐野2-43-5 ☎3628-3273				
1 認知症サポーター養成講座 (2日制)	9/17(水)、10/1(水) 午前10時～正午	20人	無料	事前 先着
2 紙ヒコーキが飛ぶ仕組み ◆小学生以上の方	9/20(土) 午後2時～3時	10組 (1組2人 まで)	無料	
3 終活セミナーA・B A:後悔しない葬儀の事前準備 B:葬儀前から始める相続対策	9/27(土) A:午後1時～2時 B:午後2時30分～3時30分	各20人	無料	
4 オススメ うたとピアノの 秋色コンサート 「おとことばのまほう」 ◆小学生と保護者	10/4(土) 午後3時～4時	25組	2,500円	
5 基礎から学ぶ やさしいフランス語教室A・B (7日制) ◆A:フランス語を初めて学ぶ 16歳以上の方 ◆B:フランス語で簡単なあい さつや自己紹介ができる16歳 以上の方	A:10/6・20、11/10・ 17、12/1・15・22 いずれも月曜日 午後1時～2時30分 B:10/3・24・31、 11/14・28、12/12・26 いずれも金曜日 午後1時～2時30分	各10人	6,100円	
6 子どもの能力を引き出す バルシューレA・B(8日制) ◆A:4歳～就学前の子ども ◆B:小学1～3年生	10/6～12/22の毎週月曜日 (10/13、11/3・24、12/8を除く) A:午後3時30分～4時20分 B:午後4時30分～5時20分	各10人	3,920円	

講座名 (◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
鹿浜地域学習センター 〒123-0864 鹿浜6-8-1 ☎3857-6551				
1 第1回鹿浜防災フェア実行委員会 ◆どなたでも	9/21(日) 午後2時30分～3時30分	20人	無料	事前 先着
2 鹿浜スポーツクラブ 美整体ヨガ	10/2～30の毎週木曜日 午後7時～8時	各14人	1回 810円	
3 しかトク あなたは大丈夫? フレイル予防講座 ◆おむね60歳以上の方	10/4(土) 午前10時30分～正午	20人	無料	
4 バランス能力アップ きつずトランポリン(2日制) ◆5歳～小学生	10/8(水)・15(水) 午後4時～5時	24人	900円	
5 オススメ あだちトイ・ドクターズと 作る木の板のモーターカー ◆小学生 (小学1・2年生は保護者同伴)	10/18(土) 午後2時～3時	8人	500円	
6 他の子と差をつけよう! 学生向けマナー講座 ◆中学生	10/18(土) 午後2時～3時	15人	無料	
新田地域学習センター 〒123-0865 新田2-2-2 ☎3912-3931				
1 里親説明会 養育家庭(里親)を ご存知ですか? ◆足立区・北区在住の方 (子ども同伴可)	9/13(土) 午後2時～4時	5人	無料	事前 先着 【ネット不可】
2 近代金継ぎ体験講座 ◆完全に割れている食器など を持参できる方	9/21(日) 午前10時30分～午後0時30分 午後1時30分～3時30分	各5人	1回 2,100円	事前 先着
3 郷土博物館出張講演 「千住宿と浮世絵」 ◆どなたでも	9/26(金) 午後2時～4時	20人	無料	
4 オススメ 災害ボランティアと学ぶ 災害への備え	9/27(土) 午前10時～正午	20人	100円	
5 LEDで光るハロウィーンランタン を作ろう ◆小学生 (小学1・2年生は保護者同伴)	10/13(祝) 午前10時～正午	16人	550円	
竹の塚地域学習センター 〒121-0813 竹の塚2-25-17 ☎3850-3107				
1 ニコニコサロン 「五感リトミック」(2日制) ◆2カ月～2歳6カ月の子ども と保護者	10/3(金)・17(金) 午前10時～10時55分	25組	1,700円	事前 先着
2 心と体の柔軟レッスン フェル デンクライスメソッド体験会	10/6(月) 午後7時～8時10分	30人	1,000円	
3 心と体の柔軟レッスン フェル デンクライスメソッド(9日制)	10/20～12/22の毎週月曜日 (12/8を除く) 午後7時～8時10分	30人	9,000円	
4 オススメ マリリン先生と一緒に ボイストレーニング! ◆どなたでも	10/28(火) 午後2時～3時30分	30人	1,000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 わいわいエアロビクス(7日制)	10/1～11/19の毎週水曜日 (10/29を除く) 午前9時30分～10時40分	20人	3,780円	事前 先着
2 木曜ナイトヨガ(6日制)	10/2～12/18の第1・3木曜日 10/9～12/25の第2・4木曜日 午後7時30分～8時30分	各20人	3,000円	
3 わくわくサイエンス 「雲と仲良くなろう」 ◆小学生 (小学1～3年生は保護者同伴)	10/11(土) 午前10時30分～正午	20人	610円	
4 パーソナルカラーって何? 似合うって何?(3日制) ◆16歳以上の女性	10/11(土)・18(土)・25(土) 午後1時30分～4時	7人	3,240円	
5 楽しく英会話講座 初級編 (12日制)	7年10/25～8年1/31の毎週土曜日 (11/8・29、8年1/3を除く) 午後6時～7時30分	16人	9,000円	
6 オススメ バイオリン&ピアノの アフタヌーンコンサート	10/26(日) 午後2時～3時30分	40人	1,500円 (中学生以下の 方は500円)	
東和地域学習センター 〒120-0003 東和3-12-9 ☎3628-6201				
1 減らそう! 食品ロス 皮まで 完食できる大根まるごと 一本使いきりレシピ ◆小学生と保護者	10/4(土) 午前10時30分～午後1時30分	8組	2,800円	事前 先着
2 歌うボイスエクササイズ (3日制)	10/4(土)・18(土)・25(土) 午前11時～正午	20人	2,400円	
3 シン・将棋サロン(勉強会なし) ◆どなたでも	10/18(土) 午後2時～4時	20人	無料	
4 オススメ あそぶえんげき特別回 「昔の千住で演劇して みる?」 ◆どなたでも (就学前の子どもは保護者の参加が必要)	10/19(日) 午後2時～4時	15人	15歳以下の方: 700円 16歳以上の方: 900円	

広告

(公社) 足立区シルバー人材センター 会員大募集。区内 60 歳以上の方、一緒に地域で活躍しませんか。女性の方も大歓迎です。足立区西保木間 1-8-2 (5856) 6866

講座名 (◆対象)	日時	定員	費用	申し込み方法
舎人地域学習センター 〒121-0831 舎人1-3-26 ☎3857-0008				
1 楽しく健康にウォーキング サークル体験(2日制) ◆おおむね50歳以上の方	9/18(木)・25(木) 午前9時50分～11時30分	10人	20円	事前 先着
2 つながるあだち人 あだちでつながるピンクリボン	10/4(土) 午後2時～4時	30人	無料	
3 親子で楽しむヨガ ◆7カ月～2歳の子どもと母親	10/8(水) 午前10時～11時	10組	750円	
4 ゆるっと学ぶ うんちの話からはじまる性教育 ◆4歳～小学生と保護者	10/13(祝) 午後1時～3時	15組	無料	
花畑地域学習センター 〒121-0061 花畑4-16-8 ☎3850-2618				
1 シニア向けスマホ講座 「LINEをもっと使う」(2日制) ◆スマートフォンをお持ちのおおむね65歳以上の方	9/8(月)・22(月) 午前10時30分～11時30分	8人	1,300円	事前 先着
2 大人のための楽しい塗り絵教室「美人画」 ◆20歳以上の方	9/30(火) 午前10時～正午	20人	600円	
3 動ける体をつくる! 主体的に皆で楽しむ運動教室A・B(4日制) ◆A:3歳～小学2年生 ◆B:小学生	10/2～23の毎週木曜日 A:午後4時30分～5時15分 B:午後5時15分～6時	各10人	2,240円	
4 「もったいない」を減らそう! 親子料理教室でブックトーク ◆5歳～小学生と保護者	10/5(日) 午前10時30分～午後0時30分	8組	2,100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	10/24(金) 午後4時30分～5時30分	10人	800円	
6 家族のための介護教室「じぶんノート書き方講座」 ◆どなたでも	10/25(土) 午前10時～11時30分	25人	無料	
7 親子トランポリン ◆2歳～就学前の子どもと保護者	10/30(木)、11/6(木) 午後3時30分～4時30分	各10組	1回870円	
保塚地域学習センター 〒121-0072 保塚町7-16 ☎3858-1502				
1 みんなの歌声ひろば 楽しく歌おう昭和歌謡	9/17(水) 午後1時20分～3時	35人	940円	事前 先着
2 遊ぼう・動こう・触れあおうファミリー体操 ◆2～4歳の子どもと保護者	9/20(土) 午前10時～11時	12組	700円	
3 アンガーマネジメント 子育てのイライラと向き合おう ◆18歳以上の方(子ども同伴可)	9/21(日) 午前10時～11時30分	15人	990円	
4 保塚オータムクラシックコンサート ◆どなたでも(小学生以下の方は保護者の参加が必要)	9/21(日) 午後2時～3時30分	30人	就学前の子ども: 無料 小学生: 500円 中学生以上の方: 1,300円	
5 健康寿命をのばそう 体操サークル体験(3日制) ◆おおむね70歳以上の方	10/6(月)・20(月)・27(月) 午前10時～11時30分	10人	30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				
6 骨盤底筋ケアもできる産後リフレッシュヨガ ◆産後1カ月以降の女性	10/16(木) 午前10時30分～11時30分	8人	950円	事前 先着
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				
1 始めてみよう スポーツ吹矢(6日制)	10/2～12/18の第1・3木曜日 午後0時30分～2時30分	14人	3,300円	事前 先着
2 インナービューティヨガ(4日制)	10/3～31の毎週金曜日(10/10を除く) 午後1時30分～2時30分	20人	2,240円	
3 親子トランポリン(6日制) ◆2歳～就学前の子どもと保護者	10/3～11/7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	
4 チャレンジ親子体操(4日制) ◆1～3歳の子どもと保護者	10/4・11、11/1・8 いずれも土曜日 午前11時～11時50分	25組	親1人子1人: 3,600円 親1人子2人: 4,960円	
5 ヘルシーエクササイズ(5日制)	10/27、11/10、12/1・8・22 いずれも月曜日 午前10時～11時30分	50人	2,800円	
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 アロマでベビーとママのヨガタイム&リラクゼーション スプレー作り ◆2～12カ月の子どもと母親	9/2(火) 午前10時～11時	8組	1,000円	事前 先着
2 足裏ほぐしで体幹バランス「アロマと機能改善運動」	9/9(火) 午前10時～11時	10人	920円	
総合スポーツセンター 〒121-0063 東保木間2-27-1 ☎3859-8211				
1 わいわいエアロビクス(11日制)	10/9～12/18の毎週木曜日 午後7時15分～8時25分	30人	6,160円	事前 先着
2 フットセラピービクス(11日制)	10/10～12/19の毎週金曜日 午前10時15分～11時15分	40人	6,160円	
3 元気いきいき体操(10日制) ◆おおむね60歳以上の方	10/10～12/19の毎週金曜日(11/28を除く) 午後1時30分～3時	50人	5,600円	
4 卓球教室(10日制) ◆16歳以上の卓球初心者	10/21～12/23の毎週火曜日 午後3時30分～5時30分	20人	9,300円	
5 親子トランポリン(6日制) ◆2歳～就学前の子どもと保護者	10/22～11/26の毎週水曜日 午前10時30分～11時30分	15組	4,620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 アクアエクササイズ	9/11(木)・18(木)・25(木) 午前11時30分～午後0時20分	各25人	1回750円	当日 持
2 ワンポイントレッスン ◆小学生以上の方(小学1～3年生は保護者同伴)	9/18(木)・25(木) 午前10時～11時20分	各20人	無料	
平野運動場 〒121-0076 平野2-12-1 ☎3883-8079				
1 テニスステップアップ教室(8日制)	10/4～11/22の毎週土曜日 午前9時30分～11時	26人	13,040円	事前 先着

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

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 見積無料
修繕費の無駄はカット
0120-18-3216
株式会社サーベイ
東京都葛飾区立石 7-31-7

庭木 1本から大歓迎!!
3,300円(税込) 見積無料
※虫、マキなど特殊な木は別途見積りとなります ※ゴミ処分別添
まずはご相談ください
今まで頼んでいた所が閉業して困ってる...
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!
庭をキレイにしたいな
屋根よりも高い大木、切ってもらえるの?
放ってある空家の管理を頼めないかしら?
植木鉢や古土の処分はしてくれるの?
お気軽にご相談ください
グリーンアドバイザー、樹医も在籍!
あなた広報読者特典 **10%OFF**
2025年9月25日以降の作業予約で
先着 **10名限定** **更に10%OFF**
足立支店 足立区竹ノ塚 4-40-15
受付時間 9:00～18:00 無休
麹町・練馬・板橋・北区・松戸にも支店あり!

「あだち区民まつり(A-Festa2025)」で第20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12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!
◆ソロ目賞(「エマーゼンシーキット」または「コンパクトファーストアイドキット」)や、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あれば、未成年の測定も可能です)。
【注】測定用器材がなくなり次第、終了とさせていただきます。
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>

広告

(公社) 足立区シルバー人材センター

お仕事大歓迎。企業、ご家庭からのお仕事お待ちしております。1時間からのお仕事でも大丈夫です。お気軽にお問い合わせ下さい。足立区西保木間 1-8-2 (5856) 6866

9月19日(金)
スタート!

万が一の火災を初期消火で食い止める

区独自 住宅用火災警報器・消火器が お得に交換・購入できます!

東京消防庁によると、6年中の足立区の火災による焼損床面積は1,757㎡で、東京23区最大であることがわかりました。そこで区は、万が一火災が発生した際の初期消火に重要な「住宅用火災警報器」「消火器」に対して補助を決定しました。この機会に、火災への備えをぜひ! ■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



初期消火に必須の下記2アイテムを備えよう!

まずは、住宅用火災警報器で気づく

火災で発生する煙や熱を感知し、警報を発して火災の発生を知らせます。



役割

消防法および東京都火災予防条例により、原則居間、寝室などの各居室、階段および台所に設置が義務付けられています。
※浴室、トイレ、洗面所などを除く。このほかにも要件あり

効果

- 早期に火災に気づくことができるため、初期消火や通報などの行動が早まります。
- 警報器が設置されている場合、死者は約3分の1、経済的損害額は約5分の1に抑えられています。

そして、消火器で火を消す

火災の初期段階に自分で消火活動を行うことで、被害を最小限に抑えます。



役割

戸建て住宅に設置義務はなく、集合住宅は規模により共用廊下などに設置が義務付けられています。

効果

- 消火器などで初期消火した場合、約7割が被害軽減につながっています。
- 水では消火できない油火災など、様々な火災に対応できます。

設置・購入後、そのまま放置していませんか?
いずれも、定期的な交換が必要です!

住宅用火災警報器 設置から約10年
内部部品の劣化や電池の消耗等により、平常時に突然鳴るなど正常に作動しなくなる可能性があります。

消火器 製造から約5~10年
部品の腐食や劣化等で破裂し、人身事故などにつながるおそれがあります。

9月19日(金)から 住宅用火災警報器・消火器の購入・取り付けがお得に!

住宅用火災警報器への補助は
23区初!

区内対象店舗に行くと、区の補助制度により、その場で値引きを受けられます。ぜひ、ご活用ください! ■期限=8年1月31日(土)
※予算額に達したなどの理由により事業を終了する場合あり

住所が確認できる公的な本人確認書類(マイナンバーカードなど)をご持参ください。
※障がいのある方は、障がいの種別がわかるものも持参

住宅用火災警報器・消火器補助 対象等 ※いずれも1世帯につき1回限り。消費税は自己負担

種類	対象	内容	補助額(上限)
日本消防検定協会が認定した住宅用火災警報器 ※煙式・熱式などの種類は不問	区内在住で、障がいのある方や65歳以上の方がいる世帯	購入・取り付け費用を補助	3万円
	上記以外の区内の世帯		2万円
日本消防検定協会が認定した、業務用消火器・住宅用消火器・エアゾール式簡易消火具	区内のすべての世帯	購入費用を補助 ※詰め替えた場合の費用、購入に伴う古い消火器の処分費用も対象	1万円

対象店舗など、くわしくはコチラ



本補助事業の協力事業者も募集中!

ご協力いただける場合は、ご連絡をお待ちしています。
■対象=住宅用火災警報器の販売・取り付けや、消火器の販売を行っている区内事業者

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

くらしにピタッと寄り添う量をご提案します♪

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♪

お気軽にご相談ください!

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/¥1,320相当)
※2025年9月15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!

七五三は家族写真で。

3才・5才のとってもお得なレンタルプラン

(写真を前撮りすると お祝い当日に衣装が無料レンタルできるシステムです)
※レンタル衣装をご利用の場合は、衣装の予約と写真の前撮りの予約をお願いいたします。

☆前撮り期間☆ (お出かけの日が予約できます。)
8月1日~10月15日
六切1ポーズ ¥14,850~ (税込)

お問合せ・資料のご請求は下記まで。

須賀写真館
☎03-3883-8210
足立区西保木間 1-16-2 駐車場完備
(金曜日/第2・4木曜日 定休)

https://www.photostudio-suga.co.jp

この町のお抱え工務店

相談・見積 **¥0**

地域密着 真心対応

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

住宅リフォーム事業者団体 国土交通大臣登録

東洋堂ハウスSP
東京都知事許可 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**
足立区千住河原町 6-10-102