

輝く未来をつくるため あなたの働きたい を応援します

区では、皆さんの就労を応援するため、主に子育て中の女性を対象にした「女性のキャリアアップ講座」等、各カテゴリーに向けた講座を開催しています。また、就職や就労に関する悩みの相談先として、各種相談窓口を開設しています。
就職を考えている方や職場で悩みがある方は、ぜひ、ご利用ください。

問合せ 就労支援課就労支援係 ☎(3800)8710

▲前回のパーソナルカラー診断の様子

「女性のキャリアアップ講座」とは

主に子育て中の女性の再就職を応援するための講座です。パソコンの操作講習や応募書類の作成講座、パーソナルカラー診断等、就職活動に役立つ技術を身につけることができます。託児を利用できるため、お子さんを連れて参加できます。

体験者からのメッセージ

●橋本さん親子(30代、お子さん2歳)

パソコンの操作方法や書類の作成方法等、仕事につながる技術を学ぶことができました。子どもを預けられるので、子育て中でも受講しやすいと思いました。今回の受講をきっかけにして、次の段階へステップアップしていきたいと思います。



女性のキャリアアップ講座

日時	▶ 8月1日(火)～4日(金)・7日(月)午後0時30分～4時30分 ▶ 8月8日(火)・9日(水)午後1時30分～4時 ※全7回
会場	マザーズハローワーク日暮里(西日暮里2-29-3日清ビル5階)
対象	再就職を目指す主に子育て中の女性
定員	6人(申込順)
託児	満1歳以上の未就学児、2組(申込順)
内容	ワード・エクセルの基礎、応募書類の作成、就職活動の基礎知識等
締切り	7月21日(金)
申込み	電話で、就労支援課就労支援係 ☎(3800)8710

2面で、就職・就労を支援する窓口を紹介します

熱中症に気を付けて節電にご協力を

問合せ ▶ 節電について…環境課環境推進係 ☎(3802)4693
▶ 熱中症について…健康推進課保健相談担当 ☎内線432

夏の電力不足が予想されるため、国から節電要請が行われました。午後3時～8時は、電力需給が特にひっ迫しやすい時間帯です。使っていない部屋の電気を消す等、生活に支障のない範囲で節電にご協力をお願いします。なお、高齢者の方は暑さを感じづらいため、室温計や暑さ指数を確認し、特に熱中症に注意してください。

期間

7月1日(土)～8月31日(木)

家庭でできる節電行動

エアコン	● 室温は28℃を目安にしましょう ● すだれ・カーテン等で日差しを和らげましょう ● 2週間に1回程度、フィルター清掃を行いましょう
照明	● 不要な照明を消しましょう
冷蔵庫	● 扉の開閉時間を短くしましょう ● 食品を詰め込み過ぎないようにしましょう

熱中症予防のポイント

- ▶ **こまめに水分補給**
のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給をしてください。1日当たりコップ6杯分(1.2ℓ)が目安です。外出時は飲み物を持参しましょう。
- ▶ **住環境**
換気によって室内温度が高くなる場合は、エアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。また、通気性・吸水性・速乾性に優れた衣類を選ぶ等、衣類・寝具も調整しましょう。

就職・就労を支援する窓口を紹介します

問合せ 指定があるもの以外は就労支援課就労支援係 ☎(3800)8710

わかもの就労サポートデスク

【問合せ】☎(3800)6188

44歳以下の方を対象に、就職活動に関するアドバイス・セミナー等を行っています。就労前後の悩みの相談や、就労中の方の相談も対応します。

また、ひきこもりの家族がいる保護者向けに個別相談も行っています(下記参照)。

時間 (月)～(金)午前10時～午後6時 ※祝等を除く

場所 センターまちや3階(荒川7-50-9)



女性のおしごと相談デスク

【問合せ】☎(5901)1870

子育て中の方の再就職や、家庭と仕事を両立する働き方等、仕事に関する総合的な相談を行っています。キッズコーナーや授乳室を設けているので、お子さんと一緒に来所できます。また、社会保険労務士による専門相談も行っています。

時間 (火)～(木)午前10時～午後4時 ※祝等を除く

場所 センターまちや3階(荒川7-50-9)



シニアのおしごと相談デスク

【問合せ】☎(5901)1870

おおむね60歳以上の方を対象に、再就職等、セカンドキャリアの仕事に関する総合的な相談を行っています。

また、社会保険労務士による専門相談も行っています。

時間 (金)午前10時～午後4時
※祝等を除く

場所 センターまちや3階(荒川7-50-9)



日暮里わかものハローワーク

【問合せ】☎(5850)8609

34歳以下の方を対象に、適職相談、応募書類・面接対策、職業相談・紹介を行っています。また、企業の個別面接会も開催しています。

※ハローワーク足立が運営

時間 (月)～(金)午前10時～午後6時
※祝等を除く

場所 日清ビル7階
(西日暮里2-29-3)



マザーズハローワーク日暮里

【問合せ】☎(5850)8611

育児・介護と仕事の両立を目指す方の職業相談・紹介を行っています。

※ハローワーク足立が運営

時間 (月)～(金)午前9時～午後5時
※祝等を除く

場所 日清ビル5階
(西日暮里2-29-3)



ジョブコーナー町屋

【問合せ】☎(3819)7771

職業相談・紹介、内職相談・紹介等を行っています。

また、専用のパソコンを使った求人情報の検索ができます。

※雇用保険に関する手続きや企業等の求人受理はできません

※内職相談・紹介は就労支援課就労支援係へ連絡してください

時間 (月)～(金)午前10時～午後6時 ※祝等(内職相談は(木)も)を除く

場所 センターまちや3階(荒川7-50-9)



若者の就労を応援します

●若者向け就労支援セミナー

期 日 ▶8月3日(木)…志望動機の書き方

内 容 ▶8月21日(月)…面接のポイント

時 間 午後2時～4時

会 場 ふらっとにっぽり3階多目的スペース

対 象 44歳以下の方 定 員 各10人(申込順)

申込み 電話で、わかもの就労サポートデスク☎(3800)6188



●ひきこもりの家族向け保護者セミナー・個別相談会

期 日 7月15日(土) 時 間 午後2時～4時

会 場 ムーブ町屋3階わかもの就労サポートデスク

対 象 44歳以下のひきこもりの家族がいる保護者等

定 員 2組(申込順)

申込み 7月3日(月)～14日(金)に電話で、わかもの就労サポートデスク☎(3800)6188

各種窓口の紹介動画を公開しています

就職・就労支援窓口の紹介動画を荒川区公式YouTubeチャンネル(右の二次元コード)で公開しています。ぜひ、ご覧ください。



ハロートレーニングを利用してみませんか

【問合せ】ハローワーク足立職業相談第一部門 ☎(6680)8808

ハロートレーニングは、訓練を通して、就職に必要な職業技術や知識を習得できる制度です。受講期間中、手当が支給される場合もあります。詳細は、厚生労働省のホームページ(<https://www.mhlw.go.jp/hellotraining/>)をご覧ください。

中小企業の人材確保等を支援します

専門員が区内中小企業を戸別訪問し、従業員の募集・採用・定着に向けた支援を行います。

求人票の作成方法やPRシートのアドバイス、採用した従業員の定着を目的とした合同研修等を実施しています。

「募集してもなかなか人が集まらない」「採用しても定着しない」等の悩みがある場合は、相談してください。



◀専門員による戸別訪問

衆議院議員選挙の選挙区が変更

問合せ
選挙管理委員会事務局
☎内線3411

公職選挙法の改正によって、荒川区の衆議院議員選挙小選挙区が変更されました。
詳細は、荒川区ホームページ（右の二次元コード）をご覧ください。



変更前（第14区）

- ▶荒川区
- ▶墨田区
- ▶台東区の一部

変更後（第29区）

- ▶荒川区
- ▶足立区の一部（西部）



政治家の寄附は禁止されています

政治家が、選挙区内の人や団体に対して寄附をすることは、公職選挙法で禁止されています。また、有権者が政治家に対し、寄附を求めることも禁止です。

●禁止されている主な寄附

- ▶お中元・お歳暮 ▶地域の催し物・祭りへの寄附や差し入れ
- ▶運動会・スポーツ大会への飲食物の差し入れ
- ▶本人が出席しない式への結婚祝いや香典 ▶葬式の花輪・供花

●暑中見舞状等のあいさつ状の禁止

政治家は、選挙区内の人や団体に対し、答礼のための自筆によるものを除き、暑中見舞状等のあいさつ文（電報等を含む）を出すことは禁止されています。

●政治家への案内状には会費の明示を

実費を伴う行事や会費が必要な催しの案内状には、必ず会費を明示してください。

国民健康保険 国民年金のお知らせ

申請・問合せ

▶国民健康保険……国保年金課保険給付係（区役所1階）
☎内線2383

▶国民年金……国保年金課国民年金係（区役所1階）
☎内線2413

国民健康保険 —— 医療費が高額になったときは

●高額療養費の申請を

同じ人が、同じ月内に支払った医療費の一部負担金のうち、自己負担限度額を超えた金額を高額療養費として支給します。
支給該当者（世帯主）には診療月の3か月目以降に申請書を送付するので、申請してください。
また、適用区分により、同じ人が外来受診で1年間に支払った医療費の一部負担金のうち、年間上限額を超えた金額についても高額療養費として申請書を送付します。

申請に必要なもの

送付した申請書
※医療機関等の領収書が必要な場合があります

●高額な医療費の負担を軽減します

「限度額適用認定証」を医療機関の窓口に表示すると、保険診療分の一部負担金の支払いが高額療養費自己負担限度額までとなります。
「限度額適用認定証」の交付は申請が必要です。
現在、限度額適用認定証を持っている方の有効期限は、7月31日(月)です。引き続き必要な方は、7月5日(水)以降に更新の手続きをしてください。

申請に必要なもの

国民健康保険証、本人確認書類(別世帯の方が申請する場合は「委任状」または「誓約書」が必要)

※国民健康保険料の未納があると交付できません
※高齢受給者証を持っている方は、適用区分により、「限度額適用認定証」が不要な場合があります
※認定証の発効期日は申請月の初日です
※非課税世帯の方は入院日数が直近1年のうち90日を超える場合、適用区分により食費がさらに軽減される場合がありますので、入院日数が確認できるもの（領収書等）を持参してください
※世帯の中に住民税の未申告者がいる方は最上位の適用区分となります
※税申告の時期により適用区分が未反映の場合があります

国民年金 —— 令和5年度分の国民年金保険料の免除申請の受け付けが始まります

国民年金保険料の納付が困難なとき、申請を行って承認されると、保険料の支払いが免除される制度があります。
7月3日(月)から、令和5年度分（7月分～令和6年6月分）の全額

免除制度・一部免除制度、納付猶予制度の申請を受け付けます。
免除の対象となる方には、前年所得が基準額以下である場合等の条件があります。詳細は、お問い合わせください。

7月は

社会を明るくする運動 強調月間

犯罪や非行を防止するとともに、罪を犯した人たちの更生への理解を深め、犯罪・非行のない明るい社会を築くことを目的とした運動です。
学校・関係機関・団体と連携し、互いに支え合って生きていける社会づくりを目指します。

さまざまな活動との連携

区に息づく郷土愛や思いやりの心等を次の世代へとつないでいく「あらかわの心」推進運動と連携し、皆さんに理解・協力してもらうための活動が行われます。

各地区に推進委員会を設置

南千住・荒川・町屋・尾久・日暮里の各地区に推進委員会を設置し、活動を行います。

駅頭・街頭広報活動

啓発用のポケットティッシュ等を配布し、青少年の非行防止を呼びかけます。

期 日

- ▶7月1日(出)
…町屋・日暮里地区
- ▶7月3日(月)
…南千住・荒川・尾久地区

場 所

区内の各駅、商店街等



啓発用ポケットティッシュ

このほかにも、各地区で、集会・コンサート等を開催します

あらかわ

情報の森

費用の記載がない事業は無料です

①事業・イベント名

②〒住所※

③氏名(ふりがな)

④電話番号

⑤以降にその他の必要事項(各記事に明示)

はがき・ファクス・電子メール等の記入事項

●往復はがきは、返信面に住所・氏名を記入

●電子メールは、件名に事業・イベント名を入力

●指定がない限り、申し込みは 1 人 (1 グループ) 1 枚

●宛先は、各記事の申し込み先へ

※区内在勤・在学の方は、②で勤務先(住所)・学校名を記入してください

お知らせ

町屋区民事務所ひろば館を廃止

町屋区民事務所の移転に伴い、町屋区民事務所ひろば館を 9 月 30 日(出)に廃止します(貸室予約は 9 月 24 日(日)利用分まで)。町屋区民事務所の移転の詳細は、後日、区報等でお知らせします。

☎ 区民施設課施設支援係
☎ (3802) 3927

住民税等の納税相談窓口を日曜日に臨時開設

☎ 7 月 9 日(日) ☎ 午前 9 時～正午
☎ 住民税・軽自動車税の納付と納税に関する相談
☎ 所・☎ 国税務課納税促進係(区役所 2 階) ☎ 内線 2 3 3 6

「特定小型原動機付自転車」が創設

7 月 1 日(出)から、原動機付自転車の区分に「特定小型原動機付自転車」が創設されました。一定の基準に該当する電動キックボード等について、7 月 3 日(月)からナンバープレートの交付を開始します。

☎ 国土交通省の保安基準に適合しているもの ▶ 車体の大きさが長さ 190cm・幅 60cm 以下 ▶ 定格出力が 0.60kW 以下 ▶ 最高時速が 20km 以下等

☎ 国税務課税務係 ☎ 内線 2 3 1 2

あらかわ区報の有料広告(第 2 期分)を募集

掲載予定号 8 月～11 月の毎月 21 日号(各 6 万 2000 部発行予定) ※ 抽選

配布方法 新聞折り込み(日刊 6 紙)、広報スタンド、希望者個別配付等

☎ ▶ 1 号広告(縦 9.6cm × 横 11.8cm) … 7 万円 ▶ 2 号広告(縦 4.5cm × 横 11.8cm) … 3 万 5000 円 ※ カラーの版下を広告主が作成してください。追加募集する場合は、荒川区ホームページに掲載します

☎ 7 月 10 日(月)
☎ 電話で、広報課広報係
☎ (3802) 3258

「荒川区マンション管理適正化推進計画(素案)」への意見を募集

素案の開覧 区役所地下 1 階情報提供コーナー・北庁舎 2 階住まい街づくり課、荒川区ホームページ

☎ 対区内在住・在勤・在学の方、区内に事務所・事業所を有する個人・団体、本計画で影響を受ける個人・団体

☎ 7 月 3 日(月)～18 日(火)(必着)に持参・郵送・ファクス・荒川区ホームページで、4 面上段を参照し①～④の記入事項と⑤意見を、〒116-8501(住所不要)荒川区役所北庁舎住まい街づくり課住宅係 ☎ 内線 2 8 2 2

☎ (3802) 4104

暮らし

ひきこもり当事者の居場所「ごろリンク」

☎ 7 月 8 日(出) ☎ 午後 4 時～9 時
☎ 所アクロスあらかわ 2 階会議室
☎ ひきこもり状態にある方等 ☎ 内調理・会食

☎ 電話・ファクス・電子メールで、4 面上段を参照し①・③・④の記入事項を、荒川区社会福祉協議会 ※ 匿名での申し込みも可

☎ (3802) 3338
☎ (3802) 3831
☎ jigyo@arakawa-shakyo.or.jp

成年後見制度相談・説明会と権利擁護相談

◆ 司法書士による成年後見相談
☎ 7 月 11 日・25 日の(火) ☎ 午後 2 時～4 時

◆ 司法書士による成年後見制度説明会(法定後見編)

☎ 7 月 19 日(火) ☎ 午後 1 時 30 分～3 時

◆ 弁護士による権利擁護相談

☎ 7 月 27 日(火) ☎ 午後 2 時～4 時

☎ 所荒川区社会福祉協議会 ☎ 締各開催日の前日

☎ 電話・ファクス・電子メールで、4 面上段を参照し①～④の記入事項を、あんしんサポートあらかわ(荒川区社会福祉協議会内)

☎ (3802) 3396
☎ (3891) 5290
☎ koukensoudan@arakawa-shakyo.or.jp

福祉のなんでも相談会

☎ 7 月 13 日(火) ☎ 午後 1 時～3 時
☎ 所荒川公園内展示場 ☎ 福祉・暮らしの困りごと・悩み相談

☎ 所荒川区社会福祉協議会
☎ (3802) 3338

不燃化特区住まいの相談会

☎ ・ ☎ ▶ 7 月 21 日(金)午後 5 時～7 時 55 分 ▶ 7 月 22 日(土)午前 9 時 30 分～午後 0 時 25 分、午後 2 時～4 時 55 分

☎ 所区役所北庁舎 2 階 201 会議室

☎ 対不燃化特区内に老朽木造建築物・土地を所有している方

☎ 各 9 組(申込順) ☎ 老朽木造建築物に関する個別相談・講座

☎ 電話で、住まい街づくり課防災街づくり係 ☎ (3802) 4319

空き家相談会

☎ 7 月 28 日(金) ☎ 午後 2 時 30 分～4 時 30 分

☎ 所区役所北庁舎 2 階 201 会議室

☎ 対区内に空き家を所有している・区内の空き家で困っている方

☎ 8 組(申込順) ☎ 空き家の相続や登記・不動産取引等に関する相談(1 回 30 分程度)

☎ 7 月 26 日(火)
☎ 電話で、住まい街づくり課防災街づくり係 ☎ (3802) 4079

高齢者

荒川区シルバー人材センターからのお知らせ

◆ 出張入会相談

☎ 7 月 11 日(火)～19 日(水) ☎ 午前 9 時～午後 4 時

☎ 所ゆいの森あらかわ 1 階エントランス

☎ シルバー人材センターの紹介、入会相談(入会相談は 7 月 15 日(出)～17 日(祝)を除く)

◆ 女性会員入会説明会

☎ 7 月 24 日(月) ☎ 午後 1 時 30 分～3 時 30 分

☎ 所サンパール荒川 5 階第 7 集会室

☎ 対区内在住の 60 歳以上で、シルバー人材センターに未入会の女性

☎ 30 人(申込順) ☎ シルバー人材センターの説明・入会登録 ※ 当日入会の方にはトートバッグを差し上げます

☎ 年会費 1000 円

☎ 7 月 3 日(月)から電話で、荒川区シルバー人材センター

☎ 所荒川区シルバー人材センター
☎ (3810) 1141

いきいきボランティアポイント制度説明会

区が指定する介護・子育て支援施設等でボランティア活動を行うと、現金に交換できるポイントがたまる制度の説明会です。

☎ 7 月 27 日(火) ☎ 午前 10 時～11 時
☎ 所区役所 3 階 305 会議室

☎ 対区内在住で、65 歳以上の方

☎ 8 人(申込順)

☎ 締 7 月 26 日(火)
☎ 電話で、介護保険課介護給付係
☎ (3802) 4952

障がいのある方

障がいのある当事者(ピアカウンセラー)による相談

☎ 7 月 8 日(出) ☎ 午前 10 時～午後 3 時

☎ 所荒川たんぽぽセンター

☎ 視覚障がい者、聴覚障がい者、肢体不自由者による相談

☎ 7 月 3 日(月)から来所・電話・ファクスで、4 面上段を参照し①～④の記入事項を、荒川たんぽぽセンター ☎ ・ ☎ (3807) 8483

知的障がい・発達障がいのある子どものための学齢児セラピープログラム

◆ トランポリン療法

☎ 8 月 1 日・29 日の(火) ☎ 午前 11 時～正午

☎ 所荒川たんぽぽセンター 1 階多目的室

☎ 各 8 組

☎ 日本体操協会トランポリン委員会公認普及指導員・齋藤安江氏ほか

◆ アートセラピー～オリジナルカフェタンブラーをつくろう

☎ 8 月 4 日(金) ☎ 午前 10 時～11 時 30 分

☎ 所あらかわエコセンター 2 階研修室

☎ 10 組

☎ 東京藝術大学卒業生グループ「A+」代表・柳原絵夢氏

◆ 音楽療法

☎ 8 月 25 日(金) ☎ 午前 10 時 30 分～11 時 30 分

☎ 所荒川たんぽぽセンター 1 階多目的室

☎ 8 組

☎ 東京藝術大学非常勤講師・今野貴子氏ほか

※ 申込順

☎ 対区内在住で、知的・発達障がいのある小・中学生と保護者

☎ 7 月 3 日(月)午前 9 時から電話で、荒川たんぽぽセンター

☎ (3891) 6825

子育て・教育

荒川区子ども・子育て会議

☎ 7 月 13 日(火) ☎ 午後 2 時～3 時 30 分

☎ 所サンパール荒川 3 階小ホール

☎ 20 人(抽選)

☎ 会議の傍聴

☎ 午後 1 時 50 分までに、直接会場へ

☎ 子育て支援課管理調整係
☎ (3802) 3989

夏休み金魚釣り大会

☎ 7 月 21 日(金)～24 日(月) ※ 雨天中止

☎ 午前 9 時 30 分～午後 4 時 45 分

※ 受付は午前 9 時から

☎ 所あらかわ遊園釣り堀

☎ 対 4 歳～中学生の方

※ 未就学児は保護者同伴

☎ 各 12 組(当日の先着順) ※ 1 組 3 人まで

☎ ▶ 4 歳～小学生…200 円

▶ 中学生以上の方…500 円

※ 入園料が別途かかります

☎ 所あらかわ遊園
☎ (3893) 6003

里親説明会

☎ 7 月 20 日(火)、8 月 17 日(火)・27 日(日)、9 月 21 日(火)

☎ 午前 10 時～正午

☎ 所子ども家庭総合センター 1 階相談室 1

☎ 対区内在住の方

☎ 各 2 組(申込順)

☎ 内里親制度の説明等

☎ 7 月 3 日(月)～各日の 2 日前に、来所・電話で、子ども家庭総合センター在宅支援係フォスティング機関

☎ (3802) 3765

こどもはじめて認知症教室

☎ 7 月 29 日(土) ☎ 午前 10 時～11 時 30 分

☎ 所尾久図書館 1 階みんなのひろば

☎ 対小学生と保護者

☎ 20 人(申込順)

☎ 認知症に関する絵本の読み聞かせ、高齢者体験等

☎ 7 月 1 日(土)から来館・電話で、尾久図書館 ☎ (3800) 5821

ティーンズ夏イベントイラスト上達講座

☎ 7 月 30 日(日) ☎ 午前 10 時～正午

☎ 所ゆいの森あらかわ 2 階会議室

☎ 対区内在住・在勤・在学で、中学生～19 歳の方

☎ 20 人(申込順)

☎ 文芸評論家・榎本秋氏

☎ 鉛筆・色鉛筆(12 色程度)・消しゴム

☎ 7 月 1 日(土)から来館・ゆいの森あらかわホームページで、ゆいの森あらかわ 1 階総合カウンター

☎ (3891) 4349

日 期 日 (期 間)

時 間

所 会 場 ・ 場 所

対 象

人 定 員

内 容

講 師

持 持 ち 物

費 用

締 締 め 切 り

申 申 込 込 方 法 (申 込 込 先)

問 問 合 合 せ 先

電 電 子 子 メール アドレス

HP ホーム ページ アドレス

あらかわ

情報の森

5面「講座」の続き

あらかわりサイクルセンターの工房・教室

◆ガラスの棒を加熱して作るとんぼ玉

日8月2日・9日・23日の水

対小学5年生以上の方 人各6人

◆電気炉で作るガラスのアクセサリー

日8月16日水 対小学4年生以上の方 人6人

◆夏休み工作〜ワンウェイびんで風鈴作り

日8月18日・25日の金

対小学3年生以上の方（小学3年生は保護者同伴で） 人各12人

※申込順

時午後2時〜3時30分

所・申7月1日(土)から電話で、あらかわりサイクルセンター ※15歳以上の方（中学生を除く）は各開催日の1週間前から

☎（3805）9172

催し

福島市特産品フェア

日7月31日(月)まで（売り切れしだい終了） 所あらかわ遊園もぐもぐハウス1階売店 対福島市の果物を使った商品の販売

☎株式会社エーゲル

☎（3800）7420

イデタチ東京ポップアップ

日・時▶7月13日(土)正午〜午後7時 ▶7月14日(金)午前10時〜午後7時 ▶7月15日(土)午前10時〜午後5時 所ふらっとにつぼり1階おもてなしスペース・2階オープンスペース 対服・アクセサリー・イヤホン・入浴タオル等の展示（一部販売） 所経営支援課産業活性化係 ☎内線457

大人のためのおはなし会

日7月22日(土) 時午後2時〜3時 所尾久図書館1階みんなのひろば 対15歳以上の方（中学生は不可） 人25人（申込順） 対素話を中心としたおはなし会

申7月1日(土)から来館・電話で、尾久図書館☎（3800）5821

ふらっとにつぼりワークショップ「はじめてミシン（ぞうきん作り）」

日7月26日(水)・27日(木) 時午前10時・11時、午後1時・2時 所ふらっとにつぼり1階おもてなしスペース 対小学生以上の方（小学4年生以下は保護者同伴で） 人各2人（申込順） 申7月1日(土)から来館・電話で、ふらっとにつぼり ☎（3801）7301

荒川ふれあい寄席

日7月25日(木) 時午後2時〜4時

所東尾久本町通りふれあい館3階多目的室 人45人（申込順） 出演三遊亭好楽一門ほか

申7月1日(土)から来館・電話で、東尾久本町通りふれあい館 ☎（3893）8001

夏の一泊区民ハイキング

日・時8月19日(土)午前6時15分〜8月20日(日)午後6時（1泊2日）

宿泊清里高原ロッジ・少年自然の家（男女別の相部屋） 集合・解散区役所前（往復バス利用） 対区内在住・在勤・在学の小学生以上で、山道を歩く体力がある方（小学生は保護者同伴で） 人35人（抽選）

対▶1日目…長野県入笠山 ▶2日目…山梨県清里高原周辺 ※雨天時は予定変更の場合あり 対1万6000円（中学生以下は1万4000円） ※2食（夕・朝食）付き

締7月14日(金)必着

申往復はがきで、4面上段を参照し①〜④の記入事項と⑤年齢⑥性別⑦参加人数（②〜⑥は参加者全員分〈3人、家族の場合は4人まで〉）を、〒116-8501（住所不要）荒川区役所スポーツ振興課スポーツ事業係☎内線3374

官公署

サマージャンボ宝くじ

収益金は、区市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

発売期間7月4日(木)〜8月4日(金)

発売場所全国の宝くじ売場

賞金▶サマージャンボ…1等5億円、前後賞各1億円、組違い賞10万円、2等5万円、3等1万円、4等3000円、5等300円 ▶サマージャンボミニ…1等2000万円、前後賞各500万円、2等100万円、3等3000円、4等300円 抽せん日8月18日(金)

所公益財団法人東京都区市町村振興協会☎（5210）9944

自衛官等採用説明会

日7月29日(土) 時▶午後2時30分から ▶午後4時30分から

所日暮里サニーホール5階会議室1 対高校生〜32歳の方 対防衛大学校・防衛医科大学校（医学・看護）・一般曹候補生等についての説明・個別相談

所自衛隊東京地方協力本部台東出張所☎（3831）3555

駐車監視員資格者講習

日8月28日(月)・29日(火)、9月4日(月)（全3回） 所東京ビッグサイト会議棟6階会議室（江東区有明3-11-1） 人400人（申込順）

対2万円

申7月10日(月)〜28日(金)に来所で、都内各警察署の交通課 ※詳細は、下記ホームページをご覧ください

所警視庁放置駐車対策センター ☎（3581）4321

HPhttps://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/

第16回柳田邦男絵本大賞 作品募集

絵本を読んで感動したことや子どもへの読み聞かせ体験等について、ノンフィクション作家の柳田邦男氏に送る手紙形式で書いた作品を募集します。

- 募集部門
- ▶子どもの部（区内在住・在学の中学生以下の方）…400字〜800字
- ▶一般の部…800字〜1200字

応募用紙の配布

各図書館、荒川区ホームページ

賞品

- ▶大賞・優秀賞・佳作…絵本、図書カードNEXT、あらかわ遊園フリーパス2枚
- ▶努力賞(子どもの部のみ)…図書カードNEXT、あらかわ遊園フリーパス2枚
- ▶参加賞(子どもの部のみ)…ゆいの森あらかわクリアファイル

応募方法

7月1日(土)〜9月24日(日)（消印有効）に持参・郵送・電子メール・荒川区ホームページ（右の二次元コード）で、応募用紙・原稿を、〒116-0002荒川区荒川2-50-1 ゆいの森あらかわ柳田邦男絵本大賞事務局☎（3891）4349

✉toshokan@library.city.arakawa.tokyo.jp

※持参の場合は、各図書館でも可 ※応募原稿は返却せず、著作権は荒川区に帰属します



7月の健康相談

会 場 がん予防・健康づくりセンター

種 別	期 日	受付時間	申込み・問合せ
なんでも健康相談	随時	午前9時〜午後5時	
予 約 制	こころの一般健康相談	3日(月)	午後1時45分〜3時15分
		14日(金)・20日(木)・28日(金)	午後2時〜3時30分
	アルコール・薬物依存症相談	6日(木)・19日(水)	午後1時30分〜3時
	ママのこころの相談	6日(木)	午後1時15分〜2時45分
		20日(木)	午前9時30分〜11時
	歯科相談（3歳未満児）〜歯科健診とフッ化物塗布	14日・21日・28日(金)	午後1時〜3時
	栄養相談	6日・13日・20日・27日(木)	午後1時30分〜3時30分
エイズに関する相談・検査	相談	随時	午前8時30分〜午後5時15分
	検査	12日(水) (予約制)	午前10時〜11時

ものわすれ相談(予約制)

対 象 物忘れが気になる、65歳以上の方や家族等

期 日	相談時間	会場	申込み
3日(月)	▶午後1時30分〜2時10分 ▶午後2時20分〜3時	南千住ふれあい館	南千住西部地域包括支援センター ☎（5604）5710
13日(木)	▶午前10時〜10時40分 ▶午前10時50分〜11時30分	夕やけこやけふれあい館	東日暮里地域包括支援センター ☎（5615）3171
14日(金)	▶午後1時30分〜2時10分 ▶午後2時20分〜3時	尾久ふれあい館	東尾久地域包括支援センター ☎（5855）8513

難病相談室 (予約制)

会場・申込み 荒川区医師会館（西日暮里6-5-3） ☎（3893）2331

日時

7月15日(土)午後1時30分〜3時

対象

神経難病の方、その疑いのある方

内容

専門医・保健師・相談員等による在宅療養上の医療・福祉・介護相談

ふれあい館の催し

- 申込開始日の指定がない申込順・抽選の事業は、7月1日(土)午前9時から、来館・電話で各館へ申し込んでください
- 費用の記載がない事業は無料です

石浜ふれあい館

☎(3805)5301

◆フラワーアレンジメント体験

日7月24日(月) 時▶午後1時30分～2時30分 ▶午後3時30分～4時30分 対18歳以上の方 人各12人(申込順) ¥1000円 申7月1日(土)から電話で

南千住ふれあい館

☎(3807)1131

◆ベビーミュージック

日7月18日(火) 時・対▶午前10時～10時40分…10か月以下のお子さんと保護者 ▶午前11時～11時40分…11か月～1歳11か月のお子さんと保護者 人各10組(申込順) 内親子で楽しむ音楽遊び 申7月4日(火)から来館・電話で

町屋ふれあい館

☎(3800)2011

◆メンズヨガ

日7月30日(日) 時午後1時～2時 対18歳以上の男性(高校生は不可) 人15人(申込順)

◆町屋ふれあい夏祭り

日・対▶7月21日(金)午後2時～4時 ▶7月22日(土)午前10時～正午、午後2時～4時

☎飲食コーナー・ゲーム等

荒木田ふれあい館

☎(3800)1981

◆ソーシャルダンス

日7月9日(日) 時午後1時～3時 対65歳以上の方 人50人(申込順) 内フリーダンス 対ヒールカバー、手袋

◆介護者教室

日7月22日(土) 時午後1時30分～3時 対中学生以上の方 人20人(申込順) 内更衣介助、移乗・移動介助

東日暮里ふれあい館

☎(3807)6383

◆選べるビーズアクセサリー講習会(初心者向け)

日7月14日(金)、8月10日(休)、9月8日(金)(全3回) 時午前10時30分～正午 対18歳以上の方(高校生は不可) 人6人(申込順) ¥1500円

西日暮里ふれあい館

☎(3819)6945

◆成人手芸講習会「ショルダーバッグ2種」

日7月19日(火) 時午前10時～午後3時 対18歳以上の方(高校生は不可) 人10人(申込順) ¥900円 申7月11日(火)

第30回 あらかわ俳壇作品募集

題 キャンプ・西瓜・蜻蛉・当季雑詠

対象

- 一般の部…15歳以上の方(中学生は不可)
- 小中学生の部…中学生以下の方
- 特選(1句)…区内共通お買い物券3000円分(小中学生の部は、図書カードNEXT1000円分)、俳句グッズ
- 入選(5句)…俳句グッズ ●佳作(10句)

選者

現代俳句協会副会長・対馬康子氏

投句方法

区役所3階文化交流推進課、あらかわエコセンター等の各投句箱、はがき・ファクス・荒川区ホームページで、応募部門・住所・氏名(ふりがな)・年齢(小中学生は学校名・学年も)・電話番号・俳号(ある方のみ・ふりがなも)・作品(ふりがな)を記入
※未発表の作品に限ります ※投句数の上限はありません
※応募原稿は返却せず、著作権は荒川区に帰属します

締切り

9月30日(土)

応募

〒116-8501(住所不要)あらかわ俳壇事務局(文化交流推進課内)
☎(3802)3795 FAX(3802)4769

児童相談所虐待対応ダイヤル

☎189(いちはやく)

虐待を受けていると思われる子どもに関する相談を24時間・年中無休で受け付けます

あらかわキッズ・マザーズコール24

☎0120(536)883

妊娠や育児に関する相談を24時間・年中無休で受け付けます



小児科の平日準夜間・休日診療

荒川区医師会こどもクリニック



診療時間

- ▶(月)～(金)午後7時～午後10時
※受け付けは、午後6時30分～午後9時30分
- ▶(土)午後5時～午後9時 ※受け付けは、午後4時45分～午後8時30分
- ▶(日)・(祝)午前10時～午後1時、午後2時～午後9時
※受け付けは、午前9時45分～午後8時30分

場所・問合せ

荒川区医師会館1階(西日暮里6-5-3) ☎(3893)1599

対象

15歳未満の救急患者(急な発熱等)

休日の医療機関

※必ず電話して受診してください
※健康保険証・公費負担の医療証を持参してください
※当番の医療機関は変更になる場合があります

小児科は、荒川区医師会こどもクリニック(上記)でも診療しています

【休日診療】診療時間 ▶昼…午前10時～午後1時、午後2時～午後5時
▶夜…午後5時～午後9時 ※夜間の受け付けは、午後8時30分まで
診療科目 ▶内=内科 ▶小=小児科 ▶外=外科 ▶婦=婦人科 ▶整=整形外科

期 日	昼 夜	科 目	医療機関名	所在地	電 話
7月1日(土)	○	内	上智クリニック	町屋4-9-10	(3892)4514
	○	内・小	加藤小児科内科医院	東日暮里5-44-1	(3803)3377
	○	内・小	南千住つのだ医院	南千住6-65-12	(3802)0023
7月2日(日)	○	整	堀整形外科医院	町屋1-1-9	(3895)1235
	○	内	尾久駅前内科クリニック	西尾久7-25-3	(5855)0979
	○	内	細井胃腸科クリニック	西日暮里1-59-11	(3805)4151
7月8日(土)	○	内	寺田クリニック	町屋3-23-14	(3892)5725
	○	内	おうちで笑顔クリニック	東日暮里5-50-5	(5604)9545
	○	内	久木留医院	南千住6-53-8	(3891)4639
7月9日(日)	○	婦	あらかわレディースクリニック	町屋1-8-8	(6807)8867
	○	内	紅露医院	西尾久2-26-7	(3894)6836
	○	内・婦	白十字診療所	西日暮里2-19-10	(3802)3911

【休日調剤薬局】開局時間 ▶昼…午前10時～午後5時 ▶夜…午後5時～午後9時

期 日	昼 夜	薬 局 名	所在地	電 話
7月1日(土)	○	さくら薬局町屋店	町屋4-10-12	(3819)8020
	○	あつみ薬局	東日暮里5-43-2	(3801)1781
7月2日(日)	○	ミキ薬局南千住店	南千住6-53-3	(5811)6860
7月8日(土)	○	キク薬局	町屋8-4-10	(5855)0055
	○	ミキ薬局日暮里店	西日暮里2-20-1	(5850)3903
7月9日(日)	○	ミキ薬局南千住店	南千住6-53-3	(5811)6860
	○	町屋はなぞの薬局	町屋1-7-3	(3819)4593

【休日歯科診療】診療時間 午前9時～午後4時(電話受け付け)

期 日	医 療 機 関 名	所在地	電 話
7月2日(日)	三浦歯科	南千住6-48-20	(3807)7274
7月9日(日)	宮島歯科医院	町屋2-2-3	(3895)8845

問 合 せ

- 荒川区医師会 ☎(3893)2331
- 荒川区歯科医師会 ☎(3805)6601
- 荒川区薬剤師会 ☎(3819)0550
- 東京都医療機関案内サービスひまわり<24時間> ☎(5272)0303
- 東京消防庁テレホンサービス<24時間> ☎(3212)2323

日曜日柔道整復施術 【施術時間】 午前9時～午後7時

期 日	施 術 所 名	所在地	電 話
7月2日(日)	くまくら接骨院	南千住1-22-1	(3801)2102
7月9日(日)	平井整骨院	東日暮里6-46-2	(3801)8201

山口大幸氏が瑞宝双光章を受章

尾久消防団元団長の山口大幸氏が、永年にわたり消防団活動に従事し、消防の発展等に寄与したとして、瑞宝双光章を受章しました。6月6日に西川区長を訪問し、受章を報告しました。



◀左から西川区長、山口氏

7月 CATV マイチャンネルあらかわ

▶こんにちは荒川区 (午前9時・正午・午後6時・9時から各57分)		1日(土)・2日(日)	3日(月)～9日(日)	10日(月)～16日(日)	17日(祝)～23日(日)	24日(月)～30日(日)	31日(月)
▶ウィークリーニュース ▶区からのお知らせ ▶盆踊り ▶休日診療当番医 特…特集 行…荒川区行政ナビ 手…手話付き放送		特・手第17回尾久の原公園シダレザクラ祭り 行…熱中症予防のポイント	特茨城県潮来市 田植え・いも苗植え 体験交流バスツアー 行自転車の交通ルール	特第10回あらかわ手づくり市 行水害への備え	特子育てインフォメーション #4 行認可保育園の入園案内	特都電沿線のんびりさんぽ #2 行荒川年金事務所からのお知らせ	特・手モノづくりブランド「aralkawa」 #2 行…夏の食中毒予防のポイント
▶あらかわ情報スクエア (午後4時・7時から各57分)		1日(土)・2日(日)	3日(月)～9日(日)	10日(月)～16日(日)	17日(祝)～23日(日)	24日(月)～30日(日)	31日(月)
▶区からのお知らせ ▶映像ピックアップ		中高生俳句バトルinあらかわ (後編)	渡邊顕磨生誕90周年記念演奏会 (前編)	渡邊顕磨生誕90周年記念演奏会 (後編)	わかもの就労サポートデスク「就活事情～求人票を紐解いてみよう!」	講演会「子どもの権利を考えよう」(前編)	講演会「子どもの権利を考えよう」(後編)
その他の番組	▶あらまるNEXT (区内情報番組) 放送時間 毎日午前6時・8時30分、午後1時30分から ▶あらぶんちょ! (荒川区・文京区・千代田区内の地域情報番組) 放送時間 毎日午前11時、午後2時・5時から						
	ケーブルテレビの申込み・問合せ						
	▶東京ケーブルネットワーク荒川サービスステーション ☎0800(123)2600 ▶荒川ケーブルテレビ ☎(3894)3888						

水遊びスポット

荒川自然公園わいわいプール

期 間 7月15日(出)～9月3日(日) ※(休)は清掃のため利用できません
時 間 午前9時30分～午後4時
※1日4回の入れ替え制。詳細は、荒川自然公園公式サイト (<http://arakawa-sizen-koen.com>) をご覧ください
対 象 小学生以下のお子さん **定 員** 各100人 (当日の先着順)
問合せ 荒川自然公園管理事務所 ☎(3803)4042

日暮里南公園・天王公園じゃぶじゃぶ池

期 間 7月7日(金)～9月3日(日)
※天王公園は、7月26日(休)、8月9日(休)は清掃のため利用できません
時 間 午前10時～午後4時
問合せ 土木管理課維持みどり係 ☎(3802)4482

あらかわ遊園子どもプール

期 間 7月15日(出)～8月31日(休)
時 間 午前10時～午後4時 (受け付けは午後3時まで)
費 用 350円 ※中学生以下は150円
問合せ あらかわ遊園 ☎(3893)6003

- 利用上の注意
- 現地に掲示するルールに従って利用してください
 - 遊んだ後はうがい・手洗いをし、家に帰ってからシャワーを浴びてください
 - 未就学児は、大人の付き添いが必要です (荒川自然公園は、付き添いの方も水着を着用してください)
 - おむつを使用中のお子さんは、水遊び用のおむつを着用してください
 - 入れ墨等をしている方等の入場は、固くお断りします

プールの安全な使い方

プールでの感染症は感染力が強く、ドアノブ等からも感染します。感染症や水の事故を防ぐため、次の点に注意して楽しく利用しましょう。
※乳幼児のプール利用については、各施設にお問い合わせください

プールを汚さないために

- ▶ プールに入る前にトイレに行く
- ▶ プールに入る前にシャワーで体を丁寧に洗い、化粧等も洗い落とす
- ▶ トイレを使用したときは、シャワーで体を丁寧に洗う
- ▶ 決められた場所以外で飲食しない

感染症防止のために

- ▶ 下痢・腹痛・発熱等、体調の悪いときはプールに入らない
- ▶ プールから上がったあとは、シャワーで体を丁寧に洗い、うがい・手洗い等を行う
- ▶ タオル・水泳帽・水中メガネ・目薬等の貸し借りをしない

事故防止のために

- ▶ 十分な準備体操をする ▶ プールサイドは走らない
- ▶ プールの排水口や循環水の吸い込み口には近づかない
- ▶ 適度に休憩を取る ▶ 飛び込みは、各施設のルールに従う
- ▶ 注意事項を守り、監視員の指示に従う

問合せ 生活衛生課環境衛生係 ☎内線426

あらかわエコセンター
夏休み親子
エコ教室

手作り乾電池教室

期 日 7月22日(出)
時 間 午前10時～正午
会 場 あらかわエコセンター
2階研修室
講 師 一般社団法人J B R C職員・竹原定氏



セミの羽化観察会

期 日 ▶ 7月26日(休)
▶ 7月27日(休)
▶ 7月28日(金)
▶ 8月1日(休)
時 間 午後7時～8時30分
会 場 荒川公園 (区役所前)
※集合は、サンパール荒川2階ラウンジ
持ち物 運動靴、懐中電灯、虫よけ
※できるだけ肌の出ない服装で



対 象 区内在住・在学の小学生と保護者 ※手作り乾電池教室は、小学3年生以上
定 員 各10組 (申込順) **費 用** 無料
申込方法 7月3日(月)午前9時から、荒川区ホームページで ※1組1教室のみ
問合せ 環境課環境推進係 ☎(3802)4693

プラネタリウムドーム体験

期 日 8月7日(月)
時 間 ▶ 午前11時～正午 ▶ 午後1時30分～2時30分
▶ 午後3時30分～4時30分
会 場 ゆいの森あらかわゆいの森ホール **講 師** 天文解説員・唐崎健嗣氏



自分だけのクワガタムシを作ろう

期 日 8月10日(休)
時 間 午後2時～4時
会 場 あらかわエコセンター2階研修室
内 容 ペーパークラフトによるクワガタムシ作製
講 師 絵本作家・やましたこうへい氏



マイクロプラスチックで万華鏡作り

期 日 8月14日(月)
時 間 午後2時～3時30分
会 場 あらかわエコセンター2階研修室
内 容 川の環境学習、万華鏡作り
講 師 NPO法人荒川クリーンエイド・フォーラム事務局長・今村和志氏



あらかわ遊園

夏休み期間中は毎日開園

夏休み期間中は、曜日に関わらず毎日開園します。

期 間 7月21日(金)～8月31日(木)
問合せ あらかわ遊園 ☎(3893)6003

国からの節電要請に伴い、7月1日(出)～8月31日(休)は夜間開園を休止します



人口		世帯		外国人の世帯		外国人の世帯		外国人の世帯	
日本人	98,658人	62,233世帯	90,143世帯	日本人のみ	106,494世帯	78	932	外国人のみ	11,621世帯
男女計	198,238人	85,114世帯	802	日本人と外国人の混合世帯	2,396世帯	-8	12	外国人の混合世帯	120,511世帯
外国人	9,656人	56世帯	583	総世帯	120,511世帯	202	2,033	総世帯	120,511世帯
男女計	10,037人	56世帯	583						
外国人計	19,693人	170世帯	1,385						
総人口	217,931人	255世帯	1,618						