

荒川区 町会交換便(11月)

荒川区役所 代表03(3802)3111

	内 容	担当	問合せ先
	鑑文(本紙)	—	—
1	防犯啓発チラシ	生活安全課	内線494
2	区民ミュージカル	文化交流推進課	内線 2521
3	千住宿	生涯学習課	3807-9234
4	空き家セミナー	住まい街づくり課	内線 2834
5	町会啓発ポスター	区民課	内線 2513
6	あらんてあ ※	社会福祉協議会	3802-2794



# 安全安心あら坊ニュース

「無料点検」を装い、不安を煽って  
不要な工事や修理を契約させる  
悪質な商法が増加しています。

無料で  
点検しますよ

ニヤリ

近づくの屋根  
チラッと見たら  
瓦割れてましたよ  
雨漏りしたら  
やばいですよ

近くで工事をしています  
お宅の耐震構造に問題が  
ありますよ！

地震きたら  
危ないでしょ



適切な対処は…

## きっぱり断る。

不安を感じたら…  
#9110

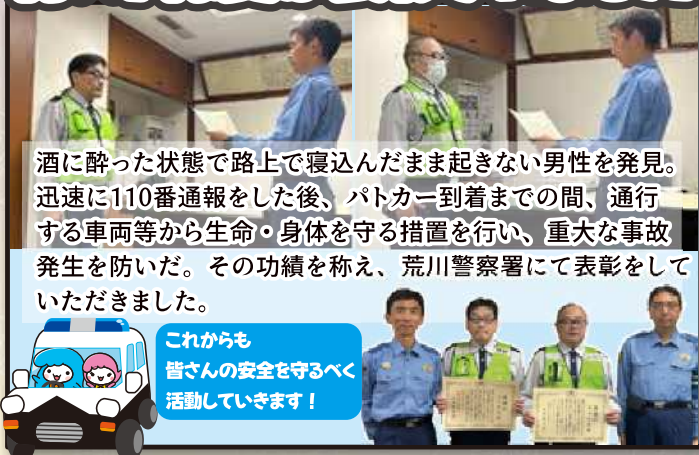
家に入れない

その場で契約しない

第三者に相談



## 青パト隊員が表彰されました



酒に酔った状態で路上で寝込んだまま起きない男性を発見。迅速に110番通報をした後、パトカー到着までの間、通行する車両等から生命・身体を守る措置を行い、重大な事故発生を防いだ。その功績を称え、荒川警察署にて表彰していただきました。

これからも  
皆さんの安全を守るべく  
活動していきます！

最大4万円補助

最大2万7千円補助

補助金額  
費用の1/2  
(100円未満切捨)

最大2万円補助

最大7千円補助

防犯カメラ

録画機能付き  
ドアホン

荒川区住まいの防犯対策  
補助金交付制度

荒川区 防犯対策 検索



Follow traffic rules and live a safe life.

交通ルールを守り、安全な生活を送りましょう

交通安全 11月号



STOP

停

Dừng tạm thời

Excellent!

I obey traffic signs.

(私は交通標識に従います)



Japanese traffic rules.  
(日本の交通ルール)



守ろう  
日本の交通ルール。

Know and follow Japan's traffic rules.

请遵守日本的交通规则。

Cùng nhau tuân thủ luật giao thông của Nhật Bản.

Yaponiyaning yoharakati qoidalariga amal qilaylik.



お問合せ

荒川区役所 生活安全課交通安全係 03-3802-3067



荒

## ARAKAWONDERLAND

川

昭和百年・生バンドバックに百名歌い踊る区民ミュージカル



魅力発信ーあらかわワンダーランド

## あらかわ宝物さがし物語

PART3

- ・作 / 演出 寺本建雄
- ・振付 さやか
- ・プロデュース そふえ真奈

ちかごろ あらかわあたりがとてもおもしろい

最近流行超面白荒川周辺

2025年12月14日(日) 手話通訳有り

会場 サンパール荒川大ホール

1回目公演 11:00 開演

当日指定席引換え 10:00 ~  
開場は 10:30

2回目公演 15:00 開演

当日指定席引換え 14:00 ~  
開場は 14:30

★大人 3,500 円  
★小中高校生 2,000 円  
★親子 4,500 円  
(大人1名と小中高生1名)

※ACC 友の会 1 割引き  
※未就学児の入場はご遠慮ください。  
予約制の託児をご利用ください。  
※詳細は、ホームページをご覧ください。

チケット発売中!



主催：荒川区地域魅力発信実行委員会 共催：荒川区、荒川区芸術文化振興財団 制作：LALALA Office LLC  
お問合せ：荒川区地域魅力発信実行委員会事務局  
荒川区地域文化スポーツ部文化交流推進課文化振興係内 (03-3802-3795)



# 千住宿

— 開宿 400年 —

令和7年 10/25(土) 11/30(日) 9時～17時  
(入館は16時30分まで)

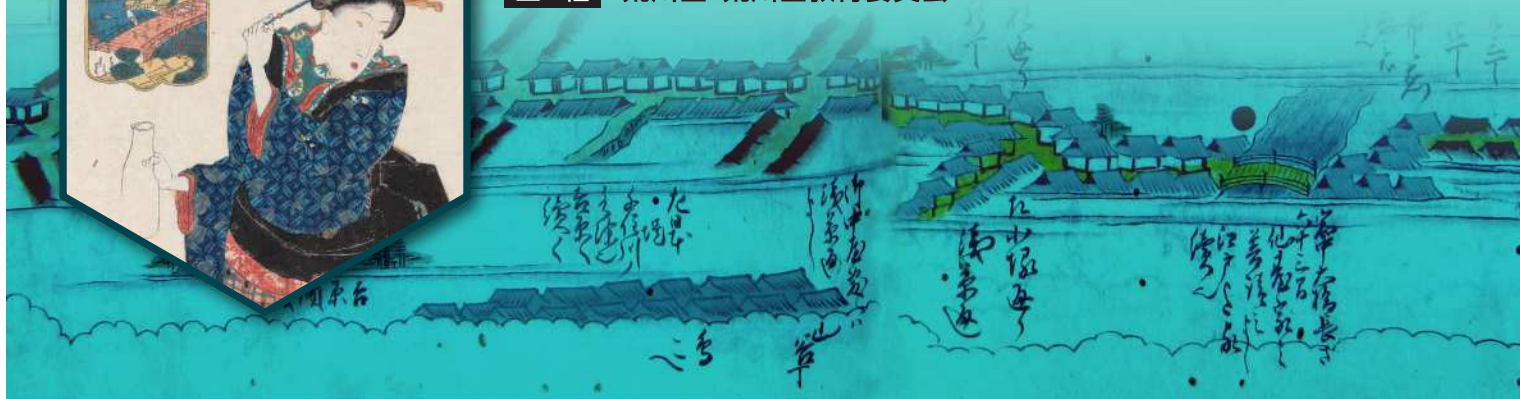
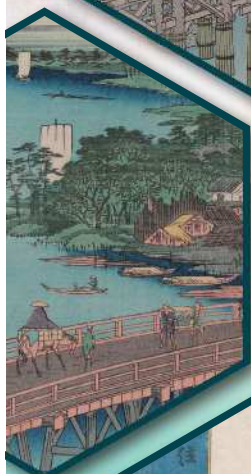
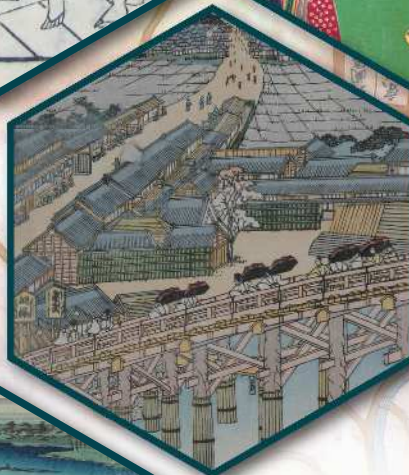
※毎週月曜、11月13日(木)は館内整理日のため休館  
※11月3日・24日(月祝)は開館し、翌4日・25日(火)休館

会 場 荒川区立荒川ふるさと文化館 1階企画展示室

入 場 料 100円

※ただし荒川区在住の中学生以下・65歳以上、障がい者及びその介助者は無料  
※11月3日(月祝)の文化の日は無料  
※11月15日(土)・16日(日)の「あらかわ家族の日」は、荒川区在住の中学生以下の子どもと一緒に来館した家族は無料

主 催 荒川区・荒川区教育委員会



住まいのこれからを考えよう

# 空き家 セミナー & 個別相談会

要  
事  
前  
予  
約

参加費無料

11/30  
令和7年 日

## 空き家セミナー

### 「どうしよう！ 我が家の空き家問題」

～空き家問題、法律、適正管理、相続等に関することを  
事例を交えて伝える～

13:30～15:00 【定員】20名  
受付開始 13:15～

会場 荒川区役所 北庁舎 1階会議室

## 個別相談会

空き家に関する様々なお悩み  
についてご相談いただけます。

13:30～16:30 【定員】20組

1組30分  
① 13:30～14:00 ④ 15:00～15:30  
② 14:00～14:30 ⑤ 15:30～16:00  
③ 14:30～15:00 ⑥ 16:00～16:30

会場 荒川区役所 北庁舎 1階会議室 2階会議室

★お申し込みはこちら 令和7年11月10日  
予約開始

東京都空き家ワンストップ相談窓口

0120-776-735

受付時間：平日9時～18時

Webでもお申込みできます！

東京都空き家ワンストップ相談窓口 検索



〈会場〉荒川区役所 北庁舎 荒川区荒川2-11-1





## 空き家セミナー & 個別相談会 ～住まいのこれからを考えよう～

### 空き家セミナー

「どうしよう！

#### 我が家の空き家問題」

～空き家問題、法律、適正管理、相続等に関する事例を交えて伝える～

本講座では空き家問題とその原因、法律等を詳しく伝え、自宅や実家を空き家にしないための利用方法について事例を用いてお伝えします。

時間 13:30～15:00

| 受付開始 13:15～

定員 20名(先着申込順)

※先着申込順/空きがある場合は当日受付可

会場 荒川区役所 北庁舎

1階会議室



講師

NPO法人 空家・空地管理センター  
代表理事

上田 真一

SHINICHI UEDA

#### PROFILE

2013年 NPO 法人 空家・空地管理センターを設立。全国で空き家等の適正管理や利活用に取り組み、複数の自治体で空き家対策に関する協議会委員も務める。令和6年度から、東京都空き家ワンストップ相談窓口の運営を受託。著書に「あなたの空き家問題 (日本経済新聞出版社)」

### 個別相談会



下記のような空き家に関する  
お悩みをご相談いただけます。

時間 13:30～16:30

- |               |               |
|---------------|---------------|
| ① 13:30～14:00 | ④ 15:00～15:30 |
| ② 14:00～14:30 | ⑤ 15:30～16:00 |
| ③ 14:30～15:00 | ⑥ 16:00～16:30 |

定員 20組 / 1組30分

会場 荒川区役所 北庁舎

1階会議室 2階会議室



活用

空き家を貸せる？  
売れる？



管理

空き家はどのように  
管理するべき？



解体

解体費用は  
どれくらいかかる？



税金

売却したら  
税金はどれくらい？



家財整理

家財整理が  
進まない



相続

相続トラブルに  
なっている



★お申し込みはこちら

令和7年11月10日  
予約開始

東京都空き家ワンストップ相談窓口



0120-776-735

受付時間：平日9時～18時

東京都空き家ワンストップ相談窓口

検索

主催

東京都

共催

北区・荒川区

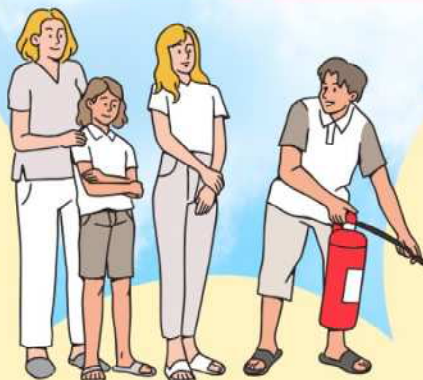


東京都は、空き家所有者等、空き家活用希望者からのあらゆる相談に無料で応じるワンストップ相談窓口を設置しています。ヒアリングによる課題の整理から、ご相談者様の状況に適した信頼のできる専門家・事業者のご紹介まで、お悩みの解決に向けてフォローアップいたします。



### 美化活動

資源回収やゴミ拾い、街なか花壇など、気持ちのいいまちをつくっています！



### 交流イベント

敬老会に夏祭り、餅つき大会…みんなで集まって地域の絆を楽しもう！



### 防災・防犯パトロール

町会のみんなで見回り＆防災訓練。  
いざという時も安心！



スマホで読み取ると  
入会フォームが開きます

### 入会や活動についての問い合わせ先

荒川区町会連合会事務局  
荒川区荒川2-2-3  
荒川区役所3階区民課内



03-3802-3111 内線2513



kumin@city.arakawa.lg.jp





～ボランティアをしたい人と必要とする人をつなぐ情報誌～

# あらんてあ

◆創刊1984. 10. 9◆

11月号

「あらんてあ」とは、あらかわのボランティアの造語です。  
荒川区内を中心にボランティア活動の情報を、区外のイベント情報や助成金の情報を提供しています。

## たび重なる災害 今私たちにできること — 義援金・支援金という支援の仕方—

近年、地震や豪雨・台風など、全国各地で大規模な自然災害が相次いでいます。被災地を支援する取り組みには、現地での災害ボランティア活動のほか、「募金」活動があります。この募金には「義援金」や「支援金」という種類があり、それぞれに目的が違います。

**義援金** …「被災者に直接届けられるお金」です。日本赤十字社や共同募金会などが窓口となり、自治体を通じて公平に分配されます。被災者の生活再建のため、食料や生活用品の購入、住宅修繕、再建資金などに充てられます。

**支援金** …「被災地で活動する NPO や NGO、ボランティア団体などの活動を支えるお金」です。避難所での炊き出しや物資輸送、被災家屋の片づけ、子どもの学習支援、交流の場づくりなど、現場での活動を創出し、継続するために使われます。



10/19(日)  
おぐとびあ秋の大バザール  
街頭募金の様子

今年7月、災害救助法、災害対策基本法が改正施行され、「在宅避難者」や高齢者等の「要配慮者」への支援も強化していくこととなりました。公的な支援だけでなく、地域のボランティア団体等による見守りやサポート等も、これまで以上に必要となります。

被災者への「義援金」募金に加え、こうした被災地での支援活動を支える「支援金」の募金に、ぜひ皆さまのお力をお貸しください！

### 【受付中の「支援金」募金】

- 令和7年8月・9月の大雨および竜巻の被災地支援
    - ・受付場所（募金箱）…各区立図書館/おもちゃ図書館子育て交流サロン/荒川区社会福祉協議会/アクロスあらかわ/地域活動サロンふらっと、フラット/荒川生活実習所・荒川福祉作業所/尾久生活実習所 本所/分場
  - 令和7年台風22号・23号の被災地（八丈島）支援
    - ・受付場所（募金箱）… 荒川ボランティアセンター窓口
- ※詳細はお問合せください

## 目次

P2・3・4★荒川区内情報・

あらんてあ配布先

P5・6★あらかわ地域活動サロン

ふらっと、フラット

P7★ユニバーサルウォーク報告

★お詫びと訂正

P8★福祉教育（心のバリアフリー学習）

★あらかわ子ども応援ネットワーク

P9★活動団体クローズアップ

P10★第38回あらかわ福祉まつりについて

荒川ボランティア  
センター公式 LINE  
はこちらから！



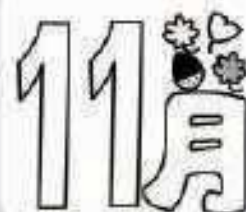




# 荒川区内情報

このコーナーでは、社協で主催するものはもちろんのこと、地域で開催される講座や講演会および各活動団体の募集記事やお知らせなど、区内の情報をお知らせします。活動・イベント等にご協力をいただける方は、各問合せ先まで、以下の内容のご連絡をお願いします。

①イベント名②住所③氏名④連絡先(電話、FAX、mail)



## ボランティア情報誌「あらんてあ」 組み作業・発送準備のお手伝い

みんなで楽しく「あらんてあ」を折り、組み、完成させています。ボランティアが初めての方にもオススメ。申込不要です。直接会場にお越しください。

【日時】11月27日(木)13:00~14:30

【場所】荒川区社会福祉協議会 3階 活動サロン

【問合せ】荒川ボランティアセンター

TEL:3802-3338 FAX:3802-3831

## より良い人間関係を作るための コミュニケーション教室

「私の話をしっかりと聴いてくれる」と相手が感じると、信頼関係ができます。『あなたのため』と思って相手を説得すると反発を招きます。「話をしっかりと聴いてます」と伝えることが、『聴く』と言うことです。信頼関係ができると、あなたの話が相手に伝わります。

【日時】11月5日(水)・12月3日(水)・1月7日(水)

19:00~21:00

【テーマ】11月:信頼関係を作る話の聴き方

12月:私の『当たり前』は私だけのもの

1月:あなたと私の『違い』が気づきを生む

【場所】町屋文化センター 3階(荒川7-20-1)

【定員】20名 【費用】700円(資料代)

【申込・問合せ】コーチングスポット 担当:森戸

TEL:3895-5353

Mail:a.morito@kra.biglobe.ne.jp

## 「コミュニティラボ・アゼリア」講演会

【日時】11月8日(土)14:00~15:30

【場所】アクロスあらかわ 多目的ホール

【内容】「自分にも相手にも優しくできる考え方」  
～バランスが取れた思考に変える方法～

【対象】主に区内在住・在勤の方 【費用】無料

【講師】菊地 俊晴氏

(慶応義塾大学 医学部精神・神経科学教室 准教授)

【定員】60名(申込順) ※定員に達し次第締切

【共催】支援センターアゼリア・明治安田こころの健康財団

【申込・問合せ】電話・FAX・メール及びアゼリア窓口で  
「氏名・電話番号」をお知らせください。

TEL:3819-3113 FAX:3819-2312

Mail:azalea@tcn-catv.ne.jp



## 着ぐるみボランティア! ライトくん

猫のキャラクター「ライトくん」がお祭りやイベント、施設などにボランティアで遊びに行きます。

交流やステージコラボ等受付中です。

(※駐車場があると助かります)

【問合せ】内田 TEL:080-8492-7974

## 『ふれ愛作品展』

区内外の福祉作業所の利用者等が制作した絵や工作物を展示いたします。

【日時】11月18日(火)~11月30日(日)10:00~16:00

【場所】サンパール荒川 2階「1-1-1ギャラリー」

【問合せ】荒川区障害者福祉課障害サービス係

TEL:3802-3111(内線 2619) FAX:3802-0819

## 区民ミュージカルあらかわ宝物さがし物語 PART3 チケット販売中

【日時】12月14日(日)

1回目 11:00~

2回目 15:00~(2回目公演のみ有料生配信あり)

【会場】サンパール荒川 大ホール

【料金】大人3,500円 小中高生2,000円

親子4,500円(大人1人+小中高生1人)

※ACC、町屋文化センター、ムーブ町屋、サンパール荒川、日暮里サニーホール等で販売

※配信チケット1,500円(アーカイブ視聴は公演終了後7日間可能)

<https://peatix.com/event/4566562>にて販売

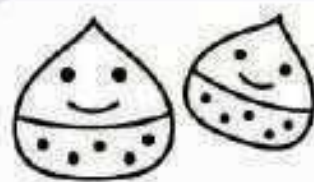
【問合せ】荒川区文化交流推進課 TEL:3802-3795





# 荒川区内情報

このコーナーでは、地域で開催される講座や講演会および各活動団体の募集記事やお知らせなど、区内の情報をお知らせします。活動イベント等に参加希望またはご協力をいただける方は、各問合せ先まで、ご連絡をお願いします。



## 読むことに不便を感じている方へ 音訳「カナリアの会」対面音訳サービス

本・雑誌やご希望の資料（新聞・取扱説明書など）を対面にてお読みいたします。当日ご持参ください。

※音訳ボランティア（特に録音作業）に興味がある方も、お待ちしております。

【日時】11月16日(日)14:00～16:00

【場所】アクロスあらかわ 2階 対面朗読室

【締切】11月13日(木)

【申込・問合せ】アクロスあらかわ

TEL:3803-6221 FAX:3803-6222

## 多文化共生センター東京 「ボランティア講座」

多文化共生センター東京の紹介、土曜日の学習支援教室（※下部参照）のボランティア活動の紹介を行います。

【日時】11月15日(土)10:40～12:00

【場所】多文化共生センター東京事務所  
(荒川 3-74-6 メゾン荒川 2-201)

【対象】多文化共生センター東京でのボランティア活動に継続して参加できる方（高校生以上）  
☆数学や理科の勉強もサポートできる方歓迎！

【費用】1,000円(資料代)

【定員】15名(高校生以上)

【申込方法】右の二次元コードから →

【締切】11月13日(木)10:00

※定員になり次第締切

※講座終了後、ご希望の方は 13:00 からのボランティア教室を見学していただけます。

※参加申込締切後に、別途ご連絡のメールをお送りします。

【問合せ】多文化共生センター東京

TEL:6807-7937

Mail:info@tabunka.or.jp

〈土曜日の学習支援教室とは？〉

たぶんか(Tabunka)フリースクール荒川校で行っています。外国にルーツを持つ小学生から高校生、その保護者を対象に日本語習得や学校の勉強を1対1でサポートします。

①親子日本語クラス 13:00～15:00

②子どもプロジェクト 15:30～17:30

## 話すって、元気のスイッチ！ 傾聴サロン サロン三ノ輪橋

「人と話すことには、心と体を元気にする力がある」と医学や心理学でも言われています。独り暮らしの方、ご高齢の方、話す機会が減っている方、おしゃべりしにいらっしやいませんか？個人情報厳守いたします。直接対面とオンライン(ZOOM)から選べます。

※無料。ZOOMは通信料のみ各自ご負担いただきます。

【日時】11月11日・12月9日・8年1月13日

毎月第2火曜日 対面…13:30～14:30

オンライン…13:15～14:30

【場所】荒川区社会福祉協議会 3階 活動サロン

【定員】対面4名、オンライン3名

【締切】開催日前日

【主催】ダンボの会 傾聴サロン「サロン三ノ輪橋」

【申込・問合せ】荒川区社会福祉協議会 地域福祉支援係

TEL:3802-3338 FAX:3891-5290

Mail:jigyo@arakawa-shakyo.or.jp

## 精神保健ボランティア主催 トークセッション 「こころの病を持つ方と 共に語り合いませんか」

【日時】11月28日(金)14:00～16:00

【場所】アクロスあらかわ 2階

【内容】こころの病を持ちながら住み慣れた地域で暮らしている方や、その支援に関わる方々の話を伺います。当事者、ホームヘルパー、保健師、精神保健福祉士を交えて一緒に語り合いながら、分かち合いの時間をすごしませんか？ボラともによるハンドベル演奏を聞いたり、みんなで歌ったり、音楽でリラックスする時間もあります。

【定員】30名 【費用】無料

【締切】11月19日(水)

【主催】ボランティアグループ ボラとも

【申込・問合せ】電話、FAX、メールで支援センターアゼリアまで

TEL:3819-3113 FAX:3819-2312

Mail:azalea@tcn-catv.ne.jp



# 荒川区内情報

## アクロス連合会まつり・パネル展

アクロスあらかわでは、12月3日～9日の障害者週間にあわせて、「アクロス・連合会まつり」と障害者福祉推進団体による活動紹介パネル展示を行います。

### ◎アクロス・連合会まつり

【日時】12月6日(土) 10:20～15:00

【内容】バザー、手作り品販売、パン・菓子等販売、各種体験コーナー、スタンプラリー、大ビンゴ大会など。 ※館内での飲食スペースもあります。

### ◎パネル展示

【日時】12月3日(水)～9日(火)

【内容】障害者福祉推進団体の活動紹介

【問合せ】アクロスあらかわ(荒川2-57-8)

TEL:3803-6221 FAX:3803-6222

## 障がいのある当事者(ピアカウンセラー)による相談会

【日時】11月8日(土)10:00～15:00

【場所】荒川たんぽぽセンター(荒川1-53-20)

【内容】肢体不自由者による相談

【申込・問合せ】11月4日(火)から来所・電話・FAXで荒川たんぽぽセンターまで  
TEL:3891-6827 FAX:3891-6828

## ひと・もの・暮らし あらかわ再発見 2025

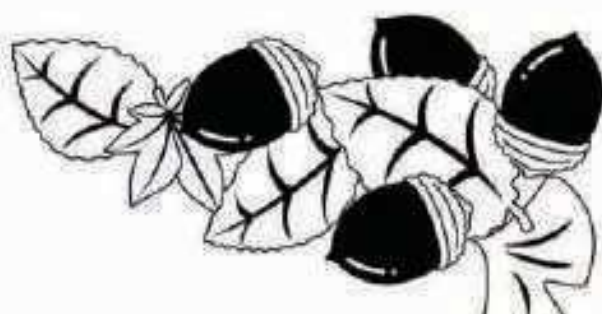
「たのしい」や「わくわく」は、心の垣根を低くする!」をテーマに、地域のよさを再発見するお祭りを開催します。各国グルメ屋台から、雑貨や古着、野菜などの販売ブースが出店。朝鮮打楽器や朝鮮舞踊、紙芝居、カンカラ三味線、シージェッター海斗ダンスなど、多彩なステージのほか、塗り絵やわなげなどのキッズスペースもあります。お菓子がもらえるスタンプラリーは毎年大好評!子どもも大人も、どうぞお出かけください。

【日時】11月29日(土) 10:30～15:00

【場所】東日暮里一丁目公園(東日暮里1-17-22)

【主催】ひと・もの・暮らし あらかわ再発見 2025 実行委員会

【問合せ】ひと・もの・暮らし あらかわ再発見 2025 実行委員会(担当:仲嶺)  
TEL:5604-0873 (企業組合 あうん)



**あらんてあ 配付先**

【南千住地区】★荒川ボランティアセンター★荒川総合スポーツセンター★ふとんの店おかもと80★草津湯★延命寺★なにかし堂★野田屋酒店★TOKIAS クラブフォレスト★とりふじ★コーヒーハウスあめみや★三輪新聞社★理容室マキタ★三田理容所★ロア・ヘアラウンジ★ヘアサロンミナト

【荒川地区】★アクロスあらかわ★荒川生活実習所★荒川福祉作業所★荒川区役所本庁舎(広報課・情報提供コーナー・障害者福祉課・高齢者福祉課・区民課)

★生涯学習センター★たんぽぽセンター★サンパール荒川★町屋文化センター★荒川保健所★がん予防健康づくりセンター★荒川さつき会館★子ども家庭総合センター★荒川老人福祉センター★荒川郵便局★東京広域勤労者サービスセンター★歯科医師会★荒川生協病院★カットスタジオイヅカ★早稲理容★ヘアサロンキタジマ★ヘアサロンハナシマ★理容リリー★シラウメ理容店★ヘアサロンかわはら★HAIR 春風★小川理容室★理容コタカ★藤の湯★ハミング★ヘアサロンハナシマ★早稲理容★ヘアサロンキタジマ★ヘアサロン丸菱本店★ヘアサロンかわはら★HAIR 春風★ヘアコミュニティ okagha★カットスタジオイヅカ★トップノート

【町屋地区】★ムーブ町屋(3階)★リサイクルショップ・なんでも★ヘアサロン matuba★坂根理容室★小川理容店★ヘアサロン英★理容コタカ★バーバーアタミ★リリー★みんなの美容院★まちや★押江クリーニング店★ブラックホールコーヒーロースター★ホットステーション★喫茶ふく★スタートまちや★TOKYO LOCAL BASE★コタカ★シラウメ理容店★バーバーアタミ★髪 styLe&spa ぼらん×ぼらん★オガワ理容室★ヘアサロンマツバ★イタガキ★ヘアサロン HANABUSA

【尾久地区】★あらかわ希望の家・分館★アクト21★シルバー人材センター★都立大学荒川キャンパス売店★フェルメール★宮ノ前診療所★支援センターアゼリア★エリ美容室★ブードル★いけだ島内店★ニュー恵美須★梅の湯★千代の湯★神田湯★デサービス尾久の家★北豊島中学校・高等学校★鈴木商店★MOMOの小屋★尾久の原公園サービスセンター★まる福ホームクリニック★OGU-MAG★鍼灸中津治病院(田中)★ヘアサロンキムラ★理容さくら★ヘアサロンコミヤ★ヘアサロンセキグチ★理容イワサキ★ヘアサロンスカイ★理容ヨコタ★理容アイザワ★ヘアサロンヤング★ヘア・ファッションドモン★フジ理容室★ヘアサロンリリー★髪切由尾久さくら通り店

【日暮里地区】★東日暮里整形外科★道灌山保育園福祉専門学校★ステーションガーデンタワー★日暮里サニーホール★日暮里上宮病院★関川病院★ひぐらしの星★さくら美容室★浅川診療院★丸長鍼灸★アトラスプラズタワー★鮎忠★ヘア&エステティック清水和子の店★高野クリーニング★キクヤ洋品店★中国料理美寿治★JOBサポートあらかわ★都立竹台高等学校★ホワイト★水天軒★カットサロンアライ★髪ファッション四季★理容フジ★理容キリン★理容イダヤ★ヘアクリニックカルム★ヘアサロンソエダ★川田理容店

【その他】★区民事務所★区立図書館★ふれあい館★ひろば館★区内小中学校★区内福祉施設★ボランティアグループ など



あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット

ボランティアのためのオープンスペース

11/8(土)「あらかわ福祉まつり」にコーヒー屋さんで出展します！  
ボランティア講師による「絵手紙」体験もあります。

# ふらっとワークショップ カードで終活？ やってみよう 「もしバナゲーム」

11/26 水

「もしもの時」の話をするきっかけづくりとして、医療・ケアの現場で生まれた「もしバナゲーム」。「家族と一緒に過ごす」「誰かの役に立つ」など、さまざまな価値観が書かれたカードを取捨選択することで、自身の本音に気がつきます。

「もしもの時」に自分がどうありたいかに気づき、身近な人たちに話しておくことは、人生を自分らしく生きる第一歩。「終活」が気になりだした方、まずはゲームから始めてみませんか？

日時・2025年11月26日(水)10:00～12:00

(9:45受付開始)

場所・あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット

講師・田辺智美さん(同善病院・同善会クリニック

コミュニティ支援室)

参加費・無料

定員・10名

申込・11月18日(火)まで(申込多数の場合は抽選)



## と報告！

### 9/21(日)ユニーク・アイ Special「多様な学びをささえる荒川九中夜間学級の今」を行ないました！



年に一度のユニーク・アイ Specialの講師は荒川区立第九中学校主任教諭の歳納隼人先生。ゆいの森ホールを会場に、さまざまな世代の約50名の方に来場いただきました。教員を志した原点から、外国人や学び直しなどさまざまなニーズの受け皿になっている現在の夜間中学の課題まで、あっという間の2時間。スライドで修学旅行や文化祭、宗教に配慮した給食など学校生活の紹介がある中、昼間部と合同の卒業式の様子も印象的でした。「年上の生徒たちから『学ぶことは生きること』と聞くと、夜間の使命を感じます」と、情熱的に語ってくださった歳納先生。地域で多様な学びを支えている夜間学級の意味を考える、貴重な時間となりました。

ボランティア講師の活動場所としてご利用頂いています。  
教えたい方も、教わりたい方もご連絡おまちしております！  
毎月開催予定です(一部のぞく)

すべて申込制(先着順)です

※お申込みの際に定員に達した  
講座もありますが、ご了承ください。

■草笛

11/5・19(水)  
15:00～17:00  
無料

■フラット英会話

11/7・14・21(金)  
16:00～18:00  
500円

■いけばな 龍生派

11/25(火)  
15:30～17:00  
申込締切:11/21(金)  
持ち物:花ばさみ  
(お持ちの方)  
1,000円程度

■楽しく合奏

11/11(火)  
15:30～17:30  
持ち物:得意な楽器  
無料

■『思い出語り』  
脳を活性化する回想法

11/26(水)  
13:30～14:30  
無料

■絵手紙

11/27(木)  
13:30～15:30  
200円

■b.bウクレレ倶楽部

11/7・21(金)  
13:00～14:30(0から始める入門講座)  
14:30～16:00(初級ゆっくり講座)  
11/14・28(金)  
13:00～14:30(初級ステップUP講座)  
15:00～16:30(経験者ウクレレサロン)  
持ち物:ウクレレ(貸出あり)  
無料

■あらにん会勉強会

今月はお休み

■フラワーアレンジ

11/12(水)  
13:00～15:00  
1,300円

■はじめてのスマートフォン

今月はお休み

■服の困りごと相談会

11/20(木)  
13:30～15:00  
無料

■福祉ネイル体験

11/4(火)  
13:00～13:30  
13:30～14:00  
14:00～14:30  
各回2名、300円

■折り紙教室

11/4(火)  
15:00～17:30  
無料

■大正琴教室

11/10・17(月)  
13:30～15:00(初級)  
15:00～16:30(中級)  
持ち物:大正琴(貸出あり)  
100円

■健康・生きがい講座

11/19(水)  
13:30～15:00  
100円

■癒されよう!

アロマの香り、スプレー作り他  
11/20(木)  
15:00～16:00  
500円

■懐かしの歌謡曲を聴く会

今月はお休み

■はじめての複音ハーモニカ

11/25(火)  
13:00～15:00  
持ち物:複音ハーモニカ  
C調21穴、卓上用の譜面台、  
筆記具  
無料

■b.bフォークソングギター  
教室

今月はお休み

■アクセサリーDEカフェ

11/7(金)  
19:00～21:00  
200円

■マジック

11/26(水)  
15:00～17:00  
持ち物:トランプ(お持ちの方)  
無料

■大人が絵本を楽しむ会

11/5(水)  
13:00～15:00  
持ち物:シェアしたい絵本  
無料

■三河島編物クラブ

11/18(火)  
13:00～15:30  
持ち物:毛糸、編み針  
無料

■スマホお困り相談

11/13・27(木)  
16:00～17:30  
無料

★あらチャレ使い方勉強会

11/6(木)  
15:00～16:30  
無料

★は新講座



あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット

TEL03-3891-8571

FAX03-3891-8572

flat\_flat@arakawa-shakyo.or.jp

荒川3-49-1生涯学習センター1階(JR「三河島」徒歩5分)



www.arakawa-shakyo.  
or.jp/flat/

平日13:00～19:00(第1・3水・金は13:00～21:00)





## ユニバーサルウォーク～防災まち歩き～ 実施しました！



車いすの方の案内で防災まち歩き中  
スポセンの周りは電柱が少ないのは  
なぜだろう？  
→電柱を少なくすることで、  
災害時の道路寸断や停電のリスクを  
少なくする効果があります。

子どもから高齢者・障がいのある人もない人もみんなで一緒に  
交流しながら、防災に関するポイントをめぐるウォークラリー、20回  
目となる今回は、10月19日に荒川工科高校～荒川総合スポーツ  
センター経由～生涯学習センターをつないで行いました。

45名の皆さんが7グループに分かれて街を歩き、ゴールでは初  
期消火訓練、救急救命訓練を行いました。

まち歩きでは①避難所となる学校や公共施設 ②災害ボラン  
ティアセンターになる荒川総合スポーツセンター ③防災井戸や  
かまどベンチ等のある防災ひろば ④消火器や消火栓、AED  
⑤コンビニなどの災害時帰宅支援ステーション ⑥病院、公衆電  
話等々 ⑦防災に関するポイントを実際に歩きながら確認しまし  
た。みなさんはいくつご存知ですか？



参加者からは、「消火器や消火栓が街の中に多くあった。普段気にしていないと素通りしてし  
まうものだ」「防災ひろばにある、かまどベンチやトイレ用のマンホールを実際に使用してみる機  
会があるとよいね」「公衆電話がとても少なくて見つけるのは大変」「公衆電話は災害時優先的に  
つながるが、聴覚障がいがある人は使えない。どうしたらよいかなど多くの意見が多くあがりま  
した。また、電柱にある水害時の浸水深表示の高さを見て、中学生が「これは困ったなあ。どこへ  
避難したら良いのだろう。」と真剣に悩む場面もありました。

「聴覚障がいの方とのコミュニケーションについて、手話ができないけど、筆談やスマホのアプリ  
でお伝えした」「いろんな人と歩いてみて、ジェスチャーや笑顔などいろいろな方と交流するの  
に有効だし大切と感じた」、聴覚障がい者の方からは「参加者のみなさんとうる者とのコミュニ  
ケーション力が高まる機会になった」など、「ユニバーサル」「多様性の理解」につながる感想もあり  
ました。

筆談で聴覚障がいのある方に  
災害時拠点病院について説明中



スタート時にはすこし緊張気味のみなさんも「楽しかった～」  
と笑顔でゴール！ このユニバーサルウォークをきっかけに、  
街がこれまでと違って見えたり、年齢の違いや障がいのあるな  
しに関わらず、声をかけ合える助け合える関係が広がっていく  
ことを期待しています。

### 【お詫びと訂正】

「あらんてあ」10月号の掲載記事におきまして誤りがありました。

区民の皆さま並びに関係各位にご迷惑をお掛けしましたこととお詫びするとともに、ここに訂正させていただきます。  
なお、ホームページのPDF版につきましては訂正後のものを掲載しています。

7ページ「サマーボランティアスクール2025」

(正) 合同会社 LTG

(誤) 合同会社 LGT



## 福祉教育(心のバリアフリー学習)

障がいのある方や、生きづらさを抱えた方のお話を聴いたり、一緒に過ごしたり、疑似体験をすることで、心の中にある壁(バリア)をなくし、障がい・年齢・性別・国籍等お互いの違いを認め合い、誰もが安心して暮らしやすい地域を目指すため、「福祉教育(心のバリアフリー学習)」を行っています。

～最近実施した福祉教育の一例です～

### ○荒川区内の中学校(中学3年生)

<内容>

- ・講話:認知症について、介護のお仕事について
- ・体験:高齢者疑似体験、車いす体験
- ・協力:区内の高齢者施設(デイサービス)



### ○荒川区内のスポーツ施設(職員研修)

<内容>

- ・講話:ろう者の言葉である『手話』について学ぶ。  
施設利用時に困る点について話を聞き、対応を考えることで聴覚障がい者への理解を深める
- ・体験:受付業務や緊急時の案内の際に使う手話の単語を覚え、使ってみる
- ・協力:聴覚障がい者の当事者団体

ボランティアセンターが、学校・団体・企業に伺い、障がい当事者・施設の職員・ボランティア活動者など様々な方を講師に招いた講義や体験・交流などを企画しています。

あなたの地域・団体・職場でも、福祉教育を開催してみませんか？皆さんのニーズに合わせ、ボランティアセンターがコーディネートいたします。ぜひお気軽にご相談ください！！

荒川ボランティアセンター TEL3802-3338 E-mail:[vorasen@arakawa-shakyo.or.jp](mailto:vorasen@arakawa-shakyo.or.jp)

## あらかわ子ども応援ネットワーク(AKON)

8月、9月、新たに子ども食堂、子どもの居場所ができました。どちらの団体の方々も、子ども応援ネットワークに入り、活動中の団体の皆さんから、区民の方々への周知方法や受け入れのアドバイス等、運営にあたっての情報交換や物品の提供をうけ、活動を始めています。お互いに協力しあうという、ネットワークの強みが活かされています。



定例会の会議の様子

～あなたも子どもたちを応援しませんか？～  
主に3つの応援の方法があります。

①寄付金、寄付で応援

②物資、食材で応援

③ボランティア参加で応援

皆様のできる形で、ご協力の程よろしくお願いします。

10月20日荒川区内の、子どもに関わる支援や活動をしているボランティア団体、支援機関に事業所、学校、行政の方々が集まり、「あらかわ子ども応援ネットワーク定例会」が開催されました。

その中で、子どもの居場所、子ども食堂、学習支援やゲーム等を行う団体が、共通した分野同士で情報交換会を行いました。食数の確定方法や、情報発信の仕方、今後のビジョンについて等、課題について活発に意見交換がされました。

次回1月開催予定です。



## あらかわの活動団体 クローズアップ

区内で活動するボランティア団体・当事者団体をご紹介します。  
 今月は**東京都助産師会荒川地区分会(荒川助産師会)**です。

妊娠・出産・育児は、人生の中でも特に大きな変化の時期。そんな時にそっと寄り添い、心強い味方となってくれるのが「助産師」です。東京都助産師会 荒川地区分会(通称:荒川助産師会)は、地域に暮らす妊婦さんやご家族の支援に取り組む、荒川区を拠点とした助産師の集まりです。

現在の会員は24名。助産院を開業している助産師や、大学、病院、保健所などで働く助産師たちが所属し、それぞれの現場での経験を活かしながら、地域でさまざまな活動を行われています。

会長の浅野さん、会員の遠藤さんに、活動についてお話を伺いました。

助産師会の活動を教えてください。



妊婦体験スーツや赤ちゃん人形を抱いた  
荒川助産師会のみなさん

### 荒川助産師会

助産師の活動は、妊娠・出産・育児に関するサポートだけではないのです。プレパパ・パパ会や性教育、防災教育、さらには流産・死産を経験されたご家族へのグリーフケア、更年期障害等女性の一生の健康など…。

活動の軸を「生と性」「いのちと家族」として、それにまつわる幅広い分野に目を向けて活動しています。

特に力を入れている取り組みについて教えてください。

### 荒川助産師会

防災教育の取り組みです。妊婦さんや赤ちゃんは病気ではないため、災害時には支援の優先順位が下がりがちです。荒川助産師会では、妊婦体験スーツの着用や、赤ちゃん人形を使った避難体験、シャツでおんぶする方法など、現実的な避難を体験できる機会を提供しています。

災害時に大切なのは「つながり」。妊婦さんや子育て家庭が地域の中で孤立しないよう、自治体とも連携しながら、母子が安心して過ごせる仕組みづくりに取り組んでいます。

近年人気が高まっているのが「パパ会」です。赤ちゃんと一緒に集まり、パパ同士で子育ての悩みや体験を共有するこの会は、思いのほか盛り上がりを見せています。ママとは別に「パパだけで話せる場がいい」という声もあり、今後は「プレパパ会」の開催も予定しています。



避難するときにベビーカーは使えません！  
 身近なシャツでおんぶする方法  
 を防災講座でご指南。

荒川助産師会 連絡先  
[luanajyosanninn@gmail.com](mailto:luanajyosanninn@gmail.com)

～お話を伺って～

助産師さんたちは、日々、ママやパパたちの話に耳を傾け、見えない不安や小さな困りごとを丁寧にすくい上げてくれています。そんな日常の積み重ねから、その時々必要とされる活動を、どんどん形にしていく熱意とパワーを感じました。災害ボランティアセンターを担う社会福祉協議会として、災害時にも連携する心強い仲間です。今後ともよろしくお願いします。

取材希望の団体さん、ご連絡ください！

このコーナーへの掲載を希望される場合は、自薦・他薦を伺いませんので、あらかわボランティアセンターまで。



# あらんてあ

【発行】荒川区社会福祉協議会 地域連携推進課 荒川ボランティアセンター  
〒116-0003 荒川区南千住 1-13-20 TEL03-3802-3338 / FAX03-3802-3831  
<http://www.arakawa-shakyo.or.jp/> E-mail: verasen@arakawa-shakyo.or.jp  
情報掲載希望の方は、毎月 10 日締切です。詳細は、お問合せください。



## 楽しく「知る」が 満載!

今回も多くのボランティア、地域活動を行っている団体や施設、事業所や企業の出展、ステージ発表があります。

また、区内中学校のボランティア活動の展示(災害・減災、地域に関わる取り組み等)、11月15日より開催されるデフリンピックの魅力を紹介するコーナーも予定していますので、ぜひご覧下さい。他にもボランティア活動体験を行う企画等、盛りだくさんとなっています。

11月8日(土)10:00~15:00

荒川総合スポーツセンター(南千住 6-45-5)

※この日、荒川ボランティアセンターはお休みです。



荒川区社会福祉協議会の取り組みを楽しく知ってもらう「あらかわ粋・活(いきいき)ラリー」や富くじを行います。

あらかわ福祉まつりは、ボランティアや福祉活動、地域の取り組み等を知ることができる、他のお祭りやイベントでは見たり、体験できない企画がたくさんあります。ぜひ、ご来場下さい♪

## あらかわ福祉まつり協賛団体のみなさま

～地域福祉活動へのご協力ありがとうございます～

- |                            |                        |
|----------------------------|------------------------|
| ○株式会社ADEKA                 | ○井関農機株式会社              |
| ○荒川区介護サービス事業者連絡協議会         | ○公益法人荒川区芸術文化振興財団       |
| ○東京都公衆浴場業生活衛生同業組合荒川支部      | ○荒川区商店街連合会             |
| ○荒川区自転車商小売組合連合会            | ○株式会社ダイオーズジャパン         |
| ○有限会社中央パフ製作所               | ○一般社団法人東京広域勤労者サービスセンター |
| ○日本貨物鉄道株式会社関東支社隅田川駅・隅田川機関区 |                        |
| ○一般財団法人ポケモン・ウィズ・ユー財団       | ○ヨークフーズ三ノ輪店            |