

お互いに包み合える社会づくりを目指して

12月3日～9日は**障がい者週間**です

障がい者週間は、障がいのある方がさまざまな分野の活動に参加する意欲を高めるとともに、皆さんが障がいへの関心と理解を深めるための週間です。

区は、障がいのある方が地域で安心して暮らし続けていくための支援のひとつとして「働く意欲」を応援しています。今号では地域でいきいきと働く皆さんと、区のさまざまな障がい者支援の取り組みについて紹介します。

問合せ 障害者福祉課 ☎内線2681 FAX(3802)0819



障がいのある方の「働く意欲」を応援します

作業所スカイ(西日暮里5-2-20)

中村さんは、荒川区障害者就労支援センター「じょぶ・あらかわ」の紹介で、平成25年から軽作業等の仕事をしています。

「初めは戸惑うことがありましたが、今では慣れてきました。難しい作業をやり抜いたときは達成感があります。働くことを通して、社会とのつながりを感じられることが何よりうれしいです」と話していました。



製作・販売している



中村さん(左)と一緒に仕事をしている皆さん

パンの品出しをする野口さん

クリ夫のパン屋(西日暮里6-10-11)

野口さんは、11月1日に開店したクリナップハートフル株式会社が経営する「クリ夫のパン屋」で、焼きあがったパンの品出し等を担当しています。以前は別の部署で仕事をしていましたが、開店に伴って、異動しました。

「すべてが初めての経験だったので開店当初は不安でしたが、今は慣れて楽しく働いています。お客さんから『おいしかったからまた買いに来たよ』と言ってもらえることが一番うれしいです」と話していました。

▲店のおすすめ「塩バターパン」

2・3面 障がい者支援の取り組み・催しを紹介

▶障がい者が生きがいを実感できる社会へ

障がいのある方にとって「働く」ということは、単に日々の生活の糧を得るといっただけではなく、仕事を通して地域社会とつながり、自らがその構成員の一人となり関っていくことを意味します。そして、いわゆる「親なき後」の安定した生活を営むことのできる社会、働くことに喜びや働くことで生きがいを実感できる社会、それらを支える区民がお互いに包み合える社会づくりが重要と考えています。

10月に開催された荒川区産業功労者表彰式では、平成28年度から「障がい者雇用貢献表彰」を新設しました。これは障がい者の雇用促進・就業機会の拡大に貢献された事業者への感謝を表すもので、今年度は5つの事業者に贈呈しました。

このように区では、さまざまな角度から障がい者の就労支援を強化しています。その中心となる障害者就労支援センター「じょぶ・あらかわ」で、障がい者とその家族からの相談だけでなく、障がい者を雇用したいという企業からの相談にも応じ、地域と行政が一体となって、障がい者の就労機会の拡大に取り組んでいます。

今後とも、障がいのある方が、これまで以上に就労の機会を得ることで、労働者としての身分が保障され、自立して地域で生活しながら、幸せを実感できるあたたかい地域社会の実現に尽力して参ります。



荒川区長・特別区長协会会长
にしがわ たいいちろう
西川 太一郎

障がい者支援の **取り組み** ・ **催し**

就労支援の取り組み

荒川区障害者就労支援センター「じょぶ・あらかわ」

障がいのある方が仕事を持ち、自立していきいきと生活できるように、社会参加をサポートします。現在就労している障がいのある方や、将来一般就労を目指している障がいのある方、障がいのある方を雇用している、あるいは雇用希望のある企業等の相談を受け付けます。

開所日時 (月)～(金) 午前9時～午後5時 ※(土)・(日)・(祝)等、12月29日(休)～1月3日(休)を除く
場 所 南千住1-13-20荒川区社会福祉協議会2階
問 合 せ ☎(3803)4510 FAX(3803)4520
 ㊚job-arakawa@arakawa-shakyo.or.jp



障がい者就労推進員

区に配置している障がい者就労推進員は、障がいのある方の就労相談や業務を依頼する企業と、受注する障がい者作業所の橋渡しをしています。企業等を訪問し、よりよい条件の業務のあっせんを通して、障がい者の生活の質の向上と、安定に貢献しています。



問 合 せ 障害者福祉課 ☎内線2681
 ㊚(3802)0819

障がい者雇用貢献表彰

10月25日に開催した荒川区産業功労表彰で、障がい者の就業に貢献のあった事業者を表彰しました。

受賞事業者 ※50音順

- アイボール鉛筆株式会社(荒川5-36-9)
- 株式会社ウイズネット(さいたま市大宮区三橋2-795)
- 株式会社エドウィン(東日暮里3-27-6)
- 株式会社北浦工業(町屋1-30-12)
- フリナップハートフル株式会社(西日暮里6-25-3)



障がいのある方の相談窓口

生活全般の相談

- 障害者福祉課**
日常生活への支援、施設入所や通所等の相談を受け付けています。また、心の健康に不安がある方の精神保健福祉相談(自立と社会参加促進のための支援を保健師や専門医が対応)のほか、難病医療費助成と自立支援医療(精神通院医療)の申請も受け付けています。
 - ▶**手話通訳者**
毎週(火)、午後1時～4時に、手話通訳者が窓口で対応します。
 - ▶**身体・知的障害者相談員**
区から委嘱を受けた相談員が、障がい者や家族からの生活相談等に対する助言や支援を行っています。
- 問 合 せ** 障害者福祉課(区役所1階)
 ☎内線2681
 ㊚(3802)0819

- 民生委員・児童委員**
障がい者や家族からの相談に対する、助言や支援、関係機関への橋渡し等地域生活を支える活動を行っています。
- 問 合 せ** 福祉推進課 ☎内線2616
 ㊚(3802)0202
- 支援センターアゼリア**(東尾久5-45-11)
 ☎(3819)2343
 ㊚(3819)2312
 心の病を持ちながら生活している方への日常生活の支援や相談等を行い、社会復帰のためのさまざまなプログラムを実施しています。
- 相談支援事務所コンパス**(東日暮里1-17-121階)
 ☎・㊚(3801)7227
 心に不安を抱えている方やそのご家族を対象とした相談支援事業所です。

お子さんの発達に不安がある時の相談

- 児童発達支援事業**
未就学児とその家族に対して療育支援を行っています。
- 学齢児機能訓練**
特別支援学校に通学している学齢児を対象に、理学療法訓練を放課後に実施しています。

問 合 せ 荒川たんぽぽセンター
 ☎・㊚(3807)8483

成人の機能回復に関する相談

- 高次脳機能障がい者訓練等**
病気やけが等で障がいを受けた方に、その障がいの改善等を目的にグループワークでの機能訓練を行っています。
- 問 合 せ** 荒川たんぽぽセンター
 ☎・㊚(3807)8483

アクロスあらかわの催し **入場無料**

会場・問 合 せ アクロスあらかわ
 ☎(3803)6221
 ㊚(3803)6222

アクロス・連合会まつり

日時 12月3日(出)午前10時20分～午後3時
内容 バザー、手作り品の販売、模擬店、ミニ手話講座、視覚障がいの疑似体験・ガイドヘルプ体験、スタンプラリー、大ビンゴ大会等



パネル展示

期間 12月3日(出)～9日(金)
内容 障害者福祉推進団体の活動紹介、手作り作品等の展示

きもちトーク2016(手話通訳・要約筆記あり)

日時 12月4日(出)午後1時30分～4時
内容 ▶**学習発表会**…アクロスあらかわを見学して学んだことや考えたことを小学生が発表します
 ▶**体験発表会**…障がいのある方やつなごりのある方がさまざまな思いや体験を発表します

荒川たんぽぽセンターの催し **費用無料**

申込み・問 合 せ 荒川たんぽぽセンター ☎・㊚(3807)8483

障がいのある当事者(ピアカウンセラー)による相談

期日 12月10日(出)、平成29年1月14日(出) **時間** 午前10時～午後3時
会場 荒川たんぽぽセンター
内容 視覚障がい者、聴覚障がい者、肢体不自由者による相談

高次脳機能障がい者家族会

期日 12月10日(出)、平成29年1月14日(出) **時間** 午後2時～3時
会場 荒川たんぽぽセンター **対象** 高次脳機能障がい者の家族等

障がい者地域自立生活支援セミナー「失語症～明日から役立つ会話のコツ」

日時 平成29年1月20日(出)午後2時～4時
会場 あらかわエコセンター環境実習室
定員 20人(申込順) **講師** 言語聴覚士・小林久子氏
 ※送迎車、手話通訳の利用を希望する方はご相談ください

リハビリ講習会「音楽運動療法」

期日 平成29年1月6日～3月10日(出) (全10回) **時間** 午前10時～正午
会場 荒川たんぽぽセンター
対象 区内在住の40歳以上で、身体障害者手帳をお持ちの方
定員 20人(申込順)※車いす可
内容 緩やかなストレッチ、ペットボトル体操、腹式呼吸等
講師 昭和大学保健医療学部専任教授・小口江美子氏

障がい者スポーツフェスティバル 障がい者スポーツを **見て** **聞いて** **体験する**

今年はリオデジャネイロでパラリンピックが開催され、大きな盛り上がりを見せました。そして、4年後の2020年に東京パラリンピックを控え、障がい者スポーツへの関心は一層の高まりを見せています。

期日 平成29年2月5日(日)
時間 午前10時～午後4時
会場 荒川総合スポーツセンター

内容 障がい者スポーツの模範試合・体験会、障がい者アスリートによるパネルディスカッション、学校や研究機関等による障がい者スポーツに関連する展示・体験

申込み・問 合 せ スポーツ振興課 ☎内線3374



平成28年4月から「障害者差別解消法」が施行されました

障がいを理由とする差別を無くし、すべての人が障がいの有無に関わらず、お互いに人格と個性を尊重し合いながら共生できる社会を目指しています。正当な理由がない限り、障がいがあることを理由に障がいのない人につけない条件をつけること(不当な差別的取り扱いの禁止)や障がい者から配慮を求め意思表示があった場合、負担にならない範囲で配慮を行うこと(合理的配慮)が定められています。

- 相談窓口の設置
- 障がい者差別解消支援地域協議会の設置
- 職員対応要領の作成
- 研修の実施

問 合 せ 障害者福祉課 ☎内線2681

人権週間事業講演会
障がい者と健常者が混ざり合う社会を目指して
 ～ブラインドサッカーがたなぐ絆

入場無料
 手話通訳、車いす席あり

日 時 12月10日(出)午後2時～4時 **会 場** ムーブ町屋ムーブホール
定 員 250人(当日の先着順) **託 児** 2歳以上の未就学児(申込順)
講 師 日本ブラインドサッカー協会代表理事・釜本美佐子氏
託児申込み・問 合 せ 総務企画課 ☎内線2271

TOKYO交通安全キャンペーン

12月1日～7日

交通ルールを守り、正しいマナーを身に付け、年末の交通事故と渋滞防止を図りましょう。

子どもと高齢者の交通事故防止

信号を守る、横断歩道を渡る等、基本的なルールを守りましょう。外出時は、明るく目立つ服装を心掛け、反射材用品を身に付けて車のドライバーに自分の存在をアピールしましょう。高齢者の方は、運転免許証を自主返納し、運転経歴証明書の交付を受けるとさまざまな特典が得られます。

自転車の安全利用の推進

都内における自転車乗用中の交通事故死者の約7割に、信号無視や一時不停止等の違反がありました。自転車は自動車と同じ「車両」です。交通ルールを守りましょう。

飲酒運転の根絶

自動車や自転車等による飲酒運転は犯罪です。酒類の提供者や車両の同乗者にも厳しい罰則が設けられています。二日酔いも飲酒運転です。運転する前日は、飲酒量を控えましょう。

二輪車の交通事故防止

カーブや交差点の手前では十分に速度を落とす等安全運転を心掛け、ヘルメットを正しく着用しましょう。

違法駐車対策の推進

違法駐車は、渋滞や交通事故の原因になります。短時間の駐車でも、必ず駐車場を利用しましょう。

問 合 せ
 ▶交通対策課 ☎内線2712
 ▶荒川警察署 ☎(3801)0110
 ▶南千住警察署 ☎(3805)0110
 ▶尾久警察署 ☎(3810)0110

12月1日は世界エイズデー AIDS IS NOT OVER

■エイズのまん延防止とエイズ患者等への偏見の解消

世界エイズデーは、世界保健機関(WHO)が世界規模でのエイズのまん延防止と、HIV感染者やエイズ患者に対する差別・偏見の解消を目的として提案したものです。

■HIV、エイズとは

HIV(ヒト免疫不全ウイルス)とは、エイズの原因になるウイルスです。エイズは、HIVの感染によって身体を守る免疫力が低下し、本来は抑えることのできるさまざまな病気が発症した状態のことをいいます。

HIVに感染していても、適切に治療を続けられれば、これまで通りの社会生活を続けることができます。

■日本では新規感染が横ばい

平成27年未現在、世界のHIV陽性者数3670万人、新規HIV感染者数は年間210万人となっています。

日本では、平成27年の新規HIV感染者報告数は1006件、新規エイズ患者報告数は428件で、感染の9割は20～40歳代です。新規HIV感染者数・新規エイズ患者数ともに平成22年以降横ばいが続いています。

■日常生活での感染は、ほぼありません

HIVの感染力は弱く、感染経路は性行為や血液感染等と限られています。そのため、通常の日常生活で感染することはありません。性行為では、コンドームの正しい使用で感染を防ぐことができます。

■HIV検査を受けましょう(無料)

感染を「他人事」と思わず、予防や検査をしましょう。区では、無料・匿名で予約制の検査ができます。正確な判定ができる時期(感染の機会から60日経過後)に受けてください。



荒川区エイズ相談・検査専用電話
 ☎(3805)9467
 ※祝等を除く(月)～(金)午前8時30分～午後5時15分

相談・問 合 せ 保健予防課 ☎内線430

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 申 込 申 込 方 法(申 込 先) 締 切 日 問 問 い 合 せ 先 電 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

費用の記載がない事業は無料です

はがき・ファクス等の記入事項

- 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)

- 往復はがきは、返信面に住所・氏名を記入
- 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

アクト21が休館

日12月11日(日) 全館清掃
間アクト21☎(3809)2890

区民保養所のお知らせ

◆ホテルグリーンパール那須が休館
日平成29年1月15日(日)~20日(金)、6月1日(木)~30日(金)
内館内リニューアル工事
間ホテルグリーンパール那須
☎0287(76)2883

◆ホテルニューアカオの予約を受け付け

利用期間平成29年3月1日(水)~31日(金) 日12月10日(土)午前9時からホテルニューアカオ東京予約センターへ☎(3273)5151
間区民課☎内線2514

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料の休日窓口を開設

日12月11日(日) 時午前9時~午後5時 内保険料の納付・相談
所・間▶国民健康保険料・後期高齢者医療保険料…国保年金課(区役所1階)☎内線2386
▶介護保険料…介護保険課(区役所2階)☎内線2441

住民税等の納税窓口を日曜日に臨時開設

日12月11日(日) 時午前9時~午後5時 内住民税・軽自動車税の納付と、納税に関する相談 所・間税務課(区役所2階)☎内線2334

歳末たすけあい・地域福祉募金にご協力を

歳末たすけあい・地域福祉募金は、町会・自治会等の協力で実施され、全額が区内の福祉に使われます。ご協力をお願いします。
日12月中 間歳末たすけあい運動事務局(荒川区社会福祉協議会内)☎(3802)2794

葬祭費を支給します

対国民健康保険・後期高齢者医療制度の被保険者が亡くなったときに葬祭を行った方(喪主) 申請期間葬祭を行った日の翌日から2年間 葬儀の領収書または会葬礼状、喪主の預金通帳・印鑑 支給額7万円
日▶国民健康保険の方…国保年金課(区役所1階)☎内線2381
▶後期高齢者医療保険の方…国保年金課(区役所1階)☎内線2391

子育て・教育

児童扶養手当の加算額が変更

平成28年8月分(平成28年12月振り込み分)から第2・3子以降の加算額が増額されました。また、平

成29年4月から加算額にも物価スライド制が導入されます。

◆第2子加算額(月額)
全部支給1万円 一部支給9990~5000円(所得により変動)
◆第3子以降加算額(月額)
全部支給6000円 一部支給5990~3000円(所得により変動)

間子育て支援課☎内線3816

こども工作教室「こま・ぶんぶんこま作り」

日12月17日(土)・18日(日) 時午前11時、午後1時・2時30分(17日は午後の回のみ) 所ふれあいハウス2階 対4歳~小学生 人各回20人(申込順)
日電話・ファクスで、4面上段を参照し①・③・④の記入事項と⑤年齢⑥希望日時を、あらかわ遊園へ☎(3893)6003 FAX(3893)6089
※入園料は別途かかります

子ども倫理塾~クリスマス会

日12月23日(祝) 時午前10時~正午 所三河島ひろば館 対子育て中の方(託児あり) 人30人(申込順)
日¥200円(小学生以下は無料)
日12月20日(火) 日一般社団法人倫理研究所家庭倫理の会荒川区・玉岡☎080(5650)5352

妖怪かるたを作ろう

日平成29年1月21日(土) 時午後2時~3時30分 所サンパール荒川2階ARAKAWA 1-1-1ギャラリー 対年長児~小学生とその保護者 人15組(抽選) ¥300円(1組)
日12月21日(水)必着 日往復はがき・電子メールで、4面上段を参照し①~④の記入事項と⑤性別⑥年齢(学年)⑦学校名(③は参加者全員分)を、〒116-0002荒川区荒川7-20-1町屋文化センター内ACCへ☎(3802)7111
日1-1-1@acc-arakawa.jp

高齢者

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。
日12月21日(水) 時午前10時~正午 所区役所3階305会議室 対区内在住で、65歳以上の方 日12月20日(火) 日介護保険課☎内線2431

健康・衛生

調理師業務従事者は届出を

日12月31日現在、都内で調理業務に従事している調理師免許保持者
日届出用紙の配布区役所北庁舎1階生

活衛生課 ※東京都福祉保健局ホームページからもダウンロードできます(http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/) 日郵送で、届出用紙に記載されている届出先へ 日平成29年1月15日(日)消印有効 間生活衛生課☎内線422

医療従事者は届出を

◆医師・歯科医師・薬剤師
日届出用紙の配布区役所北庁舎1階生活衛生課 ※厚生労働省ホームページ(http://www.mhlw.go.jp/)からもダウンロードできます
日届出先自宅または勤務地を管轄する保健所へ
◆保健師・助産師・看護師・准看護師・歯科衛生士・歯科技工士
日届出用紙の配布区役所北庁舎1階生活衛生課 ※東京都福祉保健局ホームページ(http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/)からもダウンロードできます
日届出先勤務地を管轄する保健所へ

※区内医療機関等に勤務している方は、勤務先に届出用紙を送付します
日平成29年1月16日(月)
日▶東京都福祉保健局医療人材課☎(5320)4434
※薬剤師は東京都福祉保健局薬務課へ☎(5320)4503

こころの病がある方の家族相談会

日12月22日(木)、平成29年2月24日(金) 時午後2時~4時 所がん予防健康づくりセンター2階 対こころの病がある方の家族 人各15人(申込順) 内医師を交えたグループミーティング
日健康推進課☎内線432

仕事・人材募集

平成28年度区職員(看護師・Ⅱ類)採用選考

採用予定日平成29年4月1日
職種・採用予定数看護師Ⅱ類・若干名
日昭和47年4月2日以降に生まれた方で、看護師の免許を有する方(平成29年3月31日までに資格取得見込みの方を含む) 選考▶平成29年1月14日(土)作文 ▶2月上旬面接 日申込書の配布区役所1階総合案内・4階職員課、各区民事務所・図書館(荒川区ホームページからもダウンロード可) 日12月22日(木)消印有効 日申込書、返信用封筒(82円切手を貼り、住所・氏名を記入)を同封し、持参・簡易書留で、〒116-8501(住所不要)荒川区役所4階職員課へ☎内線2232

あらかわ遊園事務職員(臨時職員)を募集

勤務期間平成29年1月11日(水)~3月31日(金) 勤務時間午前8時30分~午後5時15分 勤務日数週5日

※(出)・(日)・(祝)勤務あり 人1人(選考)
日事業運営、契約・支払事務等 報酬7340円(日額) ※交通費の支給はありません 日12月10日(土)
日郵送・持参で、履歴書(写真貼付)を、〒116-0011荒川区西尾久6-35-11荒川遊園課へ☎(3893)6003

あらかわ青年大会 ボランティアスタッフ募集

音楽やダンス等のイベントのスタッフを募集します。
日区内在住・在勤・在学で、実行委員会(月1回程度、区内で開催)に参加できる方
日あらかわ青年大会
日平成29年3月20日(祝) 所あらかわ遊園
日主催荒川区青年団体連合会
日生涯学習課☎内線3355

若者向け就労支援セミナー

◆電話対応への苦手意識をなくそう
日12月14日(水) 所吉尾美樹氏
日12月13日(火)
◆就活おしゃべりサークル
日12月19日(月) 所松山高大氏
日12月16日(金)

時午後2時~4時 所ムーブ町屋4階ミニギャラリー 対39歳以下の方 人各10人(申込順)
日わかもの就労サポートデスク☎(3800)6188

スポーツ

区民体育大会冬季大会 スキー競技会

日平成29年1月22日(日) 時午前8時30分から 所舞子スノーリゾート(新潟県南魚沼市) ※現地集合・解散 日区内在住・在勤・在学で、18歳以上の方(高校生は不可)
日回転競技 ¥700円(別途スポーツ傷害保険に加入が必要) 日1月6日(金) 日費用を持参し、区役所3階スポーツ振興課へ☎内線3374

講座・催し

にっぽりフレンドリーマーケット

日12月3日(土)・4日(日) 時午前10時~午後4時 所日暮里駅前イベント広場 内手作り品等の販売
日サンマークシティ日暮里商店会・藤田☎090(2427)7609

アラカワマルシェ

日12月7日(水) 時午前10時~午後4時 所LaLaテラス南千住センターコート(南千住4-7-2) 内区内の障がい者施設等で手作りしたパン・お菓子・アクセサリー・雑貨の販売 日荒川生活実習所・荒川福祉作業所☎(3891)6915

平成28年度 明るい選挙ポスターコンクール入賞者

明るい選挙ポスターコンクールに、小・中学校、高等学校の児童・生徒の皆さんから636点の応募がありました。区における審査の結果、次の方が入賞しました(敬称略)。

問合せ 選挙管理委員会事務局(区役所6階) ☎内線3411

優秀賞

小嶋真菜(汐入小学校6年)
飯塚明香里(尾久八幡中学校2年)



優秀賞 小嶋真菜さん



優秀賞 飯塚明香里さん

入選

●小学生の部
森田いち子(尾久第六小学校2年)
横山凌汰(汐入小学校6年)
中村雅幸(汐入東小学校4年)
河野煌太(汐入東小学校5年)
石田舞桜(汐入東小学校6年)

佳作

●小学生の部
武藤瑞希(第三瑞光小学校6年)
寺岡くるみ(汐入小学校1年)
鈴木船之介(汐入小学校6年)
清水春陽(汐入東小学校5年)
中村天音(汐入東小学校5年)

●中学生の部

徳山子夏(第三中学校1年)
音羽主水(尾久八幡中学校2年)
芝田和香(尾久八幡中学校2年)
庭野紡(尾久八幡中学校2年)
竹本妃麻里(原中学校3年)
山田麻友(原中学校3年)

入賞作品展示会

◆区役所1階ロビー
期 間 平成29年1月16日(月)～20日(金)
時 間 午前8時30分～午後5時15分
※展示は入選作品のみ

◆町屋文化センター2階プレイコーナー
期 間 平成29年2月7日(火)～10日(金)
時 間 午前9時～午後10時
※7日(火)は午後1時から、10日(金)は午後3時まで

冬場の

結露とカビのおはなし

寒くなると室内を閉めきることが多くなり、ガラス窓や壁が結露します。結露はカビの原因となり、住んでいる人の健康にも影響することがあります。こまめな換気を心掛け、健康で快適に過ごしましょう。

相談・問合せ 生活衛生課(区役所北庁舎1階) ☎内線426

結露

結露は、屋内で発生した水蒸気が表面温度の低いガラス窓や北側の壁に触れて温度が下がり、水滴となって現れる状態です。最近の建築物は高断熱・高气密なので、室内で発生した水蒸気は屋外に逃げることはできません。そのため結露を防ぐためには換気が大切です。

結露の発生を防ぐために

- ▶炊事や入浴で発生した水蒸気は、早めに換気をして、外に出しましょう
- ▶就寝前に、5分程度窓を開けて換気をしましょう
- ▶家具の裏側や押し入れの中は、結露しやすい場所です。家具を壁から離し、押し入れの中も荷物の下にすのこを敷いて空気が流れるようにしましょう

カビ

カビは建材や壁紙を傷め、腐らせます。カビの生育条件は温度・水分・栄養・酸素の4つで、湿度が60%以上になると生えてきます。カビが生えるとダニ等も繁殖しやすくなり、アレルギーの原因にもなります。

カビの発生を防ぐために

- ▶温湿度計を活用し、室内の温度は17～22℃、湿度は40～60%を目安に保ちましょう
- ▶結露した水は、こまめに拭き取りましょう



子育てハッピー講座

お子さんと家族の健康を応援する講座です。

時 間 午後1時30分～3時
会 場 がん予防・健康づくりセンター地下1階
持 物 試食用のスプーン

※かみかみ期はお子さんの歯ブラシも
※イヤイヤ準備期はお母さんの歯ブラシも

申込み・問合せ 健康推進課 ☎内線423

講座名	期 日	受付開始日	対 象	定 員	内 容
ごっくん期(4・5か月児向け)	平成29年1月31日(火)	随時	区内在住・在勤で平成28年8月・9月生まれのお子さんのいる方	—	離乳食の話と試食・スキンケア・歯の手入れ
もぐもぐ期(7～9か月児向け)	平成29年1月24日(火)	平成29年1月4日(火)	区内在住・在勤で平成28年4月～6月生まれのお子さんのいる方	50人(申込順)	離乳食の話と試食・事故予防・歯の手入れ
かみかみ期(11～13か月児向け)	平成29年1月17日(火)	12月12日(月)	区内在住・在勤で平成27年12月～平成28年2月生まれのお子さんのいる方	30人(申込順)	幼児食の話と試食・遊び方・歯の磨き方
イヤイヤ準備期(1歳3か月～1歳9か月児のお母さん向け)	平成29年1月23日(月)	随時	区内在住・在勤で平成27年4月～10月生まれのお子さんのいる方	30人(申込順)	子どもとの関わり方とお母さんの心と体の健康、歯の手入れ、ヘルシーメニューの実演と試食

※生まれ月が出産予定日より早かったお子さんは、ご相談ください

12月の健康相談

会 場 がん予防・健康づくりセンター
問 合 せ 健康推進課 ☎内線432

種 別	期 日	受付時間
4か月児健診(平成28年8月生まれ)	8日・15日・22日の(木)	午後1時～2時15分
1歳6か月児健診(平成27年5月生まれ)	21日(火)・27日(火)	
3歳児健診(平成25年11月生まれ)	7日・14日の(火)	
母親学級(妊婦)	2日・9日・16日の(金)	午後1時から
ママの心の相談	1日(木)	午後1時15分～2時45分
	15日(木)	午前9時～11時
歯科衛生相談(3歳未満児)	2日・16日の(金)	午後1時～3時
障がい者歯科相談	6日(火)	
栄養相談	1日・8日・15日・22日の(木)	午後1時30分～3時30分
健康相談	随時	午前9時～午後5時
エイズに関する相談・検査	相談	
専用電話☎(3805)9467	検査 14日(火)(予約制)	

出張育児相談

時 間 午前9時45分～10時45分
問 合 せ 健康推進課 ☎内線432

地 域	期 日	会 場
南千住	2日(金)	汐入ふれあい館
	21日(火)	南千住駅前ふれあい館
町 屋	12日(月)	荒木田ふれあい館
尾 久	13日(火)	尾久ふれあい館
日暮里	5日(月)	東日暮里ふれあい館
	19日(月)	西日暮里二丁目ひろば館

難病相談室(予約制)

会 場・問 合 せ 荒川区医師会館(西日暮里6-5-3) ☎(3893)2331

日 時 12月17日(土)午後1時30分～3時
対 象 神経難病の方、膠原病の方、その疑いのある方(希望する方は送迎します)
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

こころの健康相談(予約制)

会 場 がん予防・健康づくりセンター
問 合 せ 健康推進課 ☎内線432

種 別	期 日	相談時間
こころの一般健康相談	5日(月)	午後1時30分～3時
	8日(木)	
	6日(火)	午後2時～3時30分
薬物・酒害相談	16日(金)	午後1時30分～3時
	2日(金)	
	21日(火)	

ものわすれ相談(予約制)

時 間 午後1時30分～3時
対 象 物忘れが気になる、おむね65歳以上の方

期 日	会 場・問 合 せ
6日(火)	荒川地域包括支援センター ☎(5855)3323
13日(火)	西日暮里地域包括支援センター ☎(3807)3828

あらかわキッズ・マザーズコール24 ☎0120(536)883 妊娠中の方や18歳未満のお子さんに関する相談を24時間受け付けます

平日準夜間小児初期救急医療センター

診療時間 (月)~(金)、午後7時~午後10時 ※(祝)・(日)等を除く
 ※受け付けは、午後6時30分~午後9時30分
 場所 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)
 問合せ 生活衛生課 ☎内線421

休日診療当番医

※受診の際は、健康保険証を持参してください ※当番医は変更になる場合があります。確認のうえ、受診してください ※小さなおさんは小児科を受診してください

【内科等】 診療時間 (昼=午前10時~午後5時、夜=午後5時~午後9時)
 診療可能科目(内=内科、小=小児科、外=外科、整=整形外科)

期日	昼	夜	科目	医療機関名	所在地	電話
12月3日(出)	○	○	内・小	磯病院	南千住1-56-10	(3807)8171
	○	○	整	鈴木整形外科	東尾久6-5-5	(3809)0567
	○	○	内	小堀クリニック	西日暮里5-11-8	(3805)8181
12月4日(日)	○	○	内	東京リバーサイド病院	南千住8-4-4	(5850)0311
	○	○	整	田中整形外科	荒川7-7-18	(5850)8341
	○	○	内・小	武田内科小児科クリニック	町屋8-7-2	(3892)5324
	○	○	内	尾久診療所	西尾久4-23-5	(3800)8808
12月10日(出)	○	○	内	倉岡クリニック	西日暮里4-21-12	(5685)5562
	○	○	内	石橋内科歯科医院	南千住1-1-21	(3891)0896
	○	○	小	鈴木こどもクリニック	西尾久3-21-5	(5855)3030
	○	○	内・外	ひろせ内科外科クリニック	西日暮里5-27-2	(3803)6260

【歯科】 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
12月4日(日)	久野歯科医院	東日暮里1-3-12	(3891)0502

【柔道整復】 午前9時~午後1時、午後3時~午後7時 (施術時間)

期日	施術所名	所在地	電話
12月4日(日)	くまくら接骨院	南千住1-22-1	(3801)2102

記載がない診療科目は、東京都医療機関案内サービスひまわりにお問い合わせください

問合せ ●荒川区医師会 ☎(3893)2331
 ●荒川区歯科医師会 ☎(3805)6601
 ●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

12月 CATV マイチャンネルあらかわ

番組案内 地デジ11ch (番組内容は変更になる場合があります)

番組名	1日(木)~4日(日)	5日(月)~11日(日)	12日(月)~18日(日)	19日(月)~25日(日)	26日(月)~31日(出)
▶ 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) ▶ウイークリーニュース ▶ばん座位体操 ▶休日診療当番医 ▶告知コーナー ▶区からのお知らせ ▶今週のピックアップ ▶行…荒川区行政ナビ ▶街…あらまちワイド ▶手話付き放送	▶俳句ハイク ▶図書館が変わる・ありが とう荒川図書館	▶(手)奥多摩キャンプ ▶(手)あらかわ満点メニュー	▶あらかわりサイクルセンター ▶街モノづくり見学・体験ス ポット ▶自転車の安全利用について	〈年末特別番組〉 ▶平成28年荒川区の出来事 (前編) ▶第九演奏会 ※ウイークリーニュース等の 放送はありません	〈年末特別番組〉 ▶平成28年荒川区の出来事 (後編) ▶第九演奏会 ※ウイークリーニュース等の 放送はありません
▶ あらかわ情報スクエア (午後4時~7時から各57分)	▶区からのお知らせ ▶映像ピックアップ	▶ジャズ in ARAKAWA (後編) ▶認知症介護教室(前編)	▶認知症介護教室(後編)	▶たんぽぽセンター講演会 (発達障がい・前編)	▶たんぽぽセンター講演会 (発達障がい・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

ふれあい館の催し

費用の記載がないものは無料です。持ち物等詳細は、お問い合わせください。 [◆…申込順 ◆…抽選 ●…直接会場へ]

- 石浜ふれあい館**
 ☎(3805)5301
 ◆ウィッシュクリスマス会
 日12月17日(出) 時午後1時~3時 内子ども実行委員会運営による発表会、ゲーム
- 荒川山吹ふれあい館**
 ☎(3805)2860
 ◆ヨガ教室
 日平成29年1月14日~3月25日の(出)(全10回) ※(祝)を除く
 時▶午前9時30分~10時30分
 ▶午前10時45分~11時45分
 人各16人 締12月13日(必)着
 申往復はがきで、「ヨガ教室」と住所・氏名(ふりがな)・電話番号・希望時間帯・年齢を、〒116-0002荒川区荒川7-6-8荒川山吹ふれあい館へ
- 荒木田ふれあい館**
 ☎(3800)1981
 ◆家族介護者教室
 日12月10日(出) 時午後1時30分~3時 対15歳以上の方
 人30人 内入浴介助、床ずれの対応

- 尾久ふれあい館**
 ☎(3809)2511
 ◆囲碁教室(第4期)
 日1月16日~3月23日の(月)・(木) ※(祝)を除く 時午前10時~11時45分 対18歳以上の方
 人各クラス20人
 内(月)…入門クラス、(木)…初級クラス ¥500円
- 西尾久ふれあい館**
 ☎(3810)6219
 ◆フリーマーケット
 日12月23日(祝) 時午後1時~4時(雨天決行)
 ※出店者を募集しています。売り上げの1割程度を社会福祉協議会に寄付していただきます
- 東日暮里ふれあい館**
 ☎(3807)6383
 ●年末子どもパーティー
 日12月10日(出) 時午後2時~4時30分 内舞台発表、縁日
- 成人手芸講習会「お正月飾り」**
 日12月21日(水) 時午前10時~午後3時30分 人10人
 ¥1000円

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お金や物を贈る等の寄附は、時期や理由を問わず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されています。

禁止されている主な寄附

- ▶お歳暮・お中元 ▶お祭りへの寄附や差し入れ
- ▶町会の集会や旅行等の催し物への寸志や飲食物の差し入れ
- ▶運動会やスポーツ大会への飲食物の差し入れ
- ▶結婚祝い・香典 ▶葬式の花輪・供花



時候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、年賀状、暑中見舞状等の時候のあいさつ状(電報等を含む)を出すことは禁止されています。

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政治家への案内状には、必ず会費を明示してください。

問合せ 選挙管理委員会事務局(区役所6階) ☎内線3411

荒川警察署長に武田氏が就任

11月17日付けで、荒川警察署長に就任した武田宗洋氏が18日に区役所を訪れ、西川区長と地域の治安や交通安全対策について話し合いました。



◀左から西川区長、武田荒川警察署長

区民のひろば

費用の記載がないものは無料です

区民の皆さんの自主的な活動を掲載するコーナーです。お問い合わせのうえ、ご自身の判断で参加してください。



- ◆**イベント情報**
 ◆岩手県遠野むかしばなし
 日12月7日(水) 時午後3時30分~5時 所町屋区民事務所ひろば
 館 人25人(申込順) ¥500円
 所 昔話村・近江
 ☎・☎(3892)6261

日(期) 時間 所(会場) 場(場) 対(対) 人(人) 定(定) 内(内) 容(容) 講(講) 師(師) 持(持) ち(ち) 物(物) 費(費) 用(用) 申(申) 込(込) 方(方) 法(法) 申(申) 込(込) 先(先) 締(締) め(め) 切(切) り(り) 問(問) い(い) 合(合) わ(わ) せ(せ) 先(先) 電(電) 子(子) メ(メ) イ(イ) ル(ル) ア(ア) ド(ド) レ(レ) ス(ス) HP(HP) ホ(ホ) ム(ム) ペ(ペ) ー(ー) ジ(ジ) ア(ア) ド(ド) レ(レ) ス(ス)

荒川もったいない大作戦



おいしく残さず食べろ

食べ残しや期限切れ等により、捨てられる食べ物(食品ロス)は、全国で年間632万トンもあります(農林水産省および環境省「平成25年度推計」)。「もったいない」を合言葉に、大切な食べ物をおいしく無駄なく食べきりましょう。

▲荒川区リサイクルキャラクター「りっくる」

宴会では、食事を楽しみましょう

忘年会や新年会等宴会の機会が多くなる時期です。あらかじめ料理が用意されている宴会では食べ残しの量が多くなります。注文するときは、料理のボリュームや食べることができない食材が入っていないかを確認して適量を頼み、開始後30分・終了前10分程度は、自分の席で食事を楽しみましょう。

食べ切れる量の注文をしましょう

右のステッカーが掲示されている店では、希望に応じてご飯の量を減らしたり、食べきりの声掛けをしたり等食品ロスの削減に取り組んでいます。

※お店によって取り組み内容が異なりますので、利用する時に確認してください



▲「あら!もったいない」協働店 ステッカー

必要な分量を買って使いきりましょう

買い物する前に冷蔵・冷凍庫等の食材を確認し、ばら売り・量り売りを利用する等必要な分を買きましょう。

月1回は、缶詰等食材の賞味期限等を確認して、期限内に食べきりましょう。

問合せ 清掃リサイクル課 ☎内線470

商店街冬のイベント

区内の各商店街でイベントを開催します。ぜひ、お越しください。
※予定のため、日時等が変更になる可能性があります

日暮里銀座実業会

ニッポリピアチェレクリスマス

期間 12月16日(金)~25日(日)

会場 日暮里銀座実業会 内容 スタンプラリー

※期間中にスタンプラリー参加店にチラシを持参した方2400人(先着順)に粗品を差し上げます

※12月21日(木)~25日(日)にスタンプを3店舗以上で集めた方50人(先着順)に、区内共通お買い物券1000円分を差し上げます

問合せ 袴田 ☎080(3098)8781

サンマークシティ日暮里商店会

サンマークシティウィンターフェア

日時 12月23日(祝)・24日(出)午前11時~午後8時

会場 日暮里駅前イベント広場

内容 抽選会、模擬店、ステージショー

問合せ 慶野 ☎090(3019)0756

日暮里中央商業会

カウントダウン2017 IN 日暮里

日時 12月31日(出)午後11時から 会場 日暮里駅前イベント広場

内容 カウントダウンイベント、新年開運抽選会(抽選券は、午後11時半より配布します)

※参加者200人(当日の先着順)に飲み物をふるまいます

問合せ ドウモト商店 ☎(3801)2828

問合せ 産業振興課 ☎内線468

荒川総合スポーツセンターの教室

子ども(土・日)水泳教室

期間 平成29年1月7日~3月12日(土・日) 費用 7500円
※各教室とも、全10回

申込方法 ▶区内在住・在学・在園の方...12月18日(日)午前10時~10時30分に1階コミュニティホールで(抽選)
※健康保険証・入学(入園)証明書等を提示のうえ、抽選終了~正午に費用を納入した時点で申込完了
▶区外の方・定員に空きがある教室...12月18日(日)午後2時から(申込順)

会場・申込み・問合せ 荒川総合スポーツセンター ☎(3802)3901

教室	時間	対象	定員
キッズスイミング①	午前8時40分~9時40分	3歳以上の未就学児	各20人
キッズスイミング②	午前9時50分~10時50分		
キッズスイミング③	午後1時~2時		
ジュニアJr.スイミング	午後2時30分~3時30分	小・中学生	25人
乳児・乳幼児クラス	午前8時30分~9時30分	2歳6か月~4歳	7人
動物級~16級	午前9時40分~10時40分	3歳以上の未就学児	各20人
16~7級	午前11時~正午	4歳~中学生	
育成希望クラス	午後1時~2時	クロールとその他1種目、50m以上泳げる中学生以下	

※受講期間中に対象年齢に達すれば申し込みます

キッズルーム冬季特別教室

トランポリン等の遊具を使ったぴよんぴよん、キッズ体操等の教室です。

期日 12月21日(水)~28日(水) 費用 620円(1回) 対象 未就学児、各教室15人 ※親子教室は10組(20人)

申込み 各教室の開始30分前から1階総合受付で(当日の先着順)
※各教室の詳細は、荒川総合スポーツセンターホームページ(<http://www.arakawa-sposen.com/>)をご覧ください



第25回 荒川リバーサイドマラソンの結果

問合せ スポーツ振興課 ☎内線3373

表1 優勝者

競技種目	氏名	競技種目	氏名		
2km	小学低学年男子	生井沢琉偉	10km	一般男子39歳以下	大島 聡
	小学低学年女子	齊藤 京楓		一般男子40歳以上	大澤 智寛
3km	小学高学年男子	小寺 凜平	一般男子50歳以上	原 敏雄	
	小学高学年女子	丸橋 杏	一般男子60歳以上	並木 一元	
	中学男子	小阪 滉太	一般女子39歳以下	佐藤 美沙	
5km	中学女子	野本 愛乃	一般女子40歳以上	加藤 里香	
	一般男子	松井 俊介			
	一般女子	田中 圭子			

表2 大会新記録

競技種目	氏名	記録
2km	小学低学年男子	生井沢琉偉 7分35秒
	小学低学年女子	大ヶ谷侑樹 7分43秒
3km	小学高学年男子	齊藤 京楓 8分30秒
	小学高学年女子	丸橋 杏 11分39秒
5km	中学男子	野本 愛乃 11分24秒
	中学女子	松井 俊介 15分45秒
10km	一般男子	佐藤 美沙 41分09秒
	一般女子	加藤 里香 39分55秒

11月20日に実施した、第25回荒川リバーサイドマラソンの優勝者は表1、大会新記録は表2のとおりです(敬称略)。



11月1日現在
住基本台帳による人口

性別	前年同月比	前年同月比	
日本人	72	608	
外国人	40	570	
合計	112	1,178	
男	8,710人	170	447
女	9,107人	137	440
合計	17,817人	307	887
総人口	213,184人	419	2,065

世帯	前年同月比	前年同月比
日本人のみの世帯	92	1,199
外国人のみの世帯	285	743
日本人と外国人との混合世帯	1	-7
総世帯	378	1,935