

広げようスポーツの力 荒川総合スポーツセンターが リニューアルしました

荒川総合スポーツセンターは、より安全・快適にスポーツ
を楽しむことができる施設に生まれ変わりました。

問合せ スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎内線3371



▲スロープを設置した温水プール

▲機器を一新したトレーニングルーム

個人施設利用料

施設名	利用単位	一般	中学生以下
体育室	3時間	600円	200円
武道場			
トレーニングルーム		500円	—
卓球場	2時間	400円	150円
弓道場			
スタジオ		600円	250円
温水プール			

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じたうえで運営しています

※運動・スポーツ中のマスクの着用は、十分な呼吸ができずに人体に影響を及ぼす可能性があるので、利用者の判断で使用してください

リニューアルの特徴

居心地の良い空間

- ▶ エントランスを明るく開放的に
- ▶ イベント実施・飲食可能なスペースを確保
- ▶ 全館に空調を完備

スムーズな移動

- ▶ エレベーターを増設
- ▶ 館内の段差を解消しバリアフリー化
- ▶ トイレ・シャワーを新しい設備に更新

2面で通年制・定期制教室をお知らせします

区施設を利用する際には、感染拡大防止のためマスクの着用をお願いします。発熱やせき等体調不良の場合は、利用を控えてください

～区政は区民を幸せにするシステム～

荒川総合スポーツセンター



通年制・定期制教室のお知らせ

会
場
申
込
み
問
合
せ

荒川総合スポーツセンター ☎(3802)3901
※掲載内容は、一次申込(抽選)後の空き教室となります。
開催期間・費用等は教室によって異なります
※通年プール(大人)教室は、荒川総合スポーツセンターホームページ(<https://www.arakawa-sposen.com>)をご覧ください。親子・乳児・乳幼児・キッズ水泳は、おむつのとれたお子さんが対象です

教室名	曜日	時 間	対 象	定員	教室名	曜日	時 間	対 象	定員
▼通年プール（子ども）教室					▼定期フロア（子ども）教室				
親子水泳	水	午前 9 時30分～ 10時20分	2歳6か月以上の 未就園児と保護者	20組	小学生体操	月・火	午後 4 時50分～ 5 時50分	小・中学生	各40人
乳児水泳	月・火・木・金		2歳6か月以上の 未就園児	各20人	幼児トランポリン	水	午後 3 時40分～ 4 時40分	4歳以上の未就学児	30人
乳幼児水泳	月～金	午前10時30分～ 11時20分	3歳以上の未就園児	各30人	ジュニア新体操①	金	午後 4 時～5 時	小学1・2年生(女子)	各24人
キッズ水泳A		午後 2 時30分～ 3 時20分	3歳以上の未就学児	各40人	ジュニア新体操②		午後 5 時～ 6 時30分	小学3～6年生(女子)	
キッズ水泳B	金	午後 3 時30分～ 4 時20分				▼キッズルーム通年制教室			
ジュニア水泳B	月～金	午後 4 時30分～ 5 時20分	小・中学生	各45人	しゅっぱぽぽ	土・日	午前11時～ 11時50分	3歳以上の未就学児	各15人
ジュニア水泳C		午後 5 時30分～ 6 時20分		各60人	▼キッズルーム定期制教室				
選手B		午後 6 時30分～ 7 時20分	6歳～中学生	15人	ぴよんぴよん	火・金	午前10時～ 10時50分	2～4歳	各15人
選手A			小学生～高校生	20人	ぼうけん	火・木	午前11時～ 11時50分	1～3歳	
▼定期フロア（子ども）教室					たんけん	水	午後 5 時～ 5 時50分	3歳以上の未就学児	
幼児フラダンス	月	午後 4 時～5 時	4歳以上の未就学児	各25人	▼通年フロア（大人）教室				
小学生フラダンス		午後 5 時～6 時	小学生		ヨガ	水	午後 6 時10分～ 7 時25分	15歳以上の方 (中学生は不可)	25人
幼児空手	火	午後 3 時40分～ 4 時40分	4歳以上の未就学児			金	午後 2 時～3 時		20人
小学生空手		午後 4 時40分～ 5 時40分	小学生		楽スポ&アクア	月・水	午前10時30分～ 午後 0 時20分		各30人
小学生バレエ	水	午後 5 時～6 時	6歳～小学生		卓球（初級）	月	午前10時～		各25人
キッズダンス	木	午後 3 時40分～ 4 時40分	4歳以上の未就学児		卓球（中上級）	木	11時30分		
幼児チアダンス		午後 4 時40分～ 5 時40分			ジャズダンス	月	午後 7 時～ 8 時30分		各40人
小学生チアダンス		午後 5 時40分～ 6 時40分	小学生		フラダンス中・上級	火	午前 9 時30分～ 10時30分		
逆上がり特訓	土	午後 2 時～3 時	5歳～小学生		バドミントン（一般）	水	午後 7 時～9 時		
はじめてなわとび		午後 4 時15分～ 5 時15分	4歳以上の未就学児	10人	バレーボール	金	午前10時～ 11時30分		
幼児HIP HOP	日	午前10時～11時	5歳以上の未就学児	25人	弓道		午後 7 時～ 8 時30分	25人	
親子よちよち体操	火		1～4歳と保護者	25組	▼定期フロア（大人）教室				
親子体操	金	午後 3 時20分～ 4 時20分	2歳以上の未就学児と 保護者	20組	初・中級フラダンス	月	午後 1 時～2 時	15歳以上の方 (中学生は不可)	40人
Let'sチャイルド	木	午後 2 時50分～ 3 時50分	3歳以上の未就学児	30人	バレーボール上達レッスン	木	午前10時～ 11時30分		36人
キッズファンク①	月	午後 4 時～5 時	小学1～3年生	各35人	ダイエットプログラム	水	午前10時～11時		12人
キッズファンク②		午後 5 時～ 6 時30分	小学4年生～中学生		▼定期特別教室				
幼児体操	月・火	午後 3 時40分～ 4 時40分	4歳以上の未就学児	各40人	障がい者水泳教室	第1土	午後 0 時30分～ 1 時20分	小学生以上で 障がいのある方 ※介助者の入水可	10人

※令和2年4月現在で対象年齢に達していれば受講できます

区民交流 競技会

対 象 区内在住・在勤・在学の方

8月31日(月)

※サッカー(一般)は8月15日(土)
※サッカー(中学生)は11月28日(土)
※サッカー(小学生)は9月1日(火)～30日(水)
※フットサル(U-12)は8月21日(金)～30日(日)
※卓球は8月25日(火)

申込用紙・
競技要項
の配布

問 合 せ

区役所3階スポーツ振興課、
荒川総合スポーツセンター、
あらかわ遊園スポーツハウス
※荒川区ホームページからもダウンロード可
※詳細は、競技要項をご覧ください
スポーツ振興課スポーツ事業係
☎内線3373

個人競技

種 目	期 日	会 場	費 用	
			一般	中学生以下
卓球	10月 4日(日)、 11月23日(祝)	荒川総合スポーツセンター	各500円	各200円
剣道	11月 3日(祝)			
合気道	11月22日(日)			
ミニテニス	12月20日(日)			
弓道	10月25日(日)			—
テニス	10月 4日(日)・ 18日(日)・25日(日)	荒川自然公園・東尾久運動場	各500円	各200円
ソフトテニス	9月 6日(日)・ 20日(日)・21日(祝)	東尾久運動場		
グラウンドゴルフ	10月15日(木)			—
クレー射撃	10月 4日(日)	筑波射撃場（茨城県つくば市大形2049）	2500円	—
ボウリング	11月 3日(祝)	アイビーボウル向島（墨田区東向島3-13-10）	1000円	500円

団体競技

種 目		期 日	会 場	費 用		
				一般	中学生以下	
バレーボール	中学生	9月21日(祝)	荒川総合スポーツセンター	—	1000円	
	家庭婦人一般	10月25日(日)		各3000円	—	
		11月29日(日)				
バスケットボール		9月22日(祝)、 10月 4日(日)・18日(日)、 11月 1日(日)・ 8日(日)・ 22日(日)		4000円	—	
キンボール スポーツ	ジュニア	10月18日(日)		—	800円 (小学生)	
	両手ヒット・ 片手ヒット			2000円	—	
ビーチボール		11月15日(日)				
サッカー	一般	9月20日～ 11月29日の(日)・(祝) ※10月11日(日)を除く		少年運動場	5000円	— 各3000円
	中学生	12月26日(土)、 令和3年1月10日(日)・ 11日(祝)・16日(土)・17 日(日)		東尾久運動場	—	
	小学生	11月3日～ 23日の(日)・(祝)		区民運動場・ 東尾久運動場		
フットサル	U－12	9月13日(日)、 10月11日(日)	区民運動場			
ゲートボール		10月18日(日)	東尾久運動場	500円 (1人)	200円 (1人)	

あらかわ

情報の森

費用の記載がない事業は無料です

お知らせ

東日暮里ふれあい館が休館

9月20日(日) 内保守点検

間東日暮里ふれあい館

(3807)6383

建築敷地細分化に対する規制の説明会

市街地における敷地の細分化による密集を防ぐため、新たに土地を分割して建築物を建てる場合の規制(1区画を60㎡以上)を導入します。

日・所▶7月27日(月)…南千住駅前ふれあい館3階洋室 ▶7月29日(水)…区役所3階304会議室 ▶7月31日(金)…尾久ふれあい館4階多目的室 ▶8月3日(月)…日暮里区民事務所2階会議室 時午後7時～8時 人各30人(当日の先着順)

間都市計画課都市計画担当

(3802)4293

子育て・教育

学習塾受講料や高校・大学受験料を貸し付け

中学3年生・高校3年生等のお子さんがある一定所得以下の世帯へ、学習塾の費用等を無利子で貸し付けます。高等学校・大学等へ入学した場合は返済が免除されます(貸し付けには条件があります)。

◆貸付限度額

▶学習塾等受講料…20万円

▶高校受験料…2万7400円

▶大学受験料…8万円

締令和3年1月29日(金)

申荒川区社会福祉協議会

☎(5615)3440

※(土)・(日)・祝等を除く、午前9時～午後5時

里親個別相談会

7月16日、8月20日(木) 時午前10時～正午 所子ども家庭総合センター1階相談室1 区区内在住の方 人各2組(申込順) 内制度の概要、登録方法等

日7月13日(月)～各相談日の前日に、来所・電話で、子ども家庭総合センター在宅支援係へ

☎(3802)3765

親子ふれあい入浴

入浴券を各銭湯に持参すると、無料で入浴できます。

日7月18日(土) 所区内の銭湯のうち20浴場 区区内在住で、小学生以下のお子さんと保護者 ※子どものみ、大人のみの利用不可

入浴券の配布各実施浴場、区役所2階子育て支援課等(荒川区ホームページからもダウンロード可)

間子育て支援課子育て事業係

☎内線3861

高齢者

高齢受給者証を更新します

8月1日(出)から使用できる高齢受給者証を、7月13日(月)に世帯主へ送付します。現在ご使用の高齢受給者証は、有効期限以降に自分で破棄するか、区役所1階国保年金課または各区民事務所へ返却してください。

はがき・ファクス・電子メール等の記入事項

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

●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

※一部負担金の割合は、令和2年度住民税課税所得を基に判定します

区国民健康保険に加入している70～74歳の方

区国保年金課国保資格係

☎内線2375

障がいのある方

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

◆アートワークショップ

日8月20日(木) 時午前10時～正午 所あらかわエコセンター2階環境実習室 人10組 講東京藝術大学卒業生グループA+代表・柳原絵夢氏

◆トランポリン療法

日8月21日(金) 時午前10時～11時 所荒川たんぽぽセンター1階多目的室 人8組 講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、安井久美子氏

※申込順

区区内在住で、知的・発達障がいのある小・中学生と保護者

申7月13日(月)から荒川たんぽぽセンターへ☎(3891)6825

産業・経営支援

「東京TASKものづくりワード」生活提案製品を募集

区台東区・荒川区・足立区・葛飾区の事業者が、令和元年11月1日～令和2年10月30日に開発した生活提案製品 応募用紙の配布区役所6階経営支援課(東京TASKホームペ

ージ<http://www.task-project.net>からもダウンロード可)

締10月30日(金)

申持参・郵送で、応募用紙と製品(試作品)の写真を、〒116-8501(住所不要)荒川区役所経営支援課経営支援係へ☎内線459

講座・催し

西尾久の夏休み～リアル&バーチャルイベント

◆カブトムシの里親体験

対小学生 人20人(申込順)

申イベント専用サイトまたは7月18日(出)午前10時～午後3時に、あらかわ遊園子どもプール入口前へ ※受け取りは19日(日)

◆バーチャルイベント・商店街

日7月18日(土)・19日(日) 時午前10時～午後6時 内動画配信による音楽ライブ、映画鑑賞会

視聴方法イベント専用サイトで

間遊園地通り商興会・山岸

☎080(3573)9795

HPhttp://summer.yuenchidori.com

あらかわりサイクルセンターの工房・教室「ガラス棒を加熱して作るとんぼ玉」

日8月5日・19日・26日(水) 時午後2時～3時30分 所あらかわりサイクルセンター 区小学5年生以上の方 人各3人(申込順)

申7月13日(月)からあらかわりサイクルセンターへ

☎(3805)9172

介護保険料のお知らせ

申請・問合せ 介護保険課資格保険料係(区役所2階) ☎内線2441

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した方等の介護保険料の減免については、7月10日(金)に送付した納入通知書に案内を同封しましたので、ご確認ください。

低所得者の介護保険料を減額しました

所得段階第1～第3段階の介護保険料が下表のとおり改定されました。 ※第4段階以上の介護保険料に変更はありません

所得段階	対象者	年間保険料	令和元年度	令和2年度
第1	生活保護を受けている方			
	▶高齢福祉年金を受給している方 ▶本人の前年の課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計*が80万円以下の方	2万4040円	1万8658円	
第2	世帯全員が住民税非課税	本人の前年の課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計*が120万円以下の方	4万1262円	3万2292円
第3		本人の前年の課税年金収入額とその他の合計所得金額の合計*が120万円を超える方	5万2026円	5万232円

*「課税年金収入額と合計所得金額の合計」から、公的年金等に係る雑所得金額および土地建物等の譲渡所得に係る特別控除額を差し引いた額となります

介護保険料納入通知書を送付しました

65歳以上の方の介護保険料は、住民税の課税状況や合計所得金額等を基に算定します。介護保険料と納付方法等は、納入通知書をご確認ください。

◆特別徴収…対象年金(老齢・退職・障がい・遺族)を受給していて、受給額が年額18万円以上の方は、年金から保険料を差し引きます

◆普通徴収…特別徴収に該当しない方は、普通徴収です。送付する納付書で金融機関、ゆうちょ銀行、コンビニエンスストア、区役所2階介護保険課または各区民事務所で納めてください。口座振替(月末に引き落とし)を希望する方は、お問い合わせください

介護保険料の減額が受けられます

令和2年度介護保険料について、所得段階が第2・第3段階の方を第1段階に減額する、区独自の介護保険料減額制度を実施しています。

次のすべてを満たす方

①世帯の令和元年中の収入が120万円以下(世帯員が2人以上の場合は、1人増えるごとに50万円加算した額以下)

②世帯の預・貯金額の合計が、①の2分の1以下

③介護保険料を滞納していない

申請書を提出した月(7月31日(金)までに申請した方は4月)～令和3年3月31日(水)

本人と世帯全員の収入や預・貯金額がわかるもの(年金等が振り込まれている通帳等)、印鑑

児童相談所虐待対応ダイヤル

☎189

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

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分まで

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 ※小さなお子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1時、午後2時～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

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

期 日	昼	夜	科 目	医療機関名	所在地	電 話
7月11日(出)		○	小	南千住こどもクリニック	南千住7-1-1	(5615)2525
		○	内	まる福ホームクリニック	西尾久4-27-3	(6807)9810
			内	茂澤メディカルクリニック	南千住3-4-1	(3891)1951
7月12日(日)	○	○	整	荒川整形外科リハビリテーションクリニック	荒川1-17-14	(3807)1600
	○		内	寺田クリニック	町屋3-23-14	(3892)5725
	○	○	内・小	リーデンスタワークリニック	東日暮里5-16-3	(5850)1661
7月18日(出)		○	内	ハートクリニック南千住	南千住7-1-1	(5604)0810
		○	小	鈴木こどもクリニック	西尾久3-21-5	(5855)3030
		○	内	飯土用内科	荒川3-23-13	(3891)5858
7月19日(日)	○	○	内・小	武田内科小児科クリニック	町屋8-7-2	(3892)5324
	○		整	いなみ整形外科クリニック	東日暮里1-5-10	(5850)5366
	○	○	内	ひぐらし整形外科内科	東日暮里5-34-1	(5604)1236

診療科目

▶内＝内科 ▶小＝小児科 ▶外＝外科 ▶婦＝婦人科 ▶整＝整形外科
※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

【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
7月12日(日)	よし歯科医院	荒川3-48-3	(3801)5139
7月19日(日)	はやし歯科医院	荒川2-1-5	(3807)7002

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

【耳鼻咽喉科】

午前9時～午後5時（診察時間）

期 日	医療機関名	所在地	電 話
7月12日(日)	池田耳鼻咽喉科	荒川3-12-16	(3805)3387
7月19日(日)	汐入耳鼻咽喉科	南千住8-4-5	(3802)8733

日曜日柔道整復施術

【施術時間】▶午前9時～午後1時 ▶午後3時～午後7時

期 日	施術所名	所在地	電 話
7月12日(日)	整容館整骨院	西日暮里5-33-3	(3805)0323
7月19日(日)	高見澤接骨院	西尾久5-7-25	(3809)3730

後期高齢者医療制度のお知らせ

令和2年度の後期高齢者医療保険料額決定通知書を7月17日(金)に送付します

後期高齢者医療被保険者証を更新します

8月1日(出)から使用する後期高齢者医療被保険者証（オレンジ色）は、7月中旬以降に簡易書留で送付します（カードサイズに変更）。※7月31日(金)までは、現在の保険証（青竹色）を使用してください

後期高齢者医療被保険者証の自己負担割合を3割から1割に変更できる場合があります

3割負担の方でも、世帯の収入合計額で申請により1割負担になることがあります。該当する方には6月下旬に申請書を送付しましたので、同封のお知らせを確認のうえ、7月中旬に申請してください。

限度額適用・標準負担額減額認定証(減額認定証)の申請を

過去に後期高齢者医療制度の減額認定証の交付を受けた方で、令和2年度も引き続き該当する方には、新しい減額認定証を7月下旬に送付します。新たに申請する方や、長期入院（過去12か月に90日を超える入院歴）に該当する方は、申請してください。

限度額適用認定証の申請を

自己負担割合が3割の方で、同じ世帯の後期高齢者医療被保険者全員の住民税課税所得がいずれも690万円未満の場合は、申請により限度額適用認定証の交付を受けることができます。医療機関等の窓口に提示すると、一部負担金の支払いが高額療養費自己負担額までとなります。※すでに交付を受けている方で、令和2年度も引き続き該当する方には、新しい限度額適用認定証を7月下旬に送付します

新型コロナウイルス感染症の影響に伴う保険料の減免

次のいずれかの要件を満たす方は申請により保険料が減免となりますので、7月20日(月)から申請してください。
▶新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡し、または重篤な傷病を負った世帯の被保険者
▶新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入減少が見込まれ、次のすべてに該当する世帯の被保険者
・事業収入・給与収入・不動産収入等、収入の種類ごとに見た本年の収入のいずれかの減少額（保険金等により補填されるべき金額を控除した額）が、前年の当該事業収入等の額の10分の3以上である
・前年の所得の合計額が1000万円以下である
・収入減少が見込まれる種類の所得以外の、前年の所得の合計額が400万円以下である

確定申告期限の延長による影響について

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、所得税の確定申告期限が延長されたことにより、住民税課税所得等の決定が遅れた場合、今回送付した保険料額決定通知書の内容や、減額認定証や限度額認定証の適用区分が変更される場合があります。

問 合 せ

▶申請・相談等
国保年金課後期高齢者医療係
☎内線2391
▶制度全般に関すること
東京都後期高齢者医療広域連合
お問合せセンター
☎0570(086)519
※IP電話、PHSの方は
☎03(3222)4496へ
(出)・(日)・(祝)等を除く午前9時～午後5時
HPhttp://www.tokyo-ikiiki.net

黒川幼稚舎の園児から
笹飾りが贈られました

6月30日、黒川学園黒川幼稚舎の園児たちが作った七夕の笹飾りが贈られ、区役所1階玄関ホールに7月8日まで展示されました。

新型コロナウイルス感染防止のため引き続きご注意を

感染予防には、日常生活の中での感染防止の基本を守ることが重要です。一人ひとりが責任ある行動をお願いします。
▶身体的距離の確保（2m程度）▶マスクの着用▶手洗い

問合せ

保健予防課感染症予防係 ☎内線430