

(2021年) 月21日 No.1709

2面◆新型コロナウイルス感染症

関連情報

8面◆知っていますか 障がい者スポーツ

荒川区

緊急事態宣言が発令されています

不要不急の外出等の自粛をお願いします

新型コロナウイルス感染症の感染者数は、昨年末より急増しており、1月7日、東京都に緊急事態宣言が発令されました。生活・健康 のために必要な場合を除き、原則として外出を控えていただく等、感染拡大を防ぐための取り組みが必要です。区内でも、感染経路が判 明している中では、家庭内での感染が4割を超えており、また、20~30代の感染者数が5割近くを占めています。自身や家族、地域等 を守るために、ご協力をお願いします。 【問合せ】総務企画課総務係 ☎内線2211

区民の皆さんへのお願い

◆外出を控えましょう

通院、食料等の買い出し、運動等、生活や健康の維持のた めに必要な場合を除き、原則として外出を控えてください。 特に、午後8時以降の外出は、自粛するようお願いします。

◆施設や店舗の利用は短時間にしましょう

飲食時はマスクを外すため、感染リスクが高くなり、感染拡大の主な 起点となっています。飲食等で、施設や店舗を利用する場合は、短時間 で利用するようお願いします。

区施設の開館状況ゃイベントの実施状況が 変更になる場合があります

緊急事態宣言の発令に伴い、夜間の開館を行っている区施設 は、原則午後7時に閉館します。また、区主催のイベント等は、 中止等になる場合があります。詳細は、荒川区ホームページをご 覧いただくか、各施設・担当課にお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症等が疑われるときには電話で相談を

発熱等の症状がある



かかりつけ医がいる場合

電話で、かかりつけ医へ 相談してください。

※通常の診察と発熱患者の受診時間を分け ている場合もあります。直接受診せず、 必ず事前に電話して確認してください

かかりつけ医がいない・ かかりつけ医が受診時間外の場合

東京都発熱相談センター ☎(5320)4592 ※24時間·年中無休 FAX (5388) 1396

発熱等の症状はない ものの感染等への 不安がある場合

▶保健予防課感染症予防係 **☎** (3802) 4243 ※出・旧・祝等を除く。午前8時30分

~午後5時15分

▶東京都新型コロナコールセンター

☎ (0570) 550571 ※午前9時~午後10時

FAX (5388) 1396

子育てや暮らし等で 不安なときは 相談してください

緊急事態宣言期間中でも、子育て や暮らし等に関連する相談を受け付 けています。まずは、電話でご相談 ください。

	相談先	電話番号	相談日・時間
子育て等	児童相談所虐待対応ダイヤル	± 1 8 9	
	あらかわキッズ・マザーズコール24	☎ 0120 (536) 883	24時間 ※年中無休
	DV (配偶者等への暴力) 相談+(プラス)	☎ 0120 (279) 889	
	配偶者暴力相談支援センター	☎ (3806) 3075	午前8時30分~午後5時※出・回・劔等を除く

_			
	相談先	電話番号	相談日・時間
Ē F	生活福祉課自立支援係 [仕事・生活サポートデスク]		午前8時30分~午後5時15分 ※出・回・碗等を除く
,	社会福祉協議会 (緊急小口資金等の貸付)	☎ (3802) 3155	午前9時〜午後5時 ※出・回・阅等を除く

新型コロナウイルス感染症関連情報

中小企業の皆さんを支援します

中小企業等相談窓口を強化

中小企業診断士等の専門家による相談窓口の開設期間を延長するとともに、支 援体制を強化します。

受付期限 3月31日(水) ※出・(日・ 祝等を除く

間 午前10時~午後4時 ※直接会場へ

場 区役所 6 階產業経済部会議室 対 象 飲食店等の区内中小企業等

▶営業時間短縮に伴う感染拡大防止協力金や雇用調整助成金等の申請 容手続き

▶感染防止徹底宣言ステッカーの作成支援 等

問合せ 新型コロナウイルス感染症に関する中小企業等相談窓口

5 (3802) 3640

内

区内の飲食店等を支援する補助を拡充

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受ける区内の飲食店等を、テイク アウトやデリバリーマップ作成等で支援する際に、専門員が取り組みをサポ ートするとともに、その経費の一部を区が補助します。詳細は、お問い合わ せください。

経済急変対応融資(特別融資)制度を新設

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた中小企業者に対 し、運転資金の融資あっせんを行います。詳細は、お問い合わ せください。

受付期限 3月31日(水)

令和2年2月~申請月の前月のうち、任意の連続す 象 る2か月間を比較し、売り上げが前月比で5%以 上減少している区内中小企業者

5人以上の区民で構成され、運営等に係る規約等が

限度額 1000万円 本人負担金利 0.3%

信用保証料 全額補助

返済期間 8年以内(据置期間1年を含む)

申込み・問合せ 経営支援課融資係 ☎内線467

あり、区内に活動拠点がある2つ以上の組織(等)

限度額 50万円(補助率3分の2)

申込み・問合せ 産業振興課商業振興係 ☎内線478

新型コロナウイルス感染対応荒川区職業相談窓口をご利用ください

区では、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、休業・解雇等を余儀なく された方の再就職の支援として、相談窓口を開設しています。初回利用後、 希望により専門員による個別相談を受けることができます。

時 午前10時~午後6時 ※出・旧・捌等を除く

所 センターまちや3階JOBコーナー町屋内

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、就労支援 を希望する方 ※詳細は、荒川区ホームページをご覧ください

せ JOBコーナー町屋 ☎ (3819) 7771

新型コロナウイルス感染拡大に伴う水道 料金・下水道料金の支払猶予の受付再開

東京都では、コロナ禍による経済への影響が引き続き懸念されていることを受 け、支払猶予の新規受付を再開します。

制度内容等の詳細は、下記ホームページをご覧ください。

Mhttps://www.waterworks.metro.tokyo.jp/tetsuduki/tetsuduki/ tesuzuki_yuuyo.html

猶予期間 申し出をした日から最長1年間 受付期限 3月31日欧

新型コロナウイルス感染症の影響による収入の減少等で、一時的に水

象 道料金・下水道料金の支払いが困難になった方

※すでに支払猶予の申し出をした方も、対象料金を完済した方は申し出ができます

申込み・問合せ 東京都水道局お客さまセンター ☎ (5326) 1101

新型コロナウイルス感染症の影響による 国民健康保険料の減免申請期限のご案内

減免対象の要件や申請に必要な書類等の詳細は、電話でお問 い合わせいただくか、荒川区ホームページをご覧ください。

申請期限 3月12日 (消印有効)

郵送(封筒に「コロナ減免申請書在中」と明記) で、国民健康保険料減額・免除申請書と必要な書類

申請方法

を、〒116-8501 (住所不要) 荒川区役所国保年金 課国保資格係へ

※申請期限までにすべての書類の提出が難しい場合は、お問 い合わせください

問合せ 国保年金課国保資格係 ☎内線2375

令和3年度区民交通傷害保険の加入申し込み

区では、民間保険会社と提携して、区民交通傷害保険事業を実施していま す。区民の皆さんが自動車や自転車等によって交通事故に遭い、けがをした場 合、入院や通院治療日数に応じて保険金が支払われます。

保険期間 4月1日午前0時~令和4年3月31日午後12時

区内在住・在勤・在学の方(4月1日時点)

※年齢や職業による加入制限はありません

※他区で区民交通傷害保険に加入の場合は、重複して加入できません

▶ Aコース(従来のAコース+被害事故補償) ····· 900円 ▶ B コース (従来のBコース+被害事故補償) ······· 1500円

▶ Cコース(従来のCコース+被害事故補償)……… 2500円 ▶ X J コース (X コース+自転車賠償責任プラン) …… 1400円

▶ A J コース (A コース+自転車賠償責任プラン) …… 1900円

▶ B J コース (B コース + 自転車賠償責任プラン) …… 2500円 ▶ C J コース (C コース + 自転車賠償責任プラン) …… 3500円

※Xコースのみの申し込みはできません

保 険 料 (一時払)

申込書の 配付場所 行・郵便局 区役所 3 階区民課、各区民事務所、区内の各金融機関・ゆうちょ銀 申込方法

保険料を持参して、申込書に記載の窓口で ※団体加入は、区民課窓□のみで受け付けます

※区役所の窓口で申し込む場合は、住所を確認できるもの(健 康保険証等)を持参してください ※区民事務所では申し込みできません

2月1日月~3月31日冰

※金融機関での申し込みは、3月19日魵まで ※希望者には、区民課で加入者シールを配付します

この案内は概要の説明です。 詳細は、損害保険ジャパン株式会社にお問い合わせください

合

損害保険ジャパン株式会社東京公務開発部営業 引受保険会社 開発課 (東京都新宿区西新宿1-26-1)

5 (3349) 9666 受付時間 午前9時~午後5時 ※出・田・祝等を除く

区民課区民交通傷害保険窓口(区役所3階) ☎内線3782(承認番号 SJ20-09716・承

認日:令和3年1月7日)

対象

人

 \boxtimes

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

■選挙管理委員会事務局が移転

2月1日 (月)より、選挙管理委員会 事務局は、区役所分庁舎3階に移転 します。

問選挙管理委員会事務局

☎內線3411

▮ふらっとにっぽりが休館

■2月28日、3月7日の旧 内保 守点検等 固產業振興課管理係 ☎內線456

※1月25日/月以降は、ふらっとに っぽり☎ (3801) 7301

▮アクト21が休館

■3月14日(日) 内全館清掃 間アクト21

5 (3809) 2890

▋南千住ふれあい館が休館

■3月28日(日) 図全館清掃等 間南千住ふれあい館

☎ (3807) 1131

チャイムの放送時間を 午後5時に変更

現在午後4時に屋外スピーカー (防災行政無線) で放送しているチ ャイムを、2月1日 同から午後5時 に変更します。

間防災課防災管理係☎内線492

国民健康保険医療費等 通知書を送付

保険事業の健全な運営を図るた め、医療費等通知書を2月上旬に対 象者へ送付します。

対令和元年12月~令和2年11月に 国民健康保険で医療機関にかかった 方 固国保年金課保険給付係 ☎内線2381

都市計画公園に関する都市 計画案の縦覧

役所北庁舎3階都市計画課 四東京 都市計画公園町屋公園(町屋七丁目 地内)

◆意見書の提出

対区内在住の方、利害関係人 縮2 月9日 (別) 月9日 (別) 月9日 (別) 日 (別) 面上段を参照し①~③の記入事項 と⑤意見を、〒116-8501 (住所不 要) 荒川区役所都市計画課都市計画 担当へ☎内線2813

東京都市計画道路事業の変 更認可(事業期間延長)に 伴う関係図書を縦覧

■令和8年3月31日火まで

対象路線補助90号線(町屋駅~明治 通り)

励· **周**都市計画課都市計画担当(区 役所北庁舎3階)☎内線2813

日本赤十字社寄付金ご協力 ありがとうございました

寄付金総額は、865万2526円で した。寄付金は、国内外の災害救 護・医療救護等に活用されます。

間荒川区赤十字奉仕団事務局 (区民 課内) ☎内線2513



司法書士による相続・遺言・ 空き家問題無料電話相談会

■2月4日休 日午前10時~午後 8時(うち30分以内、開始時間は 要相談) 600 2月3日(水)

申東京司法書士会北・荒川支部・本 間☎090(8175)1175 ※出・旧・祝等を除く、午前10時 ~午後6時

ひきこもりの家族がいる方 の傾聴・交流サロン

4時30分 **励**アクロスあらかわ1 階ホール **園**不登校・ひきこもり・ 発達障がいの方の家族等 ■20人 (申込順) 内区の就労準備支援事 業の紹介等 🛂500円(本人は無料) 申1月21日休から電話・ファク ス・電子メールで、3面上段を参照 し①~④の記入事項を、荒川区社会 福祉協議会へ

☎ (3802) 3338

FAX (3802) 3831

☑ jigyo@arakawa-shakyo.or.jp

育て・教育

動画配信



■2月13日出 日午前10時~正午 **図**区内在住・在勤・在学で、小学生 の保護者(インターネット環境があ る方) 入10人(申込順) 内子ど ものネット・ゲーム依存の予防法等 ■ゲーム依存回復支援サービス MIRA-iネット依存専門心理師・森 山沙耶氏 篇2月12日 金

申電話・電子メールで、**3面上段**を 参照し①・③・④の記入事項と⑤お 子さんの年齢を、社会福祉法人トラ ムあらかわ荒川ひまわり第2担当・ 山田へ☎ (3895) 6149 ※出・旧・祝等を除く、午前9時~ 午後5時

⊠tram2@rf7.so-net.ne.jp

あらかわエコセンター 日曜開館

■2月14日(日) 日子前9時~午後 1時 内おひなさまのリース作り、 紙芝居、魚釣りゲーム等

◆xĈĥánge ~キッズとベビーのた めの子ども服交換会

関午前10時~午後1時 閉子ども 服3点(サイズ、服の思い出等を書 いたメモを貼付)

励あらかわエコセンター3階 **間NPO法人エコ生活ひろめ隊 2**070 (6521) 7651 ※出・旧・捌等を除く、午前9時~ 午後5時

子育てセミナー「大切な子ど もとのコミュニケーション」

励峡田ふれあい館2階和室 1・2 💆子育て中の方 【 10人 (申込順) ぼ児 1歳以上の未就学 児 聞一般社団法人倫理研究所講 師・渡邊美津子氏 ¥500円 中家庭倫理の会荒川支部・中村

2 (3805) 6838

家庭教育学級「乳幼児コー ス」を動画配信

■令和4年1月11日以まで 励未 就学児の保護者等 内手間をかけず に子どもと朝ごはん(ごはん編〈約 20分〉・パン編〈約15分〉) 聞フ ードクリエイター・ikura氏

視聴方法配信期間に荒川区ホームペ ージで

間生涯学習課生涯学習事業係 ☎内線3355





▋健康教育講習会

3時 図区内在住で、60歳以上の ▶12人(抽選) 篇2月12日 **励・申**荒川区シルバー人材セン ター☎(3810)1141

▋着物の生地でマフラー作り

■ 2月26日 圖午後 1 時45分~ 4時30分 励荒川老人福祉センタ 対区内在住で、60歳以上の方

【▶11人(抽選) ¥900円 篇2月 10日 州 印有効

申往復はがきで、**3面上段**を参照 し①~④の記入事項と⑤年齢を、 〒116-0002荒川区荒川 1 -34-6 荒川老人福祉センターへ

☎ (3802) 1666



▍認知症サポーター養成講座

30分 励荒川山吹ふれあい館2階 洋室1・2 図区内在住・在勤・在 学の方 【20人(申込順)

申1月21日休から荒川地域包括支 援センターへ

☎ (5855) 3323

6面へ続く

区では、積雪状況に応じて、歩行者の通行が多い歩道や、坂道、 階段等の除雪を行います。生活道路の除雪は、周辺にお住まいの皆 さんで行う等、ご協力をお願いします。

事故を防ぐポイント

- ■雪で交通機関に影響が出ると、移動に時間がかかるので、ゆとりをもっ て出かけましょう
- ●外出時は、転倒に備えて滑りにくい靴を履き、手袋を着用しましょう
- ●自転車・オートバイは転倒しやすく、大事故の原因となることがあるの で、路面の氷雪がとけるまで利用は控えましょう
- ●自動車を運転する場合は、タイヤチェーン等を装着し、坂道を避け、低 速走行を心がけましょう



問合せ 道路公園課工務係 ☎内線2731

(区内在住・在勤・在学・在園の方が優先)

●開催人数が5人に満たない場合、休講す

令和3年度スポーツ教室のお知らせ

第二川総合スポーツセンターの教室。

制 期 間 4月~令和4年3月

●子ども水泳教室

教室名	曜日	時間	対象	定員	費用(月額)
親子水泳	水	左前 0 時 20分 - 10時 20分	2歳6か月以上の未就学児と保護者	20組	3800円
乳児水泳	火・木	午前9時30分~10時20分	2歳6か月以上の未就学児	各12人	
乳幼児水泳	水・金	午前10時30分~11時20分		各30人	
キッズ水泳A	月・火・水・木・金	- 午後 2 時 30分~ 3 時 20分 3 歳以上 d	3歳以上の未就学児	各40人	
	土			20人	
キッズ水泳B	月・火・水・木・金	午後3時30分~4時20分		各40人	3200円
ジュニア水泳A	月 · 八 · 尔 · 尔 · 亚	午後4時30分~5時20分		各30人	
	土	午後3時30分~4時20分		<u></u>	
ジュニア水泳B	月・火・水・木・金	午後4時30分~5時20分	小・中学生	各45人	
ジュニア水泳C	月,人,小小小	午後5時30分~6時20分		各60人	
選手B	月~金	午後6時30分~7時20分		15人	5000円
選手A	月~壶	午後6時20分~7時30分	小学生~高校生	20人	6000円

※親子水泳・乳児水泳・乳幼児水泳・キッズ水泳は、おむつの取れたお子さんが対象

• 大人水泳教室

教室名	曜日	時間	対 象	定員	費用(月額)
一般初級A		午前9時30分~10時20分		各15人	
一般中級A	」 水・金	1 83 2 83 20 23 1 1 0 83 2 0 2 3			
一般上級A		午前10時30分~11時20分		各20人	
一般初級B	火	午後1時30分~2時20分	15歳以上の方(中学生は不可)		
一般中級B		「後「時50万」。2時20万	「切成以上の)」(十十上は「一切)		
一般初級C				各15人	
一般中級C	」 月・火・水・金	午後7時30分~8時20分			3800円
一般上級C					
レディース初級A	月・火・木	午前9時30分~10時20分		各15人	
レディース中級A	万八八八	1 Hi 3 H300) - 10H20)			
レディース上級A	月	午前10時30分~11時20分	15歳以上の女性(中学生は不可)	20人	
レディース初級B	木	午後1時30分~2時20分		各15人	
レディース中級B	/	一後「時30万~2時20万			
マスターズ	月・水	午後8時30分~9時20分	15歳以上の4泳法泳げる方(中学生は不可)	各20人	
健康水中ウオーキング	火・木	午前10時30分~11時20分	15歳以上の方(中学生は不可)	各40人	

●大人フロア教室					
教室名	曜日	時間	対象	定員	費用(月額)
楽スポ [®] アクア		午前10時30分~午後0時20分		30人	3800円
卓球(初級)	月	午前10時~11時30分	15歳以上の方(中学生は不可)	25人	
ジャズダンス		午後7時~8時30分		各40人	
フラダンス中・上級	火	午前9時30分~10時30分	15歳以上の女性(中学生は不可)	D40/\	2600円
バドミントン(レディース)		午前10時~正午	13版数至00条件(十字至16十号)	各30人	
楽々健康体操		午前10時30分~11時30分			
ヨガ	水	午後6時~7時15分	15歳以上の方(中学生は不可)	25人	2800円
バドミントン(一般)		午後7時~9時	「つ成以上の力」(中子主は小り)	30人	
卓球(中上級)	木	午前10時~11時30分		25人	
バレーボール		上的10时,11时20万	15歳以上の女性(中学生は不可)	30人	
ヨガ	金	午後2時~3時		20人	2600円
弓道		午後7時~8時30分		25人	2000[]
ヨガ (託児付き)	土	午前10時~11時	15歳以上の方(中学生は不可)	20人 (託児は10人)	
ピラティス	А	午後5時~6時		20 J	

●キッズルーム教室

教室名	曜日	時間	対 象	定員	費用(月額)
ぴょんぴょん		午前10時~10時50分	2~4歳		
しゅっぽっぽ	土・日	午前11時~11時50分	3 歳以上の未就学児	各15人	2400円
たんけん		午後5時~5時50分	3 成以上リハ水が子江		

あらかわ遊園スポーツハウス通年制教

中学生以下

水泳教室 ※全38回(月)は全34回)



費用 3040円 (月額) ※別は2730円 ※幼児Aは、おむつの取れたお子さんが対象

教室名	曜日	時間	対 象	定員	
幼児A	月·火·水·木	午後2時~3時	2~4歳	各20人	
	月·火·水·木·金	午後3時~4時		各45人	
幼児B	_	午後1時~2時	4歳以上の未就学児	各35人	
		午後2時~3時			
774 27	月·火·水·木·金	午後4時~5時	1,24 1 2 7 1	ACC I	
学童A	金	午後5時~6時	小学1~3年生	各55人	
学童 B	月·火·水·木	1. 图 2 时,0 时	小学3年生~中学生	各50人	
学童C	+	午後3時~4時	小・中学生	タ40 1	
子里し		午後4時~5時	小、中子王	各40人	

スポーツ教室 ※全46回(別は全41回)

費用 2100円 (月額) ※月は1880円 ※キッズダンスAの年齢は、4月1日時点

教室名	曜日	時間	対 象	定員
チャイルドエクササイズA	火	午後3時15分~4時30分	3・4歳	各24人
チャイルドエクササイズB	木	十後3時13万~4時30万	4歳以上の未就学児	
キッズエクササイズ	火木	午後4時45分~6時	小学生	各30人
キッズダンスA	月・金	午後3時15分~4時30分	4歳以上の未就学児	各15人
キッズダンスB初級	金	午後4時45分~6時	小学生	50人
キッズダンスB中級	月	〒後年時45万~0時	小・中学生	30人

締切り 2月15日(月)必着

往復はがきで、希望する教室名・住所・氏名・電話番号・生年月日・年齢・性別・参加希望曜日・参加希望時 間・区内在住・区内在勤・区内在学・区内在園もしくは区外在住(水泳教室を希望する方は現在の泳力も しくは参加中の教室の最新級、親子・託児付き教室を希望する方はお子さんの氏名・生年月日・年齢・性 別も記入)を、下記の各申込先へ ※往復はがき1枚につき1教室の申し込み(子ども水泳教室は1人1教室)

▶ 荒川総合スポーツセンター······ 〒116-0003 荒川区南千住6-45-5

▶あらかわ遊園スポーツハウス…〒116-0011荒川区西尾久8-3-1

る場合があります

各教室の初回日に対象年齢に達していれば申し込めます。

定期制期間4月~7月

●子どもフロア教室

教室名	曜日	時間	対象	定員	費用
幼児体操		午後3時40分~4時40分	4歳以上の未就学児	各40人	
小学生体操		午後4時50分~5時50分	小・中学生	百40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	8400円 (全14回)
キッズファンク②	Ħ	午後5時10分~6時40分	小学4年生~中学生	百33人	0400円 (主14回)
幼児フラダンス		午後3時50分~4時50分	4歳以上の未就学児	各25人	
小学生フラダンス		午後5時~6時	小学生		
親子よちよち体操		午前10時~11時	1~4歳と保護者	25組	9000円 (全15回)
幼児体操		午後3時40分~4時40分	4歳以上の未就学児	各40人	8400円(全14回)
小学生体操	火	午後4時50分~5時50分	小・中学生	<u></u>	0400円 (主14回)
幼児空手		午後3時40分~4時40分	4歳以上の未就学児	各25人	9000円 (全15回)
小学生空手		午後4時50分~5時50分	小学生	<u> </u>	9000円(主15回)
幼児トランポリンA		午後2時30分~3時30分	4歳以上の未就学児	各24人	
幼児トランポリンB		午後3時40分~4時40分	1777		7800円(全13回)
小学生トランポリン	水	午後4時50分~5時50分	小・中学生	30人	
バレエ①		午後3時50分~4時50分	4.5歳	各25人 9000円	9000円(全15回)
バレエ②		午後5時~6時	6歳~小学生		
幼児トランポリンC		午後2時30分~3時30分	- 4歳以上の未就学児	各24人	7800円(全13回)
幼児トランポリンD		午後3時40分~4時40分			
小学生トランポリン	木	午後4時50分~5時50分	小・中学生	30人	
キッズダンス	71	午後3時20分~4時20分	- 4歳以上の未就学児		
幼児チアダンス		午後4時30分~5時30分		各25人	
小学生チアダンス		午後5時40分~6時40分	小学生		9000円(全15回)
ジュニア新体操①		午後4時~5時	小学1・2年生(女子)	各24人	
ジュニア新体操②		午後5時10分~6時40分	小学3~6年生(女子)		
室内サッカー(幼)	金	午後3時40分~4時40分	4歳以上の未就学児	各20人	8400円(全14回)
室内サッカー(小)	417	午後4時50分~5時50分	小学生		0400円(土14回)
幼児カンフー		午後4時20分~5時20分	5.6歳	各10人	9000円(全15回)
小学生カンフー		午後5時30分~6時30分	小学生		7000円(土13四)
はじめて体操①		午前11時~正午	3 · 4歳		
はじめて体操②		午後1時~2時	5.6歳	各20人	. —
逆上がり特訓	土	午後2時10分~3時10分	5歳~小学生		1万200円(全17回)
チャレンジ体操		午後3時20分~4時20分	小学生		
はじめてなわとび		午後4時30分~5時30分	4歳以上の未就学児	10人	
幼児 HĨP ĤŎP		午前10時~11時	5歳以上の未就学児	各25人	9600円(全16回)
小学生 HIP HOP		午前11時10分~午後0時10分	小学生		9000円 (主10回)

● キッズルーム教室

教室名	曜日	時間 明	対象	定員	費用
ぴょんぴょん	火・金	午前10時~10時50分	2~4歳		Talla -la¶
ぼうけん	火・木・金	午前11時~11時50分	1~3歳	各15人	【火・水】
たんけん	水	午後5時~5時50分	3歳以上の未就学児	台13人	各9000円(全15回)
キッズ体操	*	一位3时,3月70万	3 成以上の木が子元		【木・金】
親子DEキッズルーム		午前10時~10時50分	6か月~2歳と保護者	8組(16人)	各9600円(全16回)

●大人スポーツ教室

数室名	曜 日	時間	→ 対象	│ 定員	費用
初・中級フラダンス	月	午後1時~2時	15歳以上の女性(中学生は不可)	40人	9100円(全14回)
ダイエットプログラム	水	午前10時~11時	15歳以上の方(中学生は不可)	12人	1万6500円(全15回)
バレーボール上達レッスン	木	午前10時~11時30分	15歳以上の女性(中学生は不可)	36人	9100円(全14回)

● 特別水泳教室

教室名	曜日	時間	対 象	定員	費用
障がい者水泳	第1土	午後0時30分~1時20分	小学生以上の方 ※介助者の入水も可	10人	3200円 (全4回)

4月30日時点で対象年齢に 達していれば申し込めます。

期 間 4月~令和4年3月 問合せ あらかわ遊園スポーツハウス ☎ (3800) 7333

水泳教室 ※全38回 (月)は全34回)

50, 01 1 (118), whiteson with 194 (120 50) 5100 Visit					
教室名	曜日	時間	対 象	定員	
親子	土	午前11時~正午	2~4歳と保護者	25組	
ウオーキング [®] アク アサイズ	<u>火</u> 金	午後1時~2時	15歳以上の方(中学生は不可)	各30人	
レディース(女性)		午前11時~正午	15歳以上の女性(中学生は不可)	(火)25人 (木)40人	
成人A	月				
成人B	<u>水</u> 金	午後1時~2時 午後1時45分~2時45分			
成人C	火	午後7時30分~8時30分	15歳以上の方(中学生は不可)	各25人	
ウオーキング&スイム	水	午前11時~正午			
アクアサイズ	月	午後7時30分~8時30分午後1時~2時		各35人	
マスターズ	木	午後8時~9時		25人	

スポーツ教室 ※全46回 (月)は全41回)

費用 2730円 (月額) ※例は2440円。息イキストレッチは2150円

教室名	曜日	時間	対 象	定員
息イキストレッチ 体操	火	午前9時30分~10時30分		30人
さわやか エクササイズ	水	午前10時45分~正午		各40人
コンビネーション エクササイズ	木	一前10時43万至正十	 15歳以上の方	百40人
太極拳 I	金	午前9時15分~10時30分	(中学生は不可)	35人
太極拳Ⅱ	772	午前10時45分~正午		40人
ヨーガ初級	月	午前10時50分~		各50人
ヨーガ中級	火	午後0時5分		台30人
コ +35m 中4B	金	午後7時~8時15分		Ø601
ヨーガ初・中級	土	午前9時15分~10時30分		各60人

人

 \boxtimes



3面「介護」の続き

▍介護保険の更新申請を

対介護保険被保険者証の認定の有効 期間が2月28日回で、サービスの 継続を希望する方

■12月末に送付した申請書を郵 送で、できるだけ1月中に〒116-8501(住所不要) 荒川区役所 2階 介護保険課介護認定係へ

☎内線2433

仕事・人材募集

幼稚園・こども園専任講師 (会計年度任用職員)を募集

勤務期間4月1日~令和4年3月31 □ 勤務時間数週31時間

勤務時間午前8時15分~午後5時 **励**区立幼稚園、汐入こども園

対幼稚園教諭普通免許状を有する方 (3月31日までに取得見込みの方 を含む) 🖊 若干名(選考) 뛍 履歴 書、教員免許状の写し 報酬21万 3696円(月額) 982月3日(水) 申持参・郵送で、必要書類を、 〒116-8501 (住所不要) 荒川区役 所3階指導室事務係へ

☎內線3383

にこにこサポート協力会員 を募集

日常生活にお困りの方に、家事や 付き添い等の介助・見守りを行う協 力会員を募集します。

報酬750~950円(1時間)

※活動内容・時間帯により変動

◆説明会

■2月16日以 日子後1時30分~ 会議室 人15人(申込順) 締2月 15日(月)

申荒川区社会福祉協議会にこにこサ ポート☎ (3891) 5180

▍若者向け就労支援セミナー

■2月24日似·25日休(全2回) **喝午後**2時~4時 **励**ムーブ町屋4 階ミニギャラリー 対44歳以下の 方 风10人(申込順) 囚─般職業 適性検査を使用した自己分析

申1月21日休~2月22日例にわか もの就労サポートデスクへ

☎ (3800) 6188

┃エコ生活実践講座

- ◆花合わせ de フラワーアレンジ
- ■2月1日 開午前10時~正午 ▶10人 日はさみ、作品を持ち帰 る袋 ¥1800円
- ◆ミシン縫い de 手作りマスク
- ■2月2日以 陽午前10時~正午
- ▶ 10人 財裁縫道具 ¥300円 ◆和布 de おひなさま
- 2月4日休 日子後1時30分~ 4時 人10人 特裁縫道具
- ¥1300円

◆編み物 de 友だちサロン

■・時▶2月10日似…午前10時~ 正午 ▶ 2月24日似…午後1時30 糸、編み棒

◆花暦 de フラワーアレンジ

风10人 間はさみ、作品を持ち帰 る袋 ¥1300円

◆キンセンカオイル de クリーム作

3時30分 【10人 ¥600円

◆和布 de くす玉の根付

3 時 30分 ▶ 10人 日 裁縫道具 **¥**300円

◆傘布 de 自転車前かごカバー

■ 2月25日休 日 日 1 日 30分~ 3時30分 ▶5人 樹傘からはが した布、裁縫道具 ¥400円

※申込順

励あらかわエコセンター3階環境実 18歳以上の方

■1月21日休からNPO法人エコ生 活ひろめ隊へ

☎070 (6521) 7651 ※出・旧・祝等を除く、午前9時~ 午後5時

あらかわリサイクルセンター の工房・教室

◆ガラス棒を加熱して作るとんぼ玉

■2月3日・10日・17日・24日の

め 対小学5年生以上の方 【483

◆着物のリフォーム~ジャケット ■2月18日・25日の休 (全2回) 及6人 閉着物1枚(背縫い以外す べてほどいたもの)、裁縫用具

※申込順

閩午後2時~3時30分 **励**あらか わリサイクルセンター

■1月21日休からあらかわリサイ クルセンターへ

☎ (3805) 9172

集客後売上ŰPにつながる 写真の撮り方講座

■2月26日金 日子後6時30分~ 8時 励ゆいの森あらかわ2階会議 室 💆区内在住・在勤の個人経営者 または中小企業に勤務する方等

【10人(申込順) 内スマートフォ ンを使った写真の撮り方や活用法 間フォト・パートナーズ株式会社代 表取締役・石田紀彦氏 日スマート フォン

■1月22日 金からゆいの森あらか わ1階総合カウンター・ゆいの森あ らかわホームページで

☎ (3891) 4349



館蔵資料展「つなぐ・伝え る~荒川区伝統工芸作品コ レクション」

■ 1月30日出~3月14日(日)(月)、 2月4日(水)・3月11日(水)は休館) **喝**午前9時30分~午後5時(入館

は午後4時30分まで) 励荒川ふる さと文化館1階企画展示室 内荒川 区の伝統工芸職人の作品・技術の展 ¥100円(区内在住の中学生以 下・65歳以上の方・障がい者と介 助者は無料。2月20日出・21日日 は区内在住の中学生以下のお子さん と同伴の家族は無料)

間荒川ふるさと文化館

☎ (3807) 9234

▍荒川ふれあい寄席

■2月9日以 日午後2時~4時 **励**汐入ふれあい館2階多目的室

▲32人(申込順) **出演**三遊亭好楽 一門ほか

申1月21日休から来館・電話で、

汐入ふれあい館へ

a (3806) 9928

▋映画上映会「咲む」

■2月11日劔 日 午前10時~正 ▶午後1時~3時 ▶午後4時 ~6時 ▶午後7時~9時 励アク ロスあらかわ1階ホール 【4各30 人(申込順) 🗖ろう女性の生き方 や、手話・ろう文化等が描かれた 映画の上映 ¥1200円(小・中学 生は500円、未就学児・介助者は無

申ファクス・電子メールで、**3面上** 段を参照し①~④の記入事項を、荒 川区聴覚障害者協会・大石へ FAX (3801) 1345 ⊠aradeaf1979@gmail.com

新聞データベースを使って効 率的にニュースを調べよう

3時 励ゆいの森あらかわ2階会議 **図**区内在住・在勤・在学で、 18歳以上の方 ▶9人(申込順)

申1月22日 金からゆいの森あらか わ1階総合カウンター・ゆいの森あ らかわホームページで

☎ (3891) 4349

弦楽四重奏のタベ 「Ŝpringコンサート」

■3月5日飿 閩午後7時~8時 30分 励サンパール荒川小ホール 図区内在住・在勤・在学で、小学生 以上の方(小・中学生は保護者同伴 で) 【120人(抽選) 出演チェ リスト・小林幸太郎氏ほか 692月 18日休必着

申往復はがきで、3面上段を参照し ①~④の記入事項を、〒116-0002 荒川区荒川 3 -49-1 生涯学習セン Ø-^☎ (3802) 2332



固定資産税(償却資産)の 申告を

1月1日現在、23区内に償却資 産を所有している方は、申告が必要 です。2月1日仴までに、資産が所 在する区にある都税事務所に申告し てください。

·(広告内容の問い合わせは各事業所へ)

固荒川都税事務所

☎ (3802) 8111

広 告 -

護用品のことなら

2303-3809-2714

ハイビジョンルーム (サンポップ町屋 4F)

(土)

4/17(土)

法律のプロ集団が直接応談!

くらしの無料相談会

遺言・相続 終活相談 不動産 法律相談全般

1/30 (土)

~新型コロナに負けない!~ 今年も何でもご相談ください

相談員登録をしている 弁護士・行政書士などには 法律で厳しい守秘義務が 課せられています。 安心してご相談ください。

1/12 ~ 3/31 の期間 平日 11:00~16:00

電話による無料相談

承ります(1回20分以内)

町屋駅前会場



の相談室 主催:一般社団法人くらしの相談室 〒116-0012 東京都荒川区東尾久 6-8-3

MYパートナーズ法律事務所 TEL03-5615-2440

荒川区西日暮里 5-33-2 小宮ビル2階 ★各線「西日暮里駅」より徒歩2分以内★ ※ 土日祝日 ・夜間もご相談可能です (要予約)

悩んでいませんか? 離婚 相続

▶ ▶ 初回相談無料◎まずはお気軽にご相談ください!

囡

人

 \boxtimes

児童相談所虐待対応ダイヤル **23** 1 8 9 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

一 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

▶仕)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

▶ 旧・ 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)

休日診療当番医

※必ず電話して受診してください ※健康保険証を持参してください ※小さなお子さんは小児科を受診してください ※当番医は変更になる場合があります

【内科等】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

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
1 日 2 2 口(土)		0	整	田中整形外科	荒川7-7-18	(5850)8341
1月23日(土)		0	内	はせがわ病院	東日暮里5-45-7	(3807)8866
	0	0	内	久木留医院	南千住6-53-8	(3891)4639
	0		内	佐藤クリニック	荒川1-7-6	(3891)5828
1月24日(日)		\bigcirc	内・小	小沼医院	町屋6-19-15	(3895)6603
	0		内	紅露医院	西尾久2-26-7	(3894)6836
	0		内・小	春田内科医院	東日暮里6-50-14	(3891)1062
1月30日(土)		0	外	荒川外科肛門医院	荒川4-2-7	(3806)8213
1 H300(II)		\circ	内	稲富医院	東日暮里6-42-5	(3807)0288
	0	0	内・小	金子医院	南千住6-47-11	(3891)2945
		\bigcirc	内	木田医院	町屋3-27-9	(3819)3123
1月31日(日)	0		内	尾久橋医院	東尾久8-19-2	(3800)3020
	0		内・外	みかわしまタワークリニック	東日暮里6-1-1	(3806)1133
	0		内・小	蓮沼医院	東日暮里6-51-8	(3891)1170

【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
1月24日(日)	イーストヒル歯科	荒川7-20-1	(3803)7431
1月31日(日)	まちや歯科医院	町屋8-3-8	(3819)2839

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

問合せ ●荒川区医師会

☎(3893)2331

●荒川区歯科医師会

☎(3805)6601 ☎(5272)0303 ☎(3212)2323

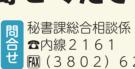
●東京都医療機関案内サービスひまわり<24時間> ●東京消防庁テレホンサービス<24時間>

- 44.	1	n±	F-141	⊃ n=	E	 , ,	n±	

口唯口未但立		1919、上海1四十万	2四、上区1四
期日	施術所名	所在地	電話
1月24日(日)	千葉接骨院	西日暮里1-56-7	(3807)7719
1月31日(日)	平井整骨院	東日暮里6-46-2	(3801)8201

区民の声 をお寄せください

「区民の声」は、区政についての ご意見・ご要望を寄せていただく制 度です。



FAX) (3802) 6262

区民の声の送り方

専用の手紙を、区役所1階総合案内、各区民事務所・図書館、 区内主要駅の広報スタンドに置いています。また、ファクスや荒 川区ホームページからも送信できます。

改善事例

ご意見 カラスが来て、ごみ箱からご みを取り出して散らかすた め、困っています。



公園のごみ箱のふたに錠を取り 付け、カラスが来ても、ごみを取 り出せないように改善しました。 また、ごみ捨ての注意看板を設置 しました。



ふれあい館の催し

- ●申込期間の指定がない申込順の事業は、1月21日㈱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
- 浜工房「1本のビンに癒やしのお花 をいけてみませんか」
- ~ 2 時 2 0 分 ▶ 午後 2 時 3 0 分 ~ 3 時 20分 図20歳以上の方 【485人 (申込順) #1月21日(水)午前9時 から電話で

南千住ふれあい館

☎ (3807) 1131

◆はじめてのヨガ

~11時15分 ▶2月19日魵午後7

時~8時 図18歳以上の方 风各 20人 (申込順)

※両日の同時予約不可

▶パパと遊ぼう

11時30分 対未就学児と父親

【A15組(申込順) 内体操やふれあ い遊び、製作等

町屋ふれあい館

☎ (3800) 2011

◆メンズヨガ

■2月20日出 時午後1時~2時 図20歳以上の男性 ■15人(申込順)

リサイクル自転車を販売します 🔊

販売店 下表参照 販売台数 各販売店へお問い合わせください

販売価格 8000円(防犯登録手数料 660円を含む)

※TSマーク(自転車安全整備士が点 検整備し、1年間有効)貼付 ※売上金の一部は、障がい者福祉施設へ

問合せ

荒川区社会福祉協議会 **☎**(3802)2794

 $\mathbb{R}(3802)3831$

店名	所在地	電話番号
ホンダウイングクジライ	南千住5-6-13	(3801)5893
大里サイクル	南千住6-25-3	(3807)6361
渡辺商会	荒川 2 -15- 4	(3802)1851
吉村モータース	荒川 2 -47- 7	(3803)5454
内田輪業	荒川 3 -32- 9	(3806)4751
サイクルショップアライ	町屋3-1-14	(3895)4309

災害時における 弾性ストッキング等の供給 に関する協定を締結

災害時に避難生活が長期化し、食事や水分を十分に取ら ずに足を動かさない状態が続くと、エコノミークラス症候 群等の血行不良を起因とする病気の発症リスクが高まり、 その予防対策として弾性ストッキングの装着が有効とされ ています。区は、災害時における避難者の健康を確保する ため、一般社団法人災害用弾性ストッキング協会と「災害 時における弾性ストッキング等の供給に関する協定」を締 結しました。

臼井二美男氏が「現代の名工」

を受賞

臼井氏は、 義肢装具士 として特に高 度な技能を有 し、3000人 以上の切断障 がい者の義 足製作に携わ り、「スポー



ツ義足の第一人者」として業界をけん引する等、業界の発 展に貢献してきたとして、厚生労働大臣より令和2年度卓 越した技能者(現代の名工)として表彰されました。11月 27日、西川区長を訪問し、受賞を報告しました。

障がい者スポーツは、障がいの有無に関わらず誰でも参加す ることができ、さまざまな方との交流を深めることもできま す。今号では、東京2020パラリンピック正式種目となる競技 の一部を紹介します。

スポーツ振興課スポーツ事業係

☎内線3373

ボッチャ

ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールへ向けて、赤・青のボールを 各チームがそれぞれ6球ずつ投げたり転がしたりして、最終的にいかにジャック ボールへ近づけられるかを競います。

ルールはカーリングに似ていますが、一番の違いは、的であるジャックボール にボールをぶつけて、位置を途中で変えられることです。最初に投げるジャック ボールの位置や、投げる技術、先読みをしながら立てる戦略が重要になります。



シッティングバレーボール

肩から尻までの一部を常に床につけたまま行う、6人制のバレーボール です。腕力等で滑るように移動し、ボールを追いかけます。<mark>サーブ・ブロ</mark> ック・アタック等で立ち上がったり、飛び跳ねたりすることは反則です。 一般のバレーボールよりもコートは狭く、ネットも低く設置されてお り、相手からのサーブをブロックすることが認められています。

東京2020パラリンピックの公式練習会場に、荒川総合スポーツセンタ ーが指定されています。

車いすバスケットボール

ルールは一般のバスケットボールに準じていますが、車いすは一度止まると動き出しづ らいこと等から、ダブルドリブルは反則になりません。

障がいの程度に応じて持ち点があり、コート上にいる5人の選手の持ち点が合計14点 以下になるように、メンバーを構成します。

使用する車いすは一般的なものと違い、軽量でタイヤが「ハ」の字になっているため、 素早いターンが可能です。



車いすテニス

一般のテニスと違い、ボールのバウンドは2回まで認められています。車輪 を操作できない場合を除いて、足でブレーキをかけたり、地面に足を着けたり することは反則です。

男女別シングルス・ダブルスのほかに、男女混合の シングルス・ダブルスがあります。

5人制サッカー (ブラインドサッカー)

視覚に障がいのある方が行うサッカーで、音が出るボールを使います。ゴール キーパー以外の選手はアイマスクを装着し、視覚を完全に閉じた状態で行いま す。また、各チーム互いに相手チームのゴール裏には、ゴールの位置や距離・角 度等を伝える「ガイド (コーラー)」がいることが特徴です。

相手の気配やボール等の音を繊細に聞き取ることが重要です。



毎月1日・11日・21日 ※5月11日・8月11日・1月11日は休刊です

6万3800部発行

発行〉 荒川区

 $\mathbb{A}(3802)6262$

〒116-8501 荒川区荒川2-2-3 **☎**(3802)3111

https://www.city.arakawa.tokyo.jp/

ヺ 荒川区ツイッター (@arakawakukoho | Q)

★ 荒川区フェイスブック https://www.facebook.com/city.arakawa

宝区 荒川区メールマガジンの登録は荒川区ホームページから(携帯電話は図116arakawa@sg-m.jpに空メールを送信)







