

第13回 あらかわ「緑・花」大賞の候補を募集

美しい花壇や緑のカーテン等の花や緑を育てている方を表彰します。

- 対象** 区内の住宅（戸建・共同住宅）や事業所、学校、幼稚園等で作ってられている花や緑
 (例) 庭、花壇、ハンギングバスケット、プランター、緑のカーテン等
- 条件**
 - 自身の敷地であるか、管理者の許可を受けている
 - 装飾用等の一時的な花や緑ではなく、継続的に維持管理されている
 - 第10～12回のあらかわ「緑・花」大賞で大賞を受賞していない
 ※自薦・他薦は問いません
- 審査方法** 選考審査会が美しさやデザイン性等（緑のカーテンは完成度、効果）を審査
- 締切り** 9月15日(金)必着 **表彰** 賞状と記念品の贈呈
- 応募用紙の配布** 区役所1階総合案内・北庁舎2階土木管理課、各区民事務所・図書館等
 ※荒川区ホームページからもダウンロード可

**申込み
問合せ**

持参・郵送・電子メールで、応募用紙を、〒116-8501（住所不要）荒川区役所土木管理課維持みどり係
 ☎(3802)4483
 ✉michi-midori@city.arakawa.lg.jp

▶第12回の一般部門受賞「緑・花」



▲第12回の緑化計画部門受賞「緑・花」

繁殖期のカラスにご注意を

カラスは春先から初夏にかけて繁殖期を迎えます。巣に近づく人を攻撃するので、注意が必要です。

問合せ 環境課環境推進係 ☎(3802)4694

巣を作らせないために

カラスは餌を得やすい場所に巣を作ります。巣がなくなっても、再びその近くで巣作りをする可能性があります。

- 巣の材料を放置しない**
 針金ハンガーや木の枝等は巣の材料になります。放置しないでください。
- 樹木のせんていを行う**
 三つまたの枝等は巣を作るのに適した場所になります。春先を迎える前にせんていしましょう。



カラスの巣がある場合

カラスによる威嚇・攻撃等で人に危険が及ぶ場合、原因となる巣を撤去します。相談してください。

※相談から撤去までに時間がかかる場合があります

電柱にカラスの巣がある場合

問合せ 東京電力パワーグリッド
 ☎0120(995)007

無責任な餌付けをしない

周辺住民の生活環境を悪化させる無責任な餌付けはやめましょう。餌を屋外に放置すると、衛生上の問題があるほか、残った餌に群がる小動物を狙ってカラスが集まり、鳴き声やふん害等の環境悪化を招くことがあります。また、餌を与えることで、人を恐れなくなる可能性もあります。

カラスを寄せ付けないために

カラスが止まる手すり等に釣り糸等を平行に張ると、カラスが寄りにくくなります（広い場所等では、広げた翼に触れる間隔で垂直に数本張ると効果的）。

ごみ集積所では

問合せ 清掃リサイクル推進課作業係
 ☎(3892)4671

- カラスの餌になる生ごみを減らし、紙で包む等、外から中身が見えないようにして出しましょう
- カラスの餌となるごみを長時間放置しないよう、決められた収集日・時間（午前8時まで）以外や夜間にごみを出さないようにしましょう
- 防鳥ネットは、めくれないように下部をしっかりと留めましょう
 ※防鳥ネットの貸し出しを行っています。希望する方は、清掃リサイクル事務所へ来所してください

あらかわNO!メタボチャレンジャー募集

毎日を健康に過ごすため、運動・栄養について学びながら、自分に合った健康づくり法を実践して生活習慣の改善を目指す5か月間のプログラムです。



対象 区内在住・在勤・在学の20～64歳で、インターネット環境がある方
 ※医師から運動制限を受けている方、脳血管疾患・心臓病の治療中・既往のある方、同事業を修了した方(令和2年度を除く)は応募不可

定員 30人(申込順)

内容

- 健康講座(下表)
- 保健師・栄養士・歯科衛生士の個別相談
- 健康づくりグッズの提供
- 参加者同士の交流・情報交換
- 健康情報等を週1回程度配信

**申込書の
配布**

がん予防・健康づくりセンター2階健康推進課、各区民事務所・ふれあい館・図書館等
 ※荒川区ホームページからもダウンロード可

**申込み
問合せ**

3月21日(祝)～4月21日(金)に郵送・ファクス・荒川区ホームページで、申込書を、〒116-8507(住所不要)がん予防・健康づくりセンター健康推進課保健相談担当
 ☎内線432 ☎(3806)0364

先輩チャレンジャーの声

- 講座で学んだことにコツコツ取り組み、習慣化できた
- 同じ悩みや目標を持つ仲間と出会い、励みになった
- 自分の体と向き合い、行動が心にも直結することに気付けた

	項目	期日	内容
健康講座	スタートアップ講座	5月14日(日)	目標に向けた行動計画・運動実技
	栄養講座	6月11日(日)	健康づくりのための食生活の基礎
	モチベーションアップ講座	7月9日(日)	中だるみ防止・運動実技
	セカンドスタート講座	10月1日(日)	チャレンジの振り返り・運動実技
自己学習講座		随時	動画の視聴(オリエンテーション・運動)
	振り返りシート	8月に提出	チャレンジを振り返るシートの提出