女性向けスマホ教室

日10月19日㈭　時午後１時30分～３時30分　所ふらっとにっぽり３階多目的スペース　対区内在住で、60歳以上の女性　人20人（申込順）　※スマートフォンの貸し出しあり　内基本的な操作方法
申９月11日㈪から電話で、荒川区シルバー人材センター
☎（３８１０）１１４１

スポーツ

東京都立大学のパラスポーツ体験教室「ボッチャ」

日10月21日、11月18日、12月16日の㈯　時午後２時～４時
所東京都立大学荒川キャンパス体育館（東尾久７-２-10）　人各50人（申込順）　内ルール説明、投球・実戦練習等　講東京都障害者スポーツ指導員協議会荒川会長・神保秀久氏　持室内用運動靴　締各開催日の２日前
申電話・電子メール・**下記**ホームページで、**４面上段**を参照し①～④の記入事項と⑤電子メールアドレス⑥参加希望日を、東京都立大学管理部管理課企画担当・井上
☎（３８１９）７１０８
✉a-planning@jmj.tmu.ac.jp
HP https://www.hs.tmu.ac.jp/parasports.html

講座

消費者講座「2024年から始まる新ＮＩＳＡって何？」

日10月10日㈫　時午後１時30分～３時30分　所ふらっとにっぽり３階多目的スペース　対区内在住・在勤・在学の方　人30人（申込順）
内ＮＩＳＡ制度の変更点等　講日本証券業協会金融証券インストラクター・北澤千秋氏
申９月11日㈪から電話で、消費生活センター☎（３８０２）４６７３

分譲マンションセミナー

日10月14日㈯　時午後１時30分～５時　所区役所３階304・305会議室　対区内の分譲マンション管理組合役員・区分所有者・購入予定者等
人30人（申込順）　内管理組合の運営に関する講演、交流会　講マンション管理士・稲葉護氏ほか
申９月11日㈪～10月６日㈮に来所・電話・ファクス・荒川区ホームページで、**４面上段**を参照し①～④の記入事項を、区役所北庁舎２階住まい街づくり課住宅係
☎（３８０２）４４５４
FAX（３８０２）４１０４

ぜん息呼吸筋ストレッチ教室

日10月12日㈭　時午後２時～４時
所区役所３階304・305会議室
人30人（申込順）　内ぜん息の息苦しさを和らげる運動　講理学療法士・根本伸洋氏　持筆記用具
締10月10日㈫　申来所・電話で、区役所北庁舎１階生活衛生課公害保健係☎内線４２４

催し

Biomeも使って河原の昆虫観察

日９月30日㈯　時午前10時～11時30分　集合日暮里・舎人ライナー足立小台駅東口　所荒川河川敷
対区内在住・在勤・在学の方
人30人（申込順）　持採集用具、「いきものコレクションアプリBiome」をインストールしたスマートフォン（可能な方）
申９月11日㈪～28日㈭に来所・電話・ファクスで、**４面上段**を参照し①～④の記入事項を、あらかわエコセンター２階環境課環境推進係
☎（３８０２）４６９４
FAX（５８１１）６４６２

秋の区民ハイキング

日・人▶10月22日㈰…70人
▶10月25日㈬…35人　※抽選
時午前６時45分～午後６時
集合・解散区役所前（往復バス利用）
対区内在住・在勤・在学の小学生以上で、山道を歩く体力がある方（小学生は保護者同伴で）　内龍王峡（栃木県日光市）　※雨天時は、コースの変更や周辺の施設見学
¥4000円　締９月22日㈮必着
申往復はがきで、**４面上段**を参照し①～④の記入事項と⑤年齢⑥性別⑦参加希望日（②～⑥は参加者全員分〈３人、家族の場合は４人まで〉、⑦は第二希望まで）を、〒116-8501（住所不要）荒川区役所スポーツ振興課スポーツ事業係
☎内線３３７４

官公署

東京都最低賃金改正のお知らせ

10月１日㈰から、東京都最低賃金（地域別最低賃金）が時間額1113円に改正されます。
対都内で働いている労働者（都内の事業場に派遣中の労働者を含む）
問▶東京労働局労働基準部賃金課
☎（３５１２）１６１４
▶東京働き方改革推進支援センター
☎０１２０（２３２）８６５

9月21日㈭～30日㈯ 秋の全国交通安全運動

区では、町会・自治会等と協力して、交通安全運動に取り組んでいます。交通ルールを守り、正しいマナーを身につけ、地域で交通事故をなくしましょう。

問合せ　生活安全課交通安全係　☎内線４８９

運動の重点

- 子どもと高齢者をはじめとする歩行者の安全の確保
- 夕暮れ時と夜間の交通事故防止・飲酒運転等の根絶
- 自転車等乗車時のヘルメット着用、荒川区の道路事情や交通事情を踏まえた交通ルール遵守の徹底
- 二輪車の交通事故防止
- ながらスマホの防止の徹底
- 特定小型原動機付自転車（電動キックボード等）の交通ルール遵守の徹底

運動期間中の主なイベント

荒川警察署「命を守る」「体験して学ぶ」交通安全教室

日時　９月18日㈷午後１時30分～２時30分　※雨天中止
会場　荒川公園（区役所前）　※車での来場不可
内容　白バイ・パトカー乗車体験、自転車シミュレータ、飲酒状態疑似体験、反射神経測定等
問合せ　荒川警察署　☎（３８０１）０１１０

南千住警察署交通安全キャンペーン

日時　９月26日㈫午前10時～正午　※雨天中止
会場　ヨークフーズ三ノ輪店（南千住１-９-１）
内容　自転車シミュレータ等
問合せ　南千住警察署　☎（３８０５）０１１０

尾久警察署交通安全フェアwith季節のフェスタ

日時　９月24日㈰午前10時～午後２時30分　※荒天中止
会場　尾久の原公園
内容　警察車両展示、交通安全コーナー等
問合せ　尾久警察署　☎（３８１０）０１１０

肉による食中毒にご注意を

肉は、食肉を処理する過程で食中毒の原因となる細菌が付いてしまうことがあります。生肉や加熱不十分な肉は、新鮮な場合でも食中毒を起こす危険性があるため、注意してください。

予防法

▶中心部まで十分に加熱する
中心部の色が変わるまでしっかり加熱しましょう。中心温度75℃で１分間以上が目安です。
鶏わさや鶏たたき等は、中心部に細菌が残っている危険性があります。また、ハンバーグ等のひき肉料理は、細菌が内部に入り込んでいることがあるため、特に念入りに加熱してください。

▶ほかの食品とは調理器具等を分けて処理する
肉専用の包丁・まな板を用意したり、肉を処理する前に生で食べるサラダ等を調理したりしましょう。

▶バーベキュー・焼肉では生肉用の箸等を使用する
バーベキューや焼肉等では、生肉専用の箸・トングを用意しましょう。生肉に触れた箸で調理済みの食品を扱ったり、食べたりしないよう注意してください。

問合せ　生活衛生課食品衛生係　☎内線４２８