

ふらっとにっぽりクリエイティブ・ショーケース

日 3月8日(金)・9日(土) 時 午前10時～午後4時 所 ふらっとにっぽり1・2階おもてなしスペース・3階多目的スペース 因 ハンドメイド作家等による手作り小物等の販売・ワークショップ

固 京成フロンティア企画 電 (5808) 7528

※(土)・(日)・(祝)を除く、午前10時～午後5時

荒川区文化総合講座 学習成果発表会

◆展示(油絵・水墨画・俳句等)

日 3月15日(金)～19日(火) 時 午前10時～午後5時(19日は午後4時まで) 所 町屋文化センター2階ふれあい広場

◆実演(茶道・将棋対局)

日 3月17日(日) 時 午前10時～午後4時 所 町屋文化センター 料 200円(茶道のみ)

◆発表(日本舞踊・長唄・合唱等)

日 3月17日(日) 時 午前10時30分～午後4時30分 所 サンパール荒川3階小ホール

◆ダンス

日 3月17日(日) 時 午後4時30分～6時 所 町屋文化センター1階多目的ホール

固 荒川区文化総合講座運営委員会・鏝本 電 (3819) 8858

荒川シルバー大学写真教室 作品展

日 3月15日(金)～21日(木) 時 午前10時～午後5時(15日は午後1時から、21日は午後3時まで) 所 サンパール荒川2階ARAKAWA 1-1-1ギャラリー

固 荒川シルバー大学・戸叶 電 090(7822)9448

あらかわ青年大会 「アリストック」

日 3月17日(日) 時 午前9時40分～午後5時 所 あらかわ遊園アリスの広場 因 ダンス、バンド演奏、体験教室、模擬店等

固 生涯学習課生涯学習事業係 電 (3802) 4575

荒川さくら Swing Live10

日 3月23日(土) 時 午後6時開演

所 ムーブ町屋3階ムーブホール ※全席自由 申 来館・下記ホームページで、町屋文化センター内ACC 電 (3802) 7111

HP https://www.acc-arakawa.jp/

中学生俳句バトル in あらかわ

日 3月24日(日) 時 午前9時30分～午後5時30分 所 サンパール荒川3階小ホール・5階第7集会室

固 高校生等による俳句のディベート対決 出場校 開成高校ほか

審査員 俳人・星野高士氏ほか 固 文化交流推進課文化振興係 電 (3802) 3795

荒川ふれあい寄席

日 3月26日(火) 時 午後2時～4時 所 荒川山吹ふれあい館2階多目的室 定 50人(申込順) 出演 三遊亭好楽一門ほか

申 3月1日(金)から来館・電話で、荒川山吹ふれあい館 電 (3805) 2860

ふらっと音楽会～ヴァイオリン王子&二胡王子 スプリングコンサート

日 3月30日(土) 時 午前11時30分～正午 ▶ 午後1時～1時30分 所 ふらっとにっぽり1階おもてなしスペース 定 各50人(当日の先着順) 因 ヴァイオリン・二胡の演奏

固 ふらっとにっぽり 電 (3801) 7301

ARAKAWAクラシックBOX I～ハープとヴァイオリンの典雅なデュオ

日 4月8日(月) 時 午後7時開演 所 日暮里サニーホール4階コンサートサロン 出演 ハープ奏者・福井麻衣氏、ヴァイオリン奏者・山崎貴子氏、東京藝術大学教授・河野文昭氏 料 2500円(25歳以下2000円) ※全席自由。未就学児の入場不可

チケット販売所 町屋文化センター等 固 ACC 電 (3802) 7111

堀内孝雄コンサート2024

日 5月11日(土) 時 午後4時開演 所 サンパール荒川大ホール 料 5500円(全席指定) ※未就学児の入場不可

チケット販売所 町屋文化センター、サンパール荒川等

固 ACC 電 (3802) 7111

官公署

自動車の移転・廃車手続きはお済みですか

自動車税種別割は、4月1日現在、車検証記載の所有者(割賦販売の場合は使用者)に課税されます。自動車を譲渡・廃車したときは、3月末までに管轄の運輸支局等で手続きしてください。

固 東京都自動車税コールセンター 電 (3525) 4066

固定資産税における土地・家屋の価格等の縦覧

日 4月1日(月)～7月1日(月)(土・日・祝を除く) 時 午前8時30分～午後5時 所 土地・家屋が所在する区の都税事務所 固 令和6年1月1日現在、23区内に土地・家屋を所有する納税者 特 運転免許証等の本人確認書類

固 荒川都税事務所 電 (3802) 8111

3月は自殺対策強化月間

誰もが生きる喜びを実感できるまちに

令和5年の全国での自殺者は2万1818人で、前年に比べて63人減少しました。悩みを抱えている方は、相談してみませんか。また、周りの人が悩んでいることに気付いたら、声をかけてみてください。

うつ病のサイン・症状

- 憂うつ、気分が重い ● 何をしても楽しくない
● 疲れているのに眠れない
● いつもよりかなり早く目覚める
● イライラして、落ち着かない ● 思考力が落ちる
● 自分には価値がないと感じる ● 死にたくなる

身体に現れるサイン

- 食欲がない ● 頭痛や肩こり
● 体がだるい、疲れやすい
● 動悸やめまい ● 胃腸の不調

周囲からみてわかる変化

- 口数が減る、表情が暗い ● 飲酒量が増える
● 涙もろくなった ● 遅刻、欠勤が増える
● ミスが増える、反応が遅い

自殺予防の主な取り組み

特設展示 図書館では、関連する本の展示・貸し出しを行います。
区役所1階ロビー…3月15日(金)まで
南千住図書館…3月15日(金)～5月8日(火)

「こころといのちのカード」の配布

区役所1階障害者福祉課・区内関連施設で配布しています。

一人で悩まず相談してみませんか

- 荒川区こころといのちの相談(午前8時30分～午後5時15分) …電(3802)5031
● こころの健康相談…健康推進課保健相談担当 内線432
● 東京いのちの電話(24時間)…電(3264)4343
● 東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン(正午～翌午前5時30分)…電0570(087)478

- #いのちSOS(自殺対策支援センターライフリンク) …電0120(061)338 ※月・火・水・金・土・日は午前0時～翌午前0時。木は午前6時～翌午前0時
● BONDプロジェクト …電080(9501)5220 ※月・土午後6時～9時 …電070(6648)8318 ※火・日午後2時～7時 ※10・20代女性を中心とした相談窓口
● よりそいホットライン(24時間)…電0120(279)338

その他の相談窓口は、荒川区ホームページをご覧ください

問合せ 障害者福祉課こころの健康推進係 内線2692

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 締 締 め 切 り 申 申 込 込 方 方 法 法(申 申 込 込 先 先) 問 問 合 合 せ せ 先 先 電 電 子 子 メ メ ー ー ル ル ア ア ド ド レ レ ス ス H P ホ ホ ー ー ム ム ペ ペ ー ー ジ ジ ア ア ド ド レ レ ス ス