高齢者

西尾久下町巡りで健康ウオーキング

日11月22日㈮（雨天中止）　時午前10時～正午　所あらかわ遊園から西尾久３丁目周辺　対区内在住で60歳以上の方　人15人（抽選）
申10月21日㈪～11月８日㈮に荒川区シルバー人材センターへ
☎（３８１０）１１４１

荒川老人福祉センターの講座・催し

◆和紙ちぎり絵講座
日11月22日～12月20日の㈮（全５回）　時午前10時～11時30分
人15人　内千支（えと）の制作等　講一般社団法人光風会会員・小口政子氏
持ガーゼハンカチ、小皿、鉛筆、はさみ、でんぷんのり
¥2500円

◆老い支度セミナー
日11月27日㈬　時午後１時～２時30分　人40人　内遺言書と家族信託の基礎　講明石シニアコンサルティング代表・明石久美氏

◆音楽体操講習会
日11月29日㈮　時午後１時～２時30分　人30人　内脳機能活性化トレーニング等　講音楽健康指導士
持タオル・飲み物　※動きやすい服装で

所荒川老人福祉センター　対区内在住で60歳以上の方
※抽選　締10月27日㈰必着
申往復はがき・ファクス・電子メールで、**４面上段**を参照し①～④の記入事項と⑤年齢⑥ファクス番号を、〒116-0002荒川区荒川１-34-６荒川老人福祉センターへ
☎（３８０２）１６６６
FAX（３８０２）１６８３
✉starts-from60@arakawa-shakyo.or.jp

介護

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11月30日㈯で、サービスの継続を希望する方
申９月末に送付した申請書を持参し、できるだけ10月中に区役所２階介護保険課または区内の地域包括支援センターへ
問介護保険課介護認定係
☎内線２４３３

認知症介護者交流サロン

日11月２日㈯　時午後１時～３時
所荒川山吹ふれあい館２階会議室
申銀の杖（荒川区認知症の人を支える家族の会）・江口
☎・FAX（３８００）３３４６

講座

ぜんそく呼吸筋ストレッチ教室

日11月13日㈬　時午後２時～４時
所区役所北庁舎１階101会議室
対気管支ぜんそく・慢性気管支炎等呼吸器疾患の方等　人30人（申込順）　講イムス東京葛飾総合病院理学療法士・根本伸洋氏　※動きやすい服装で
申10月21日㈪から生活衛生課公害保健係へ☎内線４２４

月イチギャラリートーク

日10月26日㈯　時午後１時30分～２時10分　※直接展示室入り口へ
内常設展示の解説　¥100円（区内在住の中学生以下の方・65歳以上の方・障がい者と介助者は無料）
所・問荒川ふるさと文化館
☎（３８０７）９２３４

囲碁未来研修会

日11月10日～令和２年10月25日の㈰（全40回）　時午後１時～３時
所生涯学習センター　対区内在住・在勤の方　人30人（申込順）
¥1200円　締11月８日㈮
申日本棋院囲碁未来碁好き支部・渡邉☎０９０（３８１９）６３３２

エコ生活実践講座

◆手作りボランティアde（デ）被災地支援
日11月５日㈫　時午前10時～正午
人15人（申込順）

◆編みものde友だちサロン
日11月６日･13日・20日・27日の㈬　時午後１時30分～３時30分
人各15人（当日の先着順）

◆ワンポイントde洋服リメイク
日11月７日㈭　時午後１時30分～３時30分　人15人（申込順）
¥200円

◆裂き編みdeマルシェバッグ
日11月12日㈫　時午後１時30分～４時　人15人（申込順）　¥300円

◆縮んだセーターdeニット帽
日11月14日㈭　時午後１時30分～４時　人10人（申込順）　¥500円

◆花合わせdeフラワーアレンジ
日11月18日㈪　時午前10時～11時30分　人24人（申込順）
¥1500円

◆古Ｔシャツde布ぞうり
日11月19日㈫　時午後１時～４時
人20人（申込順）　¥400円

◆着物地deマフラー
日11月22日㈮　時午後１時～３時30分　人15人（申込順）　¥500円

◆ポプリde干支のねずみ
日11月26日㈫　時午後１時30分～３時30分　人20人（申込順）
¥300円

◆ベリーダンスdeエコボディ
日11月29日㈮　時午前10時～11時30分　人15人（申込順）
¥300円

所あらかわエコセンター
申10月21日㈪からＮＰＯ法人エコ生活ひろめ隊へ
☎０７０（６５２１）７６５１
※㈯・㈰・㈷等を除く、午前９時～午後５時

家事家計講習会

日11月14日㈭　時午前10時～正午
所南千住駅前ふれあい館３階洋室２・３　対区内在住・在勤・在学の方　人20人（申込順）　託児１歳以上の未就学児、５人（申込順）
内家計の管理、我が家の片付けについて　¥300円（２人で申し込む場合は500円）　※託児を希望する方は別途200円かかります
申10月21日㈪～11月13日㈬正午に電話・電子メールで**４面上段**を参照し①～④の記入事項と⑤託児の有無を東京第一友の会ひぐらし最寄・平松へ
☎０９０（７２６５）６６７５
✉bunkyo0901@yahoo.co.jp

６面へ続く

日期日（期間）　時時間　所会場・場所　対対象　人定員　内内容　講講師　持持ち物　¥費用　締締め切り　申申込方法（申込先）　問問い合わせ先　✉電子メールアドレス　HPホームページアドレス

10月22日㈫～31日㈭

放置ゼロ キレイな街で おもてなし

駅前放置自転車 クリーンキャンペーン

区では、区民の皆さん等と協力して、各駅で啓発活動等を実施します。放置自転車は、歩行者や車いす等の安全な通行を妨げます。特に、点字ブロックの上に放置すると、視覚障がいのある方の通行や災害時の活動にも支障をきたします。

放置自転車は撤去します

区内の駅周辺を放置自転車禁止区域に指定し、定期的に撤去しています。放置自転車対策に多額の費用がかかっていますので、自転車を放置しないよう、ご協力ください。

●撤去した自転車等の返還
［返還場所］三河島自転車保管場所（西日暮里１-６先）
［返還手数料］▶自転車…5000円　▶原動機付自転車…7500円

民間駐輪場の建設への助成

民間の事業者が駅周辺に駐輪場を建設する場合に、建設費の一部を助成します。助成条件・助成額等、詳細はお問い合わせください。

自転車駐車場をご利用ください

一時利用は２時間まで無料で利用できます。
▶南千住駅東口自転車等駐車場（南千住４-１-２）
☎（３８０６）３００４
▶センターまちや自転車駐車場（荒川７-50-９）
☎（３８１９）７０１２
▶三河島駅前自転車駐車場（西日暮里１-６-20）
☎（３８０６）３１９２
▶日暮里駅前自転車駐車場（西日暮里２-24-２）
☎（３８０５）９１２４
▶西日暮里自転車置場（西日暮里５-38〈鉄道高架下〉）
☎０１２０（３５６６）２１

放置自転車ゼロをめざして

ポスターコンクール入賞者

区内小・中学生を対象としたポスターコンクールに、小学校低学年の部52作品、小学校高学年の部161作品、中学校の部26作品の応募がありました。入賞作品は、東京メトロ町屋駅等で展示するほか、荒川区ホームページからもご覧になれます。

優秀賞
◆小学校低学年の部　河村航さん（瑞光小学校１年）
◆小学校高学年の部　柚木春乃さん（瑞光小学校６年）
◆中学校の部　佐々木友洋さん（第七中学校２年）

◆中学校の部　正久莉愛さん（第三中学校２年）

◆小学校高学年の部　北村蓮さん（瑞光小学校６年）

最優秀賞
◆小学校低学年の部　藤井しおりさん（瑞光小学校３年）

問合せ　施設管理課自転車対策係　☎内線２７１６