

看護職員
田中美香さん

以前は病院勤務でしたが、
出産後、自宅に近い小
規模多機能型居宅
介護施設で働き始
めました。利用者
の皆さん一人ひと
りとじっくり向き
合える福祉施設の
仕事に、看護師と
して魅力を感じてい
ます。改善が見られ
たときに「ありがとう
」と言ってもらえる
ことが、とてもうれ
しいです。

11月11日は介護の日

元気と笑顔
を届けます

区内には、さまざまな介護サービスを提供する
事業所等が325か所あります(平成29年9月1日現在)。

今号では、介護施設で働く皆さんを紹介します。

[問合せ] 介護保険課 ☎内線2431

施設介護職員
後呂あゆみさん

祖父の介護や、小学生のときに参加
した介護施設のボランティア活動を通
じて、介護の仕事をしたと思うよう
になりました。現在は、介護職に就い
て3年経ちました。毎日利用者の皆さ
んが見せてくれる笑顔が大好きです。

訪問介護員
岡部佳樹さん

自宅での介護や身の回りの
お世話のほかに、日常の様子
や変化をケアマネジャー等の
関係者に伝えることも重要な
仕事です。一番身近なところ
で皆さんを支えられること
に、仕事のやりがいを感じま
す。「来てくれてうれしい」
と言ってもらえることも喜び
の一つです。

介護サービス永年勤続従業者表彰受賞者

10月11日に、長年にわたり介護保険サービスに従事し、地域の高齢者福祉に力を
を尽くされている区内の介護事業所で働く40人の方を表彰しました(敬称略)。

[問合せ] 介護保険課 ☎内線2436

訪問介護員

大橋正子 (ホッツステーションSUN)
清水弘子 (ヘルパーステーション虹)
榎屋美代子 塩沢千代子 (しあわせステーション)
島貫良枝 (ジャパンケア南千住)
谷田貝喜子 熊谷久子 中村よし子
(療養通所それいゆ)

浅野井知美 及川ますみ (荒川すこやかネットワーク)

サービス提供責任者

後藤博子 (城北介護センター荒川)

介護職員

河田幸枝 山口伸子 (介護老人保険施設ひぐらしの里)
岡田雅美 (愛の家グループホーム西尾久)

小林恵 光村嘉庸 (西尾久東部在宅高齢者通所サービスセンター)

小野真 (特別養護老人ホーム信愛のぞみの郷)

阿部貴美子 (荒川サポートセンターかどころの家)

服部道夫 遊間重成 (大起エンゼルヘルプ荒川ケアセンター)

金子貴廣 (グループホームなごみ三河島)
中嶋智 (デイサービスセンターエンゼルヘルプ荒川)
金静子 伊藤努 (グループホームなごみ熊野前)
河上臣男 (荒川すこやかネットワーク)

生活相談員

福井光康 (愛の家グループホーム西尾久)
武居将典 (西尾久東部在宅高齢者通所サービスセンター)

介護支援専門員(ケアマネジャー)

西尾政人 渡川律佳 (ホッツステーションSUN荒川)
颯田智司 小林利恵 比嘉雅歌 曾我裕子
(磯病院(居宅介護支援センター))
田中佳恵 (マルシモケアプランサービス南千住)
飯田光徳 (町屋ケアマネジメントセンター)
田村智子 (関川病院(居宅介護支援事業所))

福祉用具専門相談員

大橋伊久美 (あっぷるちよだ日暮里駅前店)

理学療法士

岩崎雅雄 (介護老人保険施設ひぐらしの里)

あなたの力を活かしてみませんか

福祉のしごと面接・相談会

区内の福祉事業所24団体が出展します。
履歴書不要・服装自由で、託児コーナーもあ
ります。直接会場へお越しください。

[期 日] 12月19日(火)

[時 間] 午後1時～4時(受け付けは、午後
0時30分～3時30分)
※時間内は出入り自由

[会 場] 日暮里サニーホール

[内 容] ▶福祉の仕事入門セミナー
(午後1時～1時30分)
▶事業所の個別面接・相談ブース
▶福祉の仕事・資格・ボランティア
等の相談コーナー(ほか)
※参加事業所・求人内容は、12月12日(火)ご
ろから、東京都福祉人材センターホーム
ページ(<http://www.tcsww.tvac.or.jp/jinzai/>)に掲載

[問合せ] 荒川区社会福祉協議会

☎(3802)3338

✉jigyo@arakawa-shakyo.or.jp

日 期 (期 間) 時 間 所 会 場 ・ 場 所 対 象 人 定 員 内 容 講 師 持 持 ち 物 費 用 申 込 方 法 (申 込 先) 締 切 期 問 問 合 せ 先 電 子 メール ア ド レ ス HP ホ ー ム ペ ー ジ ア ド レ ス

あらかわ 情報の森

費用の記載がない事業は無料です

- 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

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす週間」

女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害する重大な問題です。区では、暴力が与える影響や実態をわかりやすく記載した冊子「これってDV?」や「デートDV防止ハンドブック」を配布しています。

冊子の配布 アクト21、区役所2階子育て支援課ほか(荒川区ホームページからもダウンロード可)

◆こころと生き方・DVなんでも相談

日・時▶第1(水)午後5時～8時
▶第1(金)、第2(水)、第4(水)・(金)午前10時～午後4時 ▶第2(金)、第3(水)・(金)午後2時30分～8時
▶第2(土)午前10時～午後3時
※祝・年末年始等を除く
所・申 アクト21
☎(3809)2890

川の手荒川まつりのステージ出演者を募集

日平成30年4月29日(祝) 所都立汐入公園特設ステージ 宛次のすべてに該当する団体 ▶出演者全員が区内在住・在勤・在学 ▶構成員が10人以上 ▶活動・出演内容が、公の秩序または善良の風俗を害するものでない ▶政治的、宗教的または営利を目的としない 人7グループ(抽選) 内音楽・ダンス・舞踊等 ※1グループ10分間 ※アンプ等を使用する楽器・太鼓・ドラムの演奏は不可 ※応募は1団体1グループまで 締11月30日(休)必着 ※結果は12月下旬に通知予定 往復はがきで、2面上段を参照し①と代表者の②～④の記入事項と⑤団体名⑥出演内容⑦出演人数を、〒116-8501(住所不要)川の手荒川まつり実行委員会事務局(観光振興課内)へ☎内線461

ディスカバーあらかわ 作品募集

テーマ荒川区の風景・風物等
大きさ等30号までの絵画・版画・彫

刻・染織等(立体作品も同程度)1人1点まで ※未発表の作品に限る
申込書の配布各区分事務所・図書館・ふれあい館ほか(荒川区ホームページからもダウンロード可)
締平成30年1月31日(水)必着 申持参・郵送・ファクスで、申込書を、〒116-8501(住所不要)荒川区役所3階文化交流推進課へ☎内線2522 FAX(3802)4769

子育て・教育

中学生のためのバスケットボール教室

日12月10日(日) 時午前9時～正午 所都立産業技術高等専門学校荒川キャンパス 宛中学生(チームでの参加可) 人50人(抽選) ¥500円 締11月23日(祝)必着
申はがき・ファクス・下記ホームページで、2面上段を参照し①～④の記入事項と⑤年齢(学年)⑥性別を、〒116-8523荒川区南千住8-17-1 都立産業技術高等専門学校荒川キャンパスへ☎(3801)0145 FAX(3801)9898 HPhttp://www.metro-cit.ac.jp

高齢者

講座「骨折で寝たきりにならないための食生活」

日12月4日(月) 時午後2時～3時30分 所区役所3階305会議室 宛区内在住・在勤で、おおむね65歳以上の方 人50人(申込順) 申高齢者福祉課☎内線2666

障がいのある方

知的障がい者向け料理教室

日11月26日(日)、12月10日(日) 時午前10時～午後1時 所アクロスあらかわ 宛区内在住・在勤の18歳以上で、知的障がいのある方 人各12人(抽選) ¥500円 締11

月17日(金) 申来所・電話・ファクス・電子メールで、2面上段を参照し①～④の記入事項と⑤障がいの程度(等級)⑥年齢を、アクロスあらかわへ☎(3803)6221 FAX(3803)6222 申across@arakawa-shakyo.or.jp

講演会「理解と支援の充実に向けて」

日12月8日(金) ◆発達障がい児の子育てに求められるチカラ～接し方・伝えるチカラをアップしよう

時午前10時30分～午後0時30分 講一般社団法人発達障がい児ファミリーサポートMarble代表理事・国沢真弓氏

◆見えない、分かりづらい～高次脳機能障がいの理解と支援の第一歩

時午後2時～4時 講ルポライター・鈴木大介氏、北原国際病院作業療法士・峯尾舞氏

所アクロスあらかわホール 人各150人(申込順) ※手話通訳あり

申荒川たんぽぽセンター ☎(3891)6825 FAX(3807)8483

障がい者地域自立生活支援セミナー「障がい者スポーツを楽しもう」

日12月16日(土) 時午前10時30分～午後0時30分 所首都大学東京荒川キャンパス体育館(東尾久7-2-10) 宛区内在住・在勤で、身体に障がいのある方 人20人(申込順) 内ソフトテニス、卓球バレー ※手話通訳を希望する方はご相談ください 講首都大学東京健康福祉学科学療法学科助教・信太奈美氏 申荒川たんぽぽセンター ☎・FAX(3807)8483

健康・衛生

東京都大気汚染医療費助成制度が改正

制度の改正に伴い、平成30年4

月1日から治療費の一部が自己負担となります。対象者に、お知らせを送付しましたので、届いていない方は、お問い合わせください。

宛ぜんそく医療券をお持ちで、平成9年4月1日以前に生まれた方 問生活衛生課☎内線424

パーキンソン病の専門医による個別相談会

日11月18日(土) 時午後1時30分～4時 所アクロスあらかわ2階会議室 宛パーキンソン病の方 人5人(申込順) 講順天堂大学名誉教授・水野美邦氏 申障害者福祉課☎内線2692 FAX(3802)0819

仕事・人材募集

税務事務アルバイトを募集

勤務期間平成30年1月15日(月)～3月30日(金) ※(土)・(日)・(祝)等を除く
勤務日数月20日以内
勤務時間午前8時30分～午後5時15分(7時間45分勤務) 人12人程度(選考) 内事務補助
報酬7750円(日額) ※交通費の支給はありません ※雇用期間中は原則社会保険に加入
申事前連絡のうえ、11月13日(月)～24日(金)午前9時～午後4時に履歴書を持参(提出の際に面接あり)し、区役所2階税務課へ☎内線2324

保育士(育児休業代替任期付職員)を募集

勤務期間12月11日以降(任用期間は6か月～2年) 宛保育士として登録を受けている、平成9年12月11日までに生まれた方 人5人程度(選考) 募集案内・申込書の配布区役所1階総合案内・4階職員課、各区分事務所・図書館、JOBコーナー町屋 ※荒川区ホームページからもダウンロード可 締11月17日(金)必着 申持参・郵送で、申込書を、〒116-8501(住所不要)荒川区役所4階職員課へ☎内線2232

平成29年度 荒川区 産業功労者表彰

10月31日、平成29年度荒川区産業功労者表彰式が、ムーブ町屋ムーブホールで行われました。

事業所功労者表彰

10年以上勤務し、勤務成績が優れ、事業所の発展に貢献した方への表彰で、259人の方を表彰しました。
[問合せ] 就労支援課 ☎内線466

功労事業所表彰

従業員の育成と定着のために力を注いだ事業所への表彰で、31事業所を表彰しました。
[問合せ] 就労支援課 ☎内線466

荒川マイスター表彰

長く同一の職業で高い技術と卓越した技能を習得し、後進の指導・育成に取り組んできた方への表彰です。

[問合せ] 経営支援課 ☎内線459

近藤幸男氏(貴金属加工)

経済産業大臣が指定する伝統的工芸品である「東京アンチモニー工芸品」の鑄造を手掛けており、鑄造技法のうち、「戻し吹き」の技法にたけています。

千葉富治氏(木製品製造)

「木工」の教材用教具の製造を手掛ける有限会社千葉製作所の代表であり職人です。算数・数学用教具「立体模型」の制作において、卓越した加工技術を有しています。



左から鈴木氏、西川区長、千葉氏、近藤氏

商業振興功労賞表彰

商業振興・地域振興への貢献が顕著である事業者の表彰です。

[問合せ] 産業振興課 ☎内線468

寿々菘園(代表・鈴木ミドリ氏)

創業96年を迎える日本茶等の小売店で、急須で入れる日本茶のおいしさや良さを、代々伝えていきます。姉妹店では「抹茶ジェラート」を販売し、多くの外国人観光客が訪れています。

特別区立幼稚園妊娠出産休暇・育児休業補助教員採用候補者を募集

職種 臨時的任用教員(幼稚園)
勤務場所 区立幼稚園(大田区・足立区を除く) ①次のすべてを満たす方 ▶幼稚園教諭普通免許状を現に有する ▶国公立幼稚園の正規任用教員として1年以上または国公立幼保連携型認定こども園において満3歳以上を担当する正規任用保育教諭として1年以上または区立幼稚園の臨時的任用教員・学級を専任する非常勤講師として通算12か月以上の経験がある ▶昭和32年4月2日以降に出生

募集案内の配布 区役所3階指導室、特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課(千代田区飯田橋3-5-1東京区政会館17階)
①12月4日(月)・5日(火)に持参で、必要書類を、特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課へ ☎(5210)9857

アラカワ・ユース・ボランティア認証制度(A.Y.V.)の候補者を募集

地域活動やボランティア活動等の社会貢献活動に顕著な実績(最近3年間)のあった方を認証し、就職活動を応援します。

①次の要件をすべて満たす方
▶大学生・大学院生(原則、最終学年もしくは直前の学年の在籍者)または卒業後3年以内である ▶区内在住または区内で顕著な活動実績がある ▶就職活動中または就職活動を予定している ②12月15日(金) ③来所・郵送で、自己推薦書、活動実績と応募要件が確認できる資料を、〒116-0002荒川区荒川7-50-9センターまちや3階就労支援課へ ☎就労支援課 ☎内線466

合宿型就労訓練

①12月5日(火)～8日(金)(3泊4日) ②NPO法人青少年自立援助センター(福生市福生2351-1) ③区内在住で、現在仕事に就いていないおおむね40歳以下の方 ④4人(申込順) ⑤調理技術の取得 ⑥11月29日(火) ⑦わかもの就労サポートデスク ☎(3800)6188

女性のための就活力アップセミナー

①12月12日(火) ②午前10時～正午

③ムーブ町屋4階ミニギャラリー ④区内在住で、求職活動中または再就職を考えている女性 ⑤20人(申込順) ⑥託児(満1歳以上の未就学児、6人(申込順)) ⑦効率的な再就職活動 ⑧マザーズハローワーク日暮里就職支援ナビゲーター・斉藤光恵氏 ⑨12月11日(月) ※託児は12月4日(月)まで ⑩就労支援課 ☎内線466

講座・催し

すがもビジネスフェア「四の市」

①11月14日(火) ②午前10時～午後3時 ③所 栄鴨信用金庫本店3階ホール(豊島区栄鴨2-10-2) ④地域事業者による高齢者向け商品・サービスの紹介 ⑤栄鴨信用金庫すがもビジネスフェア「四の市」事務局 ☎(3918)0196

「あらかわのねこ」写真展 & 猫デザイン生地展示会

①11月17日(金)～29日(水) ②午前9時30分～午後8時30分 ③所 ゆいの森あらかわ1階ロビー ④荒川地域猫連絡会・大村 ☎080(5095)5055

にっぽりマルシェ～秋の「ふくしま」大収穫祭

①11月18日(土)・19日(日)(荒天中止) ②午前10時～午後5時 ③所 日暮里駅前イベント広場 ④物産販売(福島県の名産品、三河島菜<右下記事参照>等)、ステージショー、無料健康相談(19日のみ) ⑤サンマークシティ日暮里商店会・慶野 ☎090(3109)0756

認知症サポーター養成講座

認知症についての基礎知識と対応方法を学ぶ講座です。

◆町屋地域 ①11月21日(火) ②午後3時～4時 ③所 特別養護老人ホームさくら館 ④区内在住・在勤の方 ⑤25人(申込順) ⑥町屋地域包括支援センター ☎(3894)3568

◆日暮里地域 ①12月16日(土) ②午後1時30分～3時 ③所 東日暮里ふれあい館洋室1・2 ④区内在住・在勤の方 ⑤30人(申込順) ⑥東日暮里地域包括支援センター ☎(5615)3171

施設公開「やかまし祭」

①11月19日(日) ②午前11時～午後2時30分 ③内 作品展示、活動体験、模擬店等 ④所・園 ▶あらかわ希望の家 ☎(3894)2263 ▶あらかわ希望の家分場 ☎(5901)3207

空き家相談会

①11月22日(水) ②午後2時～4時 ③所 区役所北庁舎101会議室 ④区内在住または区内に空き家を所有している方 ⑤空き家の相続や登記・解体等に関する相談 ⑥11月20日(月) ⑦防災街づくり推進課 ☎内線2826

荒川区の自然を描く写生会

①11月23日(祝)(雨天中止) ②午前10時～午後3時 ③所 西日暮里公園 ④区内在住・在勤・在学で、15歳以上の方(中学生は不可) ⑤持絵の具、写生道具一式、昼食 ⑥11月21日(火) ⑦一般社団法人太平洋美術会 ☎(3821)4100

縁日大会

①11月23日(祝)(小雨決行) ②正午～午後3時 ③所 延命寺(南千住2-34-5) ④内 ベーゴマ等の体験、バザー、模擬店ほか ⑤協力 コツ通り商店会、南千住仲通り商店会 ⑥荒川区社会福祉協議会 ☎(3802)3338 FAX(3802)3831

ブーム落語会

①11月23日(祝) ②午後1時30分～4時 ③所 ムーブ町屋3階ムーブホール ④小学生以上の方 ⑤300人(当日の先着順) ⑥NPO法人落語・紙芝居研究会・小川 ☎090(9143)7045

荒川シャルソン

①11月26日(日) ②午前9時30分～午後6時 ③集合・解散 アクロスあらかわ ④区内を巡り、魅力的なスポットをスマートフォンで撮影してSNSで発信する ⑤¥3500円(参加者用Tシャツ代等) ※小・中学生は1000円(Tシャツなし、保護者同伴で) ⑥下記ホームページから ⑦あらかわらいふ・兒玉 ☎090(5999)1102 ⑧HP <http://arakawalife.jimdo.com/>

荒川ふれあい寄席

①11月28日(火) ②午後2時から(開場は午後1時30分) ③60人(当日の先着順) ④出演 三遊亭好楽一門ほか ⑤所・園 南千住駅前ふれあい館 ☎(3803)0571

消費者講座「クリーニングの基礎知識とプロが教える洗濯の技」

①12月1日(金) ②午後1時30分～3時30分 ③所 ゆいの森あらかわ2階ワークショップルーム ④区内在住・在勤・在学の方 ⑤30人(申込順) ⑥しみ抜きの実習と新しい洗濯表示についての講義 ⑦東京都クリーニング生活衛生同業組合理事・森鉄雄氏 ⑧消費生活センター ☎内線477

不燃化特区・防災まちづくりフェア

①12月2日(土) ②午後1時30分～4時40分 ③所 ゆいの森あらかわゆいの森ホール ④128人(当日の先着順) ⑤内・講 ▶講演会「首都直下地震～避難生活乗り切りのための、事前の備えと助け合いのアイデア」(横浜市立大学国際総合科学部准教授・石川永子氏) ▶防災アニメの上映(ほか) ⑥防災街づくり推進課 ☎内線2821

国際理容美容専門学校2017美翔祭

①12月3日(日)・4日(月) ◆学園祭 ②午前10時～午後4時(4日は午後3時まで) ③所 国際理容美容専門学校(東日暮里5-17-12) ◆トータルヘアショー ④①午前11時～正午 ②午後1時～2時 ③午後3時～4時 ※要予約。③は3日のみ ⑤所 日暮里サニーホール ⑥国際理容美容専門学校美翔祭実行委員会 ☎(3803)6696

認知症介護教室

①12月15日(金) ②午後2時～4時 ③所 南千住駅前ふれあい館洋室1～3 ④区内在住・在勤の方 ⑤40人(申込順) ⑥介護や生活で活かせる傾聴のコツ ⑦首都大学東京健康福祉学部准教授・蘭牟田洋美氏 ⑧南千住西部地域包括支援センター ☎(5604)5710

全国瞬時警報システム(Jアラート)の試験放送を実施

国は、北朝鮮がミサイルを発射する等の緊急事態が発生した際、全国瞬時警報システム(Jアラート)を活用し、防災行政無線を通じて情報を放送します。Jアラートの作動状況を確認するため、全国一斉に試験放送(情報伝達訓練)を実施します。ご協力をお願いします。

- ・ 日時 11月14日(火) 午前11時 ・
- 内容
- ①チャイム音
 - ②「これは、Jアラートのテストです」を3回
 - ③「こちらは、荒川区です」
 - ④チャイム音

問合せ 生活安全課 ☎内線494

あらかわの伝統野菜 三河島菜の季節です

◆にっぽりマルシェで三河島菜の販売・展示
都立農産高等学校(葛飾区)の生徒たちが栽培した三河島菜を販売し、これまでの取り組みや研究成果等を展示します。
日時 11月18日(土)午前10時～午後4時
会場 日暮里駅前イベント広場 価格 200円(1束・約300g)

◆三河島菜フェア
三河島菜を使用した定食を日替わりで提供します。
期日・メニュー
▶11月20日(月)…三河島菜炒飯、点心
▶11月21日(火)…三河島菜入りすいとん・ひじきご飯
▶11月22日(水)…三河島菜入りグリルハンバーグ
▶11月24日(金)…三河島菜の巣ごもり卵カレー(右写真)
時間 午前11時～午後2時
会場 区役所地下1階レストランさくら 価格 500円

※販売・提供は、売り切れしだい終了 問合せ 観光振興課 ☎内線461



▲三河島菜イメージキャラクター・みかわしまーな



日(期) 時間 所(会)場・場所 対(対)象 人(人)定員 内(内)容 講(講)師 持(持)ち物 費(費)用 申(申)込方法(申込先) 締(締)め切り 問(問)い合わせ先 電(電)子メー(メール)アドレ(ドレス)ス HP(HP) ホーム(ページ)アドレ(ドレス)ス

あらかわ遊園の催し

期日 11月25日(土)・26日(日) ※小雨決行

■ アルパカとのふれあい

時間 午前10時～11時20分、午後1時～3時30分
場所 ふれあい広場 ※直接会場へ **費用** 無料

■ 牛とのふれあい体験

時間 午前11時、午後1時・2時30分
場所 しばふ広場 **対象** 4～10歳 **定員** 各30人(抽選)
内容 牛の乳搾り体験 **費用** 無料
申込方法 各回の30分前から5分間、しばふ広場で受け付け



それいけ! アンパンマンショー

「かなえて! ゆめのダンスショー」

期日 11月23日(祝)
時間 午前11時30分・午後2時30分
場所 アリスの広場
 ※雨天時は、握手会を行います
費用 無料



©やなせたかし/
フレーベル館・TMS・NTV

申込み・問合せ

あらかわ遊園 ☎(3893)6003
 ※入園料は別途かかります

荒川総合スポーツセンターの教室

会場・申込み・問合せ 荒川総合スポーツセンター ☎(3802)3901

冬短期子ども水泳教室

期間 表1のとおり
対象 区内在住・在学・在園で、おむつの取れたお子さん
内容 表2のとおり
申込方法 各申込日時に、区内在住・在学・在園を証明できる書類を持参し、1階コミュニティホールで(抽選)
 ※申し込みは、1期につき1人1教室
 ※各抽選終了後、1時間30分以内に費用を納入した時点で申込完了
 ※定員に空きがある教室は、11月27日(月)午前8時から1階総合受付で(申込順、区外の方も可)



表1

期	期間	費用	申込日時
1期	12月18日(月)～22日(金) (全5回)	3750円	11月26日(日)午前9時～9時30分
2期	12月25日(月)～28日(木) (全4回)	3000円	11月26日(日)午前11時30分～正午

表2

教室名	時間	対象	定員
水慣れキッズ	午前11時～正午	2歳6か月以上の未就学児	15人
	午後2時30分～3時30分		
幼児	午後3時40分～4時40分	3歳以上の未就学児	各30人
	午後4時50分～5時50分		
	午後5時～6時		
小学生	午後4時～5時	小・中学生(幼児14級以上)	30人
	午後5時～6時		40人

※平成29年12月31日までに対象年齢に達すれば申し込みます

冬短期大人水泳教室

期間 12月15日(金)～28日(木)
対象 区内在住・在勤で15歳以上の方(中学生は不可)
申込方法 11月27日(月)午前9時～11時に、区内在住・在勤を証明できる書類を持参し、1階総合受付で(申込順)
 ※定員に空きがある教室は、11月27日(月)午前11時から1階総合受付で(申込順、区外の方も可)

教室名	曜日	時間	定員	費用
朝スイミング	月・火・水・木・金(各曜日週1回)	午前9時45分～10時45分	各30人	各1800円
昼スイミング	火・木(各曜日週1回)	午後1時30分～2時30分	各20人	
夜スイミング	月・火・水・金(各曜日週1回)	午後8時～9時		10人
マスターズ	月・水(週2回)	午後9時～10時	各30人	各1800円
健康水中ウォーキング	火・木(各曜日週1回)	午前10時50分～11時50分		

インフルエンザの感染を予防しましょう

問合せ 保健予防課 ☎内線430

インフルエンザに感染すると38度以上の高熱、頭痛、関節痛等の全身症状が強くなります。また、肺炎、気管支炎、脳炎等を併発し重症化することもあります。せきやくしゃみ、鼻水に含まれるウイルスによって他の人に感染します。感染してから症状が出るまでの潜伏期間は1日～5日(平均3日)です。

日頃からできる予防法

- ▶ 予防接種をしましょう(効果が出るまで最低でも2週間以上かかります)
- ▶ 栄養不足・睡眠不足を避けましょう
- ▶ 手洗いを正しく行いましょう
- ▶ 外出するときはマスクを着用し、人混みを避けましょう
- ▶ 部屋の湿度は50～60%に保ち、1時間に5分程度は換気しましょう



● インフルエンザの症状が出たら

早めに医療機関を受診し、こまめに水分補給をして安静にしましょう。基礎疾患のある方、高齢者、お子さん、妊娠中の方は重症化しやすいので注意が必要です。

● 周囲への感染を防ぐために

熱が下がってから2日間、症状が出てから5日間は、受診以外の外出を控えましょう。受診の時は、マスクを着用し、使用後はポリ袋等に密封して捨てます。

家庭内での感染を防ぐため、マスクの着用やドアノブ・便座等によく触れる場所を消毒用アルコール等で拭き取ることも有効です。

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
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
 ▶(土)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
 ▶(日)・(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分まで
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

※受診の際は、健康保険証を持参してください ※当番医は変更になる場合があります。確認のうえ、受診してください ※小さなお子さんは小児科を受診してください

【内科等】 診療時間(昼=午前10時～午後1時、午後2時～5時、夜=午後5時～午後9時)
 診療可能科目(内=内科、小=小児科、外=外科、整=整形外科)

【歯科】 午前9時～午後4時(電話受け付け)

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
11月11日(土)	○	外	荒川外科肛門科医院	荒川4-2-7	(3806)8213
	○	内	いしかわ日暮里クリニック	西日暮里2-26-9	(5850)5071
11月12日(日)	○	内	南千住内科クリニック	南千住5-31-6	(5615)5311
	○	小	わかすぎ小児科クリニック	荒川7-46-1	(3810)7800
	○	内	高橋医院	町屋3-2-10	(3810)5665
	○	内	佐藤病院	西尾久5-7-1	(3893)6525
11月18日(土)	○	整	東日暮里整形外科	東日暮里3-44-12	(3805)5558
	○	整	ふかい整形外科医院	荒川7-46-1	(5901)3590
	○	内	小林医院	西日暮里4-16-10	(3821)3846
11月19日(日)	○	内	南千住病院	南千住5-10-1	(3806)2232
	○	内・小	水野クリニック	荒川1-49-2	(3891)0219
	○	内	堀メディカルクリニック	町屋1-1-9	(3895)5400
	○	整	古賀整形外科	東尾久3-30-4	(3892)8814
	○	内	くれ内科医院	東日暮里3-42-8	(5811)7575

期日	医療機関名	所在地	電話
11月12日(日)	あらかわ歯科	東尾久1-1-2	(6458)2258
11月19日(日)	はやしべ歯科医院	荒川2-1-5	(3807)7002

- 問合せ ●荒川区医師会 ☎(3893)2331
 ●荒川区歯科医師会 ☎(3805)6601
 ●東京都医療機関案内サービスひまわり<24時間> ☎(5272)0303
 ●東京消防庁テレホンサービス<24時間> ☎(3212)2323

※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

日曜日柔道整復施術

【施術時間】 午前9時～午後1時、午後3時～午後7時

期日	施術所名	所在地	電話
11月12日(日)	高見澤接骨院	西尾久5-7-25	(3809)3730
11月19日(日)	足立接骨院	東尾久5-39-19	(3800)3699

