

熱中症を予防しましょう

熱中症は、筋肉痛・大量の発汗・吐き気・倦怠感等の症状が現れ、重症になると命に関わる危険な病気です。暑くなり始めの時期や、急に暑くなる日は熱中症にかかりやすく、特に注意が必要です。症状や対策を知り、熱中症を予防しましょう。

【問合せ】健康推進課 ☎内線434

水分補給



のどが渇く前からこまめに水分補給しましょう

暑さに負けない体づくり



無理のない範囲の運動をして、適切な睡眠とバランスのよい食事を心掛けましょう

予防するポイント

扇風機・冷房を活用

遮光カーテンやすだれ等を活用しましょう



温度28℃、湿度60%が目安

涼しい服装



保冷剤、氷、冷たいタオル等を活用して体を冷やしましょう

日傘・帽子を着用



日陰を利用し、こまめに休憩をとりましょう

熱中症を疑ったときは

下記の症状がありますか？

軽度

- めまい
- 立ちくらみ
- 筋肉痛
- 汗がとまらない

中度

- 頭痛
- 吐き気
- 体がだるい(倦怠感)
- 虚脱感

重度

- 意識がない
- けいれん
- 高い体温である
- 呼びかけに対し返事がおかしい
- まっすぐに歩けない、走れない

症状があるときは、次の対処をしましょう

1 涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

- 氷のう等があれば、首、わきの下、太腿のつけ根を集中的に冷やしましょう



2 水分・塩分を補給する

- 自力で水分を摂取できる場合は、水分・塩分を補給しましょう
- 意識がないときは、無理に水を飲ませてはいけません

3 症状がよくなる時は、医療機関を受診する

- 本人が倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう



- 症状がよくなったときは、そのまま安静にして十分に休息をとりましょう。無理せず、動けるようになったら活動を始めましょう

中度・重度の場合は、病院に搬送しましょう

少しでも意識がおかしい場合はすぐに病院に搬送しましょう



高齢者と子どもは、特に熱中症にご注意を

高齢者

高齢者は温度に対する感覚が弱くなるために、室内でも熱中症になることがあります。

- のどが渇かなくても水分補給をする
- 部屋の温度をこまめに測る



子ども

子どもは体温調節機能が十分発達していません。気温の高い日は、地面に近いほど気温が高くなるため注意が必要です。

- 顔色や汗のかき方を観察し、適切な対応をする
- のどの渇きに応じて、自分で水分補給ができる能力を身に付けさせる



問合せ 健康推進課 ☎内線434

国民健康保険等のお知らせ

納入通知書は6月中旬に送付します

平成28年度の国民健康保険料は、平成27年中の所得を基に、年間の保険料を計算しています。

▶普通徴収(口座振替・納付書による納付)の方

6月～平成29年3月の年10回の納付となります。口座振替の1回目の引き落としは、6月30日(休)です。

▶特別徴収(年金から差し引いて納付)の方

平成27年度から引き続き、特別徴収の方は、2月の保険料と同額が仮徴収(4・6・8月)の納付額となります。

<特別徴収の対象となる世帯>

次のすべてに該当する世帯の方は、特別徴収の対象です。

- 世帯主が国民健康保険に加入している
- 世帯内の国民健康保険加入者全員が65～74歳
- 世帯主の特別徴収の対象となる年金の年額が18万円以上
- 国民健康保険料と介護保険料の合計額が、年金受給額の2分の1を超えない

◎年度の途中で75歳になる方

年度の途中で後期高齢者医療制度へ移行する方は、あらかじめ75歳の誕生日の前月分までの保険料を計算しています。

◎非自発的な理由で失業した方は国民健康保険料の軽減申請を

企業の人員整理や倒産による解雇等、非自発的な理由による失業で、国民健康保険に加入した方の保険料が、離職日の翌日の属する月からその翌年度末まで軽減されます。本人または世帯主が、雇用保険受給資格者証・保険証を持参して申請してください。

国民健康保険料のお支払いは口座振替が原則です

保険証、預(貯)金通帳、通帳で使用している印鑑を持って、金融機関、ゆうちょ銀行・郵便局、各区民事務所、区役所1階国保年金課で口座振替の手続きができます。

●キャッシュカードで登録手続きができます

区役所1階国保年金課では専用端末機に金融機関のキャッシュカードを通し、暗証番号を入力するだけで口座振替の手続きができます。届出印や通帳は必要無く、原則として、申込日の翌月から口座振替を開始します。
※申し込みができる金融機関については、お問い合わせください

申し込みに必要なもの

普通預金、通常貯金のキャッシュカード・国民健康保険証の証記号番号のわかるもの(保険証、保険料の通知書等)
※口座名義人本人の申し込みが必要

国民健康保険料・介護保険料の減額、免除

被保険者が、災害等により重大な損害や事業の休・廃止または失業、長期入院等で収入が著しく減少し、保険料を納められなくなった場合、申請があった月以降の保険料を一定期間、減額または免除する制度があります。ただし、通常の退職による収入減などは対象になりません。

申請・相談・問合せ

- ▷国民健康保険に関すること…国保年金課(区役所1階) ☎内線2375
- ▷口座振替に関すること……………国保年金課(区役所1階) ☎内線2386
- ▷介護保険に関すること……………介護保険課(区役所2階) ☎内線2441

情報公開・個人情報保護制度について～平成27年度の運用状況と制度のあらまし

情報公開制度とは

区民の皆さんが区の持っている情報の公開を求める権利を保障するとともに、明らかに情報公開できる情報は、請求手続によらず、区が情報提供に努めることを定めたものです。

Q1 情報公開の対象となる情報は？

A. 文書、図画、写真、フィルム、電磁的記録で、区の職員が組織的に用いるものとして、区が保有しているものです。

Q2 情報公開請求の手続きは？

A. 請求したい情報を持っている課の窓口へ「情報公開請求書」を提出してください。

Q3 情報公開が決定される期間は？

A. 原則として請求を受け付けた日から15日以内に公開の可否を決定し、書面で通知します。

Q4 情報公開の請求の費用は？

A. 区内在住・在勤等の方は無料、それ以外の方は1件当たり300円です。写しが必要な場合は、コピー料金がかかります。

平成27年度情報公開請求の処理状況

区分		計
請求件数		140件
請求者	区内在住者	32件
	区内法人等	1件
	区内在勤者	2件
	区内在学者	0件
	理由明示者	105件
決定の状況*	公開	47件
	非公開	83件
	全部	1件
	部分	3件
公開の方法	閲覧	0件
	閲覧及び写しの交付	2件
	写しの交付	128件
	視聴	0件
	不存在による非公開	3件
	存否応答拒否	0件

*未決定分は除いています

個人情報保護制度とは

区が収集する区民の皆さんの個人情報について取り扱いのルールを定め、自己の個人情報について開示・訂正等を求める権利を定めたものです。

Q1 保護・開示等の請求の対象となる個人情報とは？

A. 区が職務上作成・取得した文書、図画、写真、フィルム、電磁的記録に記録されている個人情報対象です。

Q2 開示等の請求窓口と手続きは？

A. 運転免許証等の本人確認ができるものを持参のうえ、自己の個人情報を持っている課や事業所の窓口へ「自己情報開示等請求書」を提出してください。

Q3 開示が決定される期間は？

A. 原則として開示請求を受け付けた日から15日以内に開示の可否を決定します。訂正・削除・目的外利用等の中止の請求については、30日以内に請求に応じられるかを決定し、書面で通知します。

Q4 開示請求の費用は？

A. 無料です。写しが必要な場合は、コピー料金がかかります。

Q5 個人情報保護制度が、適正かつ円滑に運営されるように、区に意見を述べる機関は？

A. 学識経験者等で構成される個人情報保護運営審議会があります。

平成27年度自己情報の開示等の請求処理状況

区分		計
請求件数		70件
決定の状況*	開示	30件
	非開示	28件
	全部	4件
	部分	2件
開示の状況	閲覧	0件
	閲覧及び写しの交付	0件
	写しの交付	58件
	視聴	0件
	不存在による非開示	4件

*未決定分は除いています

最近の区の個人情報の利用状況

◆個人情報業務登録の登録件数

区では、個人情報を取り扱う業務を登録しています。3月31日現在の個人情報業務登録の総件数は518件です。

◆個人情報の目的外利用・外部提供の件数

区が集めた個人情報は、区民サービスの向上等のため、本人が同意している場合や法令等で定められている場合等に限り、収集目的の範囲を超えて区の内部で目的外利用したり、区の外部に提供したりすることがあります。

平成27年度の目的外利用の総件数は222件、外部提供の総件数は685件でした。

平成27年度にコンピューター処理されている主な区の事務の区分と記録されている個人情報項目

区分	個人情報項目
住民記録に関すること	住民基本台帳に関する情報（住所、氏名、本籍、性別、世帯構成員番号、続柄、生年月日、前住所等） 印鑑登録に関する情報（印影、登録番号、印鑑の登録・変更年月日等）
税に関すること	都・区民税に係る事務（税額、所得の種類と額、納付状況、1月1日現在の住所、納付義務者等）
年金や保険等に関すること	国民健康保険・国民年金・介護保険・後期高齢者医療等に関する情報（被保険者の保険証番号、被保険者の年金番号、要介護度、資格取得・喪失事由、保険料、保険料の賦課情報等）
福祉サービスに関すること	生活保護に関する情報（保護の種類別、扶助費の額、世帯の収入状況、医療保護状況等） 在宅福祉に関する情報（介護種別、介護の程度、世帯状況、介護人情報等） 手当に関する情報（手当種別、認定年月日、支給区分、支給額、資格喪失事由等） 手帳等に関する情報（種別、等級、申請理由、障害名、障害原因等）
健康に関すること	検診等に関する情報（受診年月日、受診結果、検診種別、国保資格、治療経過等）

※その他、図書貸出し管理、就学援助、区立幼稚園保育料、私立幼稚園補助金、区功労者、福祉事務（支給・貸与品、医療助成、貸付、施設措置、障害者支援費制度）、選挙事務、中小企業融資あっせん、自転車等駐車場登録、電子申請システムによる申請・届出事務、防犯カメラ記録画像等に関する個人情報があります

情報提供コーナーをご利用ください

情報提供コーナーには、刊行物が収集されており、区政に関する調査等に利用できます。情報公開・個人情報保護制度や区政の資料に関して相談や案内を行う相談員を配置しています。

平成27年度情報提供コーナー利用状況

区分		計
情報提供コーナー利用者数		7444人
相談・内容	情報公開等に関するもの	11件
	情報提供に関するもの	317件
資料の提供をしたもの		718件
刊行物の貸し出し	件数	70件
	冊数	194冊
コピーサービス		3万3221枚
パソコンサービス		3人

問合せ 総務企画課 ☎内線2191

※情報提供コーナー（区役所2階）☎内線2216へ

平成28年度荒川区議会定例会・開会会議が終わりました

平成28年度荒川区議会定例会・開会会議は、5月30日の1日の会議期間で開かれました。

この開会会議では、平成28年度定例会の会期を334日間と決定しました。また、常任委員会・議会運営委員会・

特別委員会の委員の選任を行いました。

その後、議長・副議長選挙が行われ、議長に並木一元議員を、副議長に中村尚郎議員を選出しました。

その他、区長提出の議案1件について、同意しました。

同意した議案

▶ 荒川区監査委員の選任同意について

平成28年度荒川区議会定例会・6月会議が開かれます

平成28年度荒川区議会定例会・6月会議は6月21日(火)～7月6日(水)までの会議期間で開かれる予定です。この6月会議では、区政全般にわたり、議員から区長等に対して質問をするほか、条例等の議案を審議する予定です。

※本会議・委員会は傍聴できます。車いすを利用する方の傍聴席もあります
※本会議の開始時間は、午前10時からです

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・ファクス等の記入事項

- 往復はがきは、返信面に住所・氏名を記入
 - 特に指定がない限り、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

尾久区民事務所の証明書自動交付機が休止

☎6月19日(日) 時午前8時30分～正午 内施設工事
☎戸籍住民課☎内線2353

特別区民税・都民税第1期分の納期限は6月30日(木)

金融機関、ゆうちょ銀行・郵便局、コンビニエンスストア、区役所2階税務課、各区民事務所等で納めてください。口座振替を利用している方は、納期限日に振り替えます。残高をご確認ください。※納期限を過ぎると延滞金が加算される場合があります
☎税務課☎内線2332

子育て・教育

児童扶養手当一部支給停止適用除外届の提出を

児童扶養手当の受給者で、一定の要件に該当する方は、支給開始から5年経過時とその後毎年1回「児童扶養手当一部支給停止適用除外届」を提出する必要があります。該当者には6月下旬に必要書類を郵送しますので、返送または8月に郵送する現況届と一緒に提出してください。
☎子育て支援課(区役所2階)☎内線3816

子育てセミナー「子どもの反乱をどうするの」

☎6月26日(日) 時午後1時30分～3時 所子ども家庭支援センター
☎子育て中の方 人20人(申込順) ※託児あり 締6月25日(土)
☎一般社団法人倫理研究所家庭倫理の会荒川区・青木☎(3893)7721

子ども・子育て会議

☎6月28日(火) 時午後1時30分～3時30分 所サンパール荒川4階第2・3集会室 ※傍聴希望者は、午後1時30分までに会場へ(定員20人(当日の先着順))
☎子育て支援課☎内線3812

親子ふれあい入浴

区役所2階子育て支援課等で配布する入浴券(荒川区ホームページからもダウンロード可)を各銭湯に持参すると、無料で入浴できます。
☎6月18日(土)(以降11月までの第3(土) 所区内の銭湯のうち25浴場
☎区内在住の小学生以下のお子さんとその保護者(子どものみ、大人のみの利用はできません)
☎子育て支援課☎内線3811

東京大学で先端研究者から科学を学ぼう

☎7月2日(日) 時午前10時～正午 所東京大学本郷キャンパス(文京区本郷7-3-1) ☎中学生とその保護者 人150人(申込順)
☎東京大学大学院理学系研究科教授・櫻井博儀氏
☎東京商工会議所荒川支部☎(3803)0538

家庭教育講演会「Happy子育て講座」

☎7月16日(土) 時午後2時～4時 所サンパール荒川4階第2・3集会室 人100人(申込順) ☎はがき・電話で、4面上段を参照し①～④の記入事項と⑤人数を、〒116-0012荒川区東尾久1-5-24荒川明るい社会づくりの会・市川へ☎090(1843)6908

明るい選挙ポスターコンクール作品を募集

☎区内在住・在学の小・中学生、高校生 内投票参加を求めるもの、明るい選挙を表現するもの等で自作のもの、1人1点(画材は自由) ※応募作品は返却しません
☎大きさ画用紙で、四ツ切(542mm×382mm) ※ハツ切(382mm×271mm)でも受け付けます
☎審査小学生・中学生・高校生の各部門別に入賞作品を決定
☎結果発表11月 賞賞状・記念品 ※入賞作品は選挙の啓発活動に使用し、入賞者の学校名・学年・氏名を公表します 締9月5日(月) ☎持参で、作品の裏面右下に、「荒川区」と、学校名・学年・氏名(ふりがな)を記入し、選挙管理委員会事務局(区役所6階)へ☎内線3413 ※学校を通じて応募する場合は、学校の指示に従ってください

七夕星空観察会

☎7月7日(休) 時午後7時～8時 所あらかわエコセンター ☎区内在住・在学の中学生以下とその保護者 人10組(申込順) 内星座早見盤の作成、天体望遠鏡で星空の観察(曇り・雨天時は、天体講座) 締7月1日(金) ☎環境課☎内線482

学習塾費用等を貸し付け

中学3年生、高校3年生等のお子さんがある一定所得以下の世帯へ、学習塾の費用等を無利子で貸し付けます。高校・大学等へ入学した場合は返済が免除されます(貸し付けには条件あり)。
◆学習塾等受講料貸付金
☎中学3年生、高校3年生
☎貸付限度額20万円
◆受験料貸付金
▶高校受験料 ☎中学3年生
☎貸付限度額2万7400円
▶大学受験料 ☎高校3年生
☎貸付限度額8万円

締平成29年1月下旬
☎荒川区社会福祉協議会☎(5615)3440

高齢者

荒川老人福祉センターの講座

◆おりがみ講習会
☎7月15日(金) 時午前10時～11時30分 人20人(抽選) 内折り紙で花火の制作 料200円
◆ぬり絵で簡単はがき絵講座
☎7月15日・29日、8月12日・26日、9月2日・30日の(全6回) 時午後1時～2時30分 人15人(抽選) ☎イラストレーター・城谷俊也氏 持透明水彩絵の具(12色)、丸筆(大・中・小)、水入れ、パレット、ティッシュ
☎区内在住で、60歳以上の方 締6月17日(金)必着 所・☎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

仕事・人材募集

介護保険課専門嘱託員(非常勤職員)を募集

☎勤務期間7月1日(金)～平成29年3月31日(金) ※勤務成績が良好な場合は更新あり ☎勤務時間午前8時30分～午後5時15分 ☎勤務日数月16日
☎7月1日の時点で、介護支援専門員の資格を有する方 人2人(選考)
☎認定調査等を含む介護保険事務 報酬(月額)18万6900円 所・☎介護保険課(区役所2階)☎内線2431

夏休み期間等の学童クラブ臨時職員の登録を募集

☎勤務時間・報酬(日額)午前8時15分～午後6時15分のうち▶7時間45分…7910円 ▶5時間…5100円 ※交通費の支給はありません
所区内の学童クラブ ☎保育士登録者等、資格を有する方 ☎児童の遊びや生活の指導等 選考方法欠員状況に応じ面接 ☎履歴書を持参・郵送で、〒116-8501(住所不要)荒川区役所2階児童青少年課へ☎内線3832

保護者向けセミナー

☎6月26日(日) 時午後2時～4時 所ムーブ町屋4階ミニギャラリー
☎長期間仕事に就いていない40歳以下のお子さんのいる保護者等 人10人(申込順) 内若者がひきこもりになる家族間の依存構造に必要な支援 ☎NPO法人青少年自立援助センター・河野久忠氏 締6月24日(金) ☎わかもの就労サポートデスク☎(3800)6188

障がいのある方

点字教室

☎6月24日、7月8日・22日の(全3回) 時午後2時～4時
☎区内在住・在勤・在学の方 人20人(抽選) 料1200円
締6月16日(木) 所・☎電話・ファクス・電子メール・来所で、4面上段を参照し①～④の記入事項と⑤年齢⑥障がいの有無を、アクロスあらかわへ☎(3803)6221 FAX(3803)6222 ☎across@arakawa-shakyo.or.jp

住まいとまちづくりの総合相談窓口(無料)

予約・相談・問合せ 防災街づくり推進課(区役所北庁舎2階)☎内線2825

住まいの建て替え、耐震化や増改修、マンション維持管理の方法等の疑問や悩み、建築紛争の相談に応じます(電話でも相談できます)。

日時(月)～(金)、午前8時30分～午後5時15分(祝等を除く)

- ▶まちづくりサポーター派遣…住宅等の建て替え、増改修工事について、現地での相談が必要な場合、区内の専門業者を派遣します
- ▶コンサルタント派遣…マンション管理(維持管理、大規模修繕、管理組合の運営方法等)について、コンサルタント(マンション管理士等)を派遣します
- ▶不接道敷地での建て替え相談「近隣まちづくり推進制度」…敷地が道路に接していないために個人では建て替えられない建物でも、近隣と協力して建て替え計画を作成することで、建て替えができるようになる制度です

専門相談

住まいの建て替えや増改修、耐震診断・耐震補強工事およびこれに伴う税金の相談等、建築士や税理士が相談に応じます。予約のうえ、お越しください。

開催日 7月5日、9月6日、11月1日、平成29年1月10日、3月7日(火)
時間 午後1時～4時
場所 防災街づくり推進課会議室(区役所北庁舎2階)

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 費用 申 申込方法(申込先) 締 締め切り 問 問い合わせ先 電 電子メールアドレス

HP ホームページアドレス

「さくら鑑賞会」・「さくら投句会」入選作品発表

[問合せ]文化交流推進課 ☎内線2522

3月25日・26日に水再生センターで実施した「さくら鑑賞会」では計129句の投句がありました。また、4月2日のシダレザクラ祭りでも実施した「さくら投句会」では計166句の投句がありました。それぞれ、俳人・対馬康子氏に6句を選定していただきました。

さくら鑑賞会

特選

百歳や

桜の命

いだだきて

(荒川区・寺田千賀子さん)

選評

隆々と枝を伸ばし、長い年月そこで暮らす人々を見守り続けている桜。桜の古木に自らの命を重ね、また桜の向こうに戦時を思い出しながら、しみじみと来し方を振り返っています。作者の真摯な生き方が伝わります。

さくら投句会

特選

枝垂れ桜

家族がみんな

中にいる

(練馬区・鈴木しおりさん)

選評

ピンクの大きな傘のように枝垂れた桜が、家族の笑顔をやさしく包んでいきます。お弁当を囲み花の下に楽しむお花見。「みんな中にいる」という短い言葉で、春の幸せなひと時が見事に切り取られています。

入選

タランチュラ

桜にいたら

こわいかな

(荒川区・うめようせいさん)

入選

また一人

異動の朝や

花曇り

(荒川区・一色由美子さん)

白い雲

揺れる桜と

ダンスする

(荒川区・木谷幸枝さん)

はい一歩

背中を押すのは

桜かな

(渋谷区・菊池良子さん)

花の雲

揺さぶり走る

都電かな

(江戸川区・心月さん)

オルゴールを

きりきりと巻く

桜冷え

(練馬区・鈴木しおりさん)

あんこパン

まだまだたべる

まだつばみ

(荒川区・関根碧土さん)

空に触れ

溶け出しそうな

桜かな

(練馬区・鈴木しおりさん)

浮雲の

流れも早き

花の冷

(千葉県・六秀さん)

花見坂

鬼もまぎれて

歌う宴

(荒川区・山田麻理さん)

あらかわ遊園スポーツハウス 夏期水泳教室

費用 ▶大人…3600円 ▶子ども…3090円
※マスターズエキストラコースは7200円

6月19日(日)までに1階総合受付で
■受け付け時間
▶月～金…午前9時～午後2時、午後7時～8時30分
▶土…午前10時～正午、午後6時～8時30分
▶日…午前9時～午後8時30分
※子ども教室は、6月26日(日)午後1時から1階会議室で公開抽選を行います
※定員に満たない教室は、7月11日(月)から受け付け

申込方法 あらかわ遊園スポーツハウス ☎(3800)7333

コース名	期間	時間	対象	定員	内容
レディース	7月5日～26日(火) 7月7日～28日(木)	午前11時～正午	15歳以上の女性 (中学生は不可)	各40人	
成人B	7月6日～27日(水) 7月1日～22日(金)	午後1時～2時 午後1時45分～2時45分	15歳以上の方 (中学生は不可)	各25人	水慣れ～個人メドレー (泳力別に分かれて練習)
成人C	7月5日～26日(火) 7月6日～27日(水)	午後7時30分～8時30分		25人 40人	
ウォーキング&アクアサイズ	7月5日～26日(火) 7月1日～22日(金)	午後1時～2時 午前11時～正午		各30人	水中ウォーキング・音楽に合わせてながら簡単な水中運動
マスターズ	7月7日～28日(木) 7月2日～23日(土)	午後8時～9時 午後7時～9時		各25人	中・上級者向けの泳力アップ
マスターズエキストラ	7月2日～23日(土)	午後7時～9時			
幼児水泳教室(A1)	7月25日(月)～29日(金)	午後3時～4時	3歳～未就学児	35人	水慣れからクロール
学童水泳教室(B1)		午後4時～5時	小・中学生	40人	水慣れからバタフライ
学童水泳教室(D1)		午後5時～6時		45人	バタ足から個人メドレー
幼児水泳教室(A2)	8月1日(月)～5日(金)	午後1時～2時	3歳～未就学児	各35人	水慣れからクロール
学童水泳教室(B2)		午後3時～4時	小・中学生	40人	水慣れからバタフライ
学童水泳教室(D2)		午後4時～5時 午後5時～6時		45人	息継ぎなしクロールから個人メドレー
幼児水泳教室(A4)	8月8日(月)～12日(金)	午後1時～2時	3歳～未就学児	各35人	水慣れからクロール
学童水泳教室(B3)		午後3時～4時	小・中学生	40人	水慣れからバタフライ
学童水泳教室(D3)		午後4時～5時 午後5時～6時		45人	息継ぎなしクロールから個人メドレー

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

夏季短期子どもスポーツ教室 期間 7月19日(火)～8月26日(金)

申込方法 費用を持参し、6月25日(土)に、①～⑫は午前10時～10時30分、⑬～⑳は午前11時～11時30分に1階コミュニティホールで
※定員を超えた場合は抽選

教室名	期間	時間	対象	定員	参加費
①サッカーA	7月19日(火)～22日(金)	午前10時～11時30分	6歳～小学生	20人	3720円
②幼児トランポリンA		午後1時～2時	4歳～未就学児	25人	2480円
③トランポリンA		午後2時～3時	6歳～小学生	各30人	
④逆上がりA	7月25日(月)～29日(金)	午後3時15分～4時15分	5歳～小学生	各20人	4650円
⑤なわとび・かけっこA		午前10時～11時30分	4歳～未就学児	25人	3100円
⑥はじめて教室		午後1時～2時	6歳～小学生	30人	
⑦幼児体操A	7月25日(月)～29日(金)	午後2時～3時	4歳～未就学児	25人	3100円
⑧体操A		午後3時15分～4時15分	6歳～小学生	30人	

教室名	期間	時間	対象	定員	参加費
⑨サッカーB	8月1日(月)～5日(金)	午前10時～11時30分	6歳～小学生	20人	4650円
⑩幼児トランポリンB		午後1時～2時	4歳～未就学児	25人	3100円
⑪トランポリンB		午後2時～3時 午後3時15分～4時15分	6歳～小学生	各30人	
⑫側転・倒立	8月15日(月)～19日(金)	午後3時15分～4時15分	5歳～小学生	各20人	4650円
⑬なわとび・かけっこB		午前10時～11時30分	小学生	25人	3100円
⑭キッズクラブ		午後1時～2時	4歳～未就学児	30人	
⑮幼児体操B	8月22日(月)～26日(金)	午後2時～3時	6歳～小学生	20人	4650円
⑯体操B		午後3時15分～4時15分	4歳～未就学児	25人	3100円
⑰サッカーC	8月22日(月)～26日(金)	午前10時～11時30分	4歳～未就学児	25人	
⑱幼児トランポリンC		午後1時～2時	6歳～小学生	各30人	
⑲トランポリンC		午後2時～3時 午後3時15分～4時15分	5歳～小学生		
⑳逆上がりB					

※学年・年齢は、平成28年8月31日時点

広告 広告内容の問い合わせは事業所へ

金・プラチナ・ダイヤ・ヴィトンなどの質と買取

ご購入でお困りの際は金・プラチナ・ダイヤ・ヴィトン
ロレックス・オメガ・シャネルのバックなどで
3ヵ月を期限にお金が借りられます。
借りたお金と利息を支払えば品物はお手元に戻ります。
利息を支払うことで、期限の延長もできます。

金・プラチナ・ダイヤ・ヴィトン・
商品券 などもお売り下さい。

※和服や毛皮などの衣類、ライター、銀(シルバー)、パールネックレス、電化製品などはお断りしております。

荒川区 南千住の **質屋ながさわ** 都電荒川線「三ノ輪橋駅」左折 徒歩2分 **日曜定休**
荒川区南千住1-32-1 ☎03-3891-1608 **ながさわ 質屋** 検索

平成28年熊本地震により熊本県内の住民票のある市町村から避難している方へ

避難者の避難先の情報を把握するため、住民票のある避難元市町村に連絡してください。

避難元市町村の連絡窓口は、総務省のホームページ (http://www.soumu.go.jp/menu_kyotsuu/important/104296.html) をご覧ください。

問合せ 戸籍住民課 ☎内線2353

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

平日準夜間小児初期救急医療センター

診療時間 (月)~(金)、午後7時~午後10時 ※(祝)・(日)等を除く
※受け付けは、午後6時30分~午後9時30分

診療時間が過ぎた平日の準夜間に、小児を対象とした応急診療を行っています。

場所 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)
問合せ 生活衛生課 ☎内線421

※受診の際には、必ず健康保険証、乳幼児・子ども医療証を持参してください

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、婦=婦人科、整=整形外科)

期日	昼夜	科目	医療機関名	所在地	電話
6月11日(出)	○	内	かどた内科クリニック	南千住4-7-1	(5604)1517
	○	内	サン内科循環器クリニック	荒川4-1-1	(5604)9271
	○	内・小	小島医院	西日暮里6-57-2	(3893)8569
6月12日(日)	○	内・小	吉野内科・小児科医院	南千住5-7-1	(3807)0605
	○	整	田中整形外科	荒川7-7-18	(5850)8341
	○	内・小	武田内科小児科クリニック	町屋8-7-2	(3892)5324
	○	内	ういずクリニック西尾久	西尾久3-15-1	(5692)5850
	○	婦・内	白十字診療所	西日暮里2-19-10	(3802)3911

期日	昼夜	科目	医療機関名	所在地	電話
6月18日(出)	○	内・小	磯病院	南千住1-56-10	(3807)8171
	○	整	田中整形外科	荒川7-7-18	(5850)8341
	○	内	日暮里上宮病院	東日暮里2-29-8	(3891)5291
6月19日(日)	○	内	かどた内科クリニック	南千住4-7-1	(5604)1517
	○	外	荒川外科肛門科医院	荒川4-2-7	(3806)8213
	○	内・小	大泉クリニック	荒川6-41-4	(3895)7231
	○	内・小	熊野前医院	東尾久3-19-8	(3819)2535
	○	内	東京女子医科大学東医療センター日暮里クリニック	西日暮里2-20-1	(3805)7771

【歯科】 午前9時~午後4時 (電話受け付け)

期日	医療機関名	所在地	電話
6月12日(日)	白鳥矯正歯科医院	南千住5-37-11	(3801)5581
6月19日(日)	横井歯科医院	西尾久5-23-8	(3810)3640

【眼科】 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

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

鶏肉の生食による食中毒が多発しています

生肉には、食中毒の原因となる細菌がついています。細菌は、鶏の腸管内にもともといるもので、食肉処理の過程で肉の表面に付着します。新鮮な肉でも、生で食べれば食中毒の危険があるので、必ず加熱してから食べましょう。

食中毒の特徴

主な原因菌となるカンピロバクターは、他の食中毒細菌と比べて潜伏期間が2~7日と、長いのが特徴です。

主な症状 下痢・腹痛・発熱を発症し、まれに手足の麻痺、呼吸困難等を起こすگران・バレー症候群を発症します。

予防のポイント

- 生肉は食べない
鶏肉には生食用の基準がないため、国の基準に基づく生食用の鶏肉は流通していません。
- 肉は中心部まで十分に火を通す
中心部の色が、ピンクから白に変わるまでしっかりと加熱しましょう(中心温度が75℃、1分以上が目安)
- 生肉から他の食品(野菜、果物等)への汚染を防ぐ
▶冷蔵庫で肉を保管する時は、肉汁がもれないよう袋に入れる
▶生で食べるサラダ等は、肉より先に調理する
▶生肉の調理に使用した調理器具は洗浄・熱湯で消毒し、よく乾燥させる
▶生肉を調理した後は、手をせっけんで十分に洗ってから他の食品に触れる



相談・問合せ 生活衛生課 (区役所北庁舎1階) ☎内線428

統合失調症という病気を知っていますか

統合失調症は、およそ100人に1人の割合でかかると言われており、発症年齢は、15~40歳が多くなっています。

主な症状

- ▶初期症状…不眠やイライラ、はっきりとしない不安、強い焦り、さまざまなことに敏感になる等の不調を訴えます。
- ▶次第に現れる症状…妄想や幻聴、独り言等が現れます。

治療方法

医療機関での薬物療法が基本です。早期に治療するほど回復も早く、療養とリハビリにより、普通に生活することができるようになります。入院治療が必要な場合もありますが、通院治療が主流となっています。

家族の役割

本人が受診を拒否しているときは、家族で医療機関に相談し、どんな病気なのか、どんな治療が適しているかをきちんと理解しましょう。病気の回復・症状の安定のためには、家族の関わり方がとても重要です。

一人で悩まず、相談を

こころの病気かもしれないと悩んだ時は区の「こころの健康相談」をご利用ください。区では、精神科医による個別相談(予約制・無料)のほか、保健師による相談を随時受け付けています。



相談・問合せ 健康推進課 (がん予防・健康づくりセンター2階) ☎内線432

マイナンバーカードについてのお知らせ

マイナンバーカードの交付時期について

現在、2万枚を超える申請をいただいていることや、マイナンバーカードを管理する全国システムのトラブル等により、マイナンバーカードの交付には、申請から5か月~6か月の期間を要する状況です。

予約の時に必要となる交付通知書は、交付の準備が整った方に順次発送しています。6月11日現在、平成27年12月中旬に申請した方の分を発送しています。

※交付時期の目安は、荒川区ホームページに掲載しています。通知発送数を増やす等、改善に努めています。ご理解とご協力をお願いします

問合せ

荒川区マイナンバーコールセンター
☎0120(01)1712
※午前8時30分~午後8時



地域見守り活動に関する協定を締結

区は、高齢者や児童を見守り、地域の安全安心を高めるため、日常業務で地域を巡回する機会の多い民間事業者と地域見守り活動に関する協定を5月31日に締結しました。



今後とも区民が安心して暮らしていける地域社会づくりを目指していきます。

問合せ▶高齢者福祉課 ☎内線2661 ▶生活安全課 ☎内線494

協定締結先(順不同)

1 荒川区新聞販売同業組合	7 東京ほくと医療生活協同組合
2 株式会社セブン-イレブン・ジャパン	8 東京ふれあい医療生活協同組合
3 生活協同組合コープみらい	9 東京電力パワーグリッド株式会社上野支社
4 生活協同組合パルシステム東京	10 布亀株式会社
5 東都生活協同組合	11 ヤマト運輸株式会社北東京主管支店
6 北東京生活クラブ生活協同組合	

日(期) 時間 所(場) 場(所) 対(対) 対(象) 人(定) 定(員) 内(容) 講(講) 講(師) 持(持) 持(ち) 物 費(費) 用 申(申) 申(込) 申(込) 方(方) 法 法 申(申) 込(込) 先(先) 締(締) 締(め) 切(切) り 問(問) 問(い) 問(い) 合(合) 合(せ) 先(先) 電(電) 電(子) 電(子) メ(メ) イ(イ) ル(ル) ア(ア) ド(ド) レ(レ) ス ス HP HP ホ(ホ) ム(ム) ペ(ペ) ー(ー) ジ(ジ) ア(ア) ド(ド) レ(レ) ス

夏の催し

さまざまな体験をしてみよう



自然まるかじり体験塾

交流都市・千葉県鴨川市の農家にホームステイし、農家の生活や漁業の体験をしてみませんか。

期 間 8月17日(水)～19日(金)
(2泊3日)

対 象 区内在住・在学の小学4年生～中学3年生、40人(抽選)
※初めて参加する方を優先し、7月22日(金)と8月8日(月)の事前説明会に参加できること

費 用 1万2000円

申込方法 はがきに参加者の住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢・電話番号・学校名・学年・保護者の氏名・昼間の連絡先と過去の参加の有無を明記し、郵送で

締 切 り 6月24日(金)必着

主 催 荒川区青少年育成地区委員会連絡協議会

申込み・問合せ 〒116-8501(住所不要)荒川区役所2階児童青少年課内「自然まるかじり体験塾」事務局 ☎内線3833



▲農業体験の様子



▲漁船体験の様子

夏休み!子ども文化探検隊

対 象 小学生(小学3年生以下は、会場まで保護者同伴で)

費 用 各500円

申込方法 往復はがきに、希望するプログラム名と住所・氏名(ふりがな)・性別・学年・保護者氏名・電話番号を記入し郵送で

締 切 り 7月8日(金)必着

申込み・問合せ 〒116-0002荒川区荒川7-20-1町屋文化センター内ACC「夏休み子ども文化探検隊」担当 ☎(3802)7111



期 日	時 間	内 容	会 場	定員(抽選)
7月27日(水)	午前9時～11時	三味線	三味線かとう(東尾久6-26-4)	20人
	▶小学1～3年生 ①午後1時～2時 ②午後2時30分～3時30分 ※時間指定不可 ▶小学4～6年生 午後4時～5時	クラシックギター	町屋文化センターふれあい広場	各15人
7月28日(木)	▶小学1～3年生 午前9時30分～10時15分 ▶小学4～6年生 午前10時30分～11時30分	こ 箏	町屋文化センターふれあい広場	各15人
	午後1時30分～3時30分	絵手紙		
7月29日(金)	▶小学1～2年生 午前9時30分～10時30分 ▶小学3～6年生 午前10時45分～11時45分	ヒップホップダンス	町屋文化センター多目的ホール	各30人
	▶小学1～3年生 ①午後1時30分～2時15分 ②午後2時30分～3時15分 ※時間指定不可 ▶小学4～6年生 午後3時30分～4時15分	茶道	荒川山吹ふれあい館	各15人

サマーボランティアスクール

高齢者・障がい者・児童施設での作業・レクリエーション活動等の手伝い、ボランティアグループでの活動等のメニューから選んで参加できます。

期 間 7月21日(水)～8月31日(水)

対 象 ▶小学生…100人 ▶中学生以上…200人

費 用 300円(保険料) ※説明会の時に持参



必ず説明会に参加し、活動メニューを選んでください

日 時 ▶小 学 生…①7月2日(出)午後2時から
②7月3日(日)午前10時30分から
※小学生は保護者同伴で
▶中 学 生 以 上…①7月2日(出)午前10時30分から
②7月3日(日)午後1時30分から

会 場 アクロスあらかわ

申込方法 「サマーボランティアスクール」と住所・氏名(ふりがな)・電話番号・説明会の参加日時・学校名・学年または年齢を明記し、はがき・ファクス・電子メールで
※活動メニュー集は、ホームページをご覧ください

締 切 り 6月27日(月)必着

申込み問合せ 〒116-0003荒川区南千住1-13-20荒川区社会福祉協議会内荒川ボランティアセンター「サマーボランティアスクール2016」係
☎(3802)3338 FAX(3802)3831
✉vorasen@arakawa-shakyo.or.jp
HPhttp://www.arakawa-shakyo.or.jp/

あらかわ遊園の催し

申込み 問合せ 〒116-0011荒川区西尾久6-35-11 あらかわ遊園 ☎(3893)6003 ※入園料は別途かかります

◆夏の親子陶芸教室

期 日 ▶前半の部(午前・午後クラス)
7月10日(日)…作陶
7月18日(祝)…絵付け・釉薬掛け
7月30日(出)…完成・引き渡し
▶後半の部(午前・午後クラス)
7月31日(日)…作陶 8月7日(日)…絵付け・釉薬掛け
8月27日(出)…完成・引き渡し

時 間 午前クラス…午前10時～正午 午後クラス…午後2時～4時
※各クラスの最終日の完成・引き渡しは午前11時～午後1時

場 所 ふれあいハウス2階 **定 員** 各クラス、親子8組16人(抽選)

持ち物 汚れてもいいタオルとエプロン

費 用 1組400円 **締 切 り** 6月20日(月)必着

申込方法 往復はがきに、「陶芸教室担当」と住所・親子の氏名(ふりがな)・学年・電話番号・希望する期日と時間を記入して、郵送で



◆夏休みアニマル教室(世話や観察等)

期 日 ▶第1回…7月27日(水)～29日(金)
▶第2回…8月3日(水)～5日(金)
▶第3回…8月8日(月)～10日(水)

※各回とも内容は同じ

時 間 午前8時30分～11時30分
※各回とも、3日目は午後3時まで

対 象 3日間とも参加できる、小学3～6年生

定 員 各回24人(抽選) ※平成27年度に参加した方を除く

持ち物 長靴、水筒、筆記用具、帽子、汗拭きタオル、着替え用の衣服、昼食(3日目のみ)

費 用 90円 **締 切 り** 6月20日(月)必着

申込方法 往復はがきに、「夏休みアニマル教室」と住所・氏名(ふりがな)・性別・学校名・学年・電話番号・希望する回(返信面に住所・氏名)を記入し、郵送で(申込みは1人1枚で重複の申し込みは無効) ※抽選結果は7月6日(水)までにお知らせします

