

●区主催事業については、台東区新型コロナウイルス感染症拡大防止ガイドラインに沿って、実施しています。

●掲載のイベント等については、新型コロナウイルス感染症の影響により中止となる場合があります。

●区有施設等の利用時には、咳エチケットの徹底やマスクの着用等、ご協力をお願いします。

## 催しものなど

### 新しい日常取組マネージャー講習会

日時2月18日(休)午後2時～4時 場所台東保健所 対象新しい日常取組店舗の経営者または店舗内の責任者 定員40人(先着順) 申込み・問合せ産業振興課 TEL (5246) 1152 (区HPから申込可)

### したまち伝統工芸体験教室「アマビエの木目込人形を作ろう！」

日時2月20日(出)午前10時～午後3時 場所上野区民館 対象18歳以上の方 定員10人(抽選) 講師石崎真菜政氏(木目込人形工房一葉堂) 費用2,500円(材料費) 申込み方法往復はがき(1人1枚)に教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて下記問合せ先へ※複数名の記入、往復はがきでないものは無効 申込締切日2月5日(金) 問合せ〒110-0007 台東区上野公園2-1 下町風俗資料館 TEL (3823) 7451

### 環境ふれあい館ひまわり環境学習室および環境情報室から

環境情報室では、環境に関するDVDの視聴やぬりえができます。詳しくは、下記問合せ先へ 問合せ環境ふれあい館ひまわり環境学習室 TEL (3866) 2011

### リサイクル

●フリーマーケット出店者募集 日時①2月14日(日)午前10時～午後3時 ②21日(日)午前9時～午後4時 ③28日(日)午前8時～午後4時 場所花川戸公園※車での来場不可、天候により中止の場合あり 出店数(予定)①20店 ②40店 ③15店

出店料①2,000円 ②2,000円※区民は会HPから予約で1,500円 ③1,500円 申込み・問合せ(土・日曜日・祝日を除く) ①タイムマシーンカンパニー(午前10時～午後5時) TEL 050 (3616) 3300 ②リサイクル推進友の会(午前10時～午後4時) ※会HPから当日会場で申込み TEL (3412) 6857 ③里彩くるカエル倶楽部(午前8時～午後4時) TEL 090 (3068) 3534 問合せ台東区清掃リサイクル課 TEL (5246) 1291

●リサイクル活動室出前講座「毛糸編みでボランティア体験」 日時2月27日(出)午後2時～4時 場所雷門区民館 定員10人(先着順) 申込み・問合せ環境ふれあい館ひまわり TEL (3866) 8050

●リサイクル情報交換コーナー 環境ふれあい館ひまわりの3階リサイクル情報交換コーナーでは、家具・電化製品などの「ゆずります」「ゆずってください」の情報をパネルに掲示しています。ご利用ください。ゆずります オイルヒーター、ひな壇飾り、脚立、シルバーカー、子供用自転車、ベビーカー、チャイルドシート、足踏み昇降機、漫画本、ノンフライヤー ゆずってください 硬式テニス用ラケット、ソファ、机 ※上記の情報は1月4日現在の内容です。 問合せ環境ふれあい館ひまわりリサイクルショップ TEL (3866) 8361

### 工作教室「紙で簡単に作れるトリックカード」

日時2月28日(日)午後1時30分～3時30分 場所生涯学習センター 対象区内在住かが在学の満5歳～小学4年生 定員11人(抽選) ※参加者1人につき付き添い1人まで 費用300円(材料費・保険料) 申込締切日2月12日(金) 申込み・問合せ生涯学習課(土・日曜日・祝日を除く)午前9時～午後5時) TEL (5246) 5815

### 中央図書館 読み書き編集ワークショップ

日時2月20日(出)午後2時～4時 場所生涯学習センター 定員20人(先着順) 対象区内在住かが在学中・高校生 申込み方法電話か直接下記問合せ先へ※申込みは本人に限る 申込開始2月上旬※詳しくは、区HPをご確認ください。 問合せ中央図書館 TEL (5246) 5911

### スマホでも受講できます！ オンライン家庭介護基礎講習

期間2月8日(月)～3月31日(水) 内容①ケアマネジャーが伝える介護保険の使い方 ②作業療法士が教える家庭介護のテクニック ③感染管理認定看護師から学ぶ家庭の感染予防 講師①鈴木誠一氏 ②澤潟昌樹氏 ③飯塚智彦氏 申込締切日3月20日(祝) 申込み・問合せ台東区社会福祉事業団 TEL (5603) 2228

## 講座・相談会など

### グリーンケア「喪失からのスタート」かなしみと共に生きる

日時2月20日(出)午前10時～正午 定員20人(先着順) ※託児あり(1歳以上の未就学児・要申込) 講師本郷由美子氏(グリーンパートナー歩み代表) 申込み方法電話か直接下記問合せ先へ 申込開始日1月21日(木) 託児の申込締切日2月13日(出) 場所・問合せ男女平等推進プラザ(生涯学習センター4階) TEL (5246) 5816

### “ゆとり時間を手に入れる” 時短家事セミナー

日時2月23日(祝)午前10時～正午 定員20人(先着順) ※託児あり(1歳以上の未就学児・要申込) 講師本間朝子氏(知的家事プロデューサー) 申込み方法電話か直接下記問合せ先へ 託児の申込締切日2月16日(火) 申込開始日1月23日(出) 場所・問合せ男女平等推進プラザ(生涯学習センター4階) TEL (5246) 5816

### アニメのヒーロー、ヒロイン像から見る男女共同参画

日米のアニメ・マンガのヒーロー、ヒロイン像を通じてセクシュアリティ、ジェンダー・アイデンティティ、心の問題等を考えるセミナーです。 日時2月27日(出)午後2時～4時 定員20人(先着順) ※託児あり(1歳以上の未就学児・要申込) 講師須川亜紀子氏(横浜国立大学大学院都市イノベーション研究院教授) 申込み方法電話か直接下記問合せ先へ 託児の申込締切日2月20日(出) 申込開始日1月23日(出) 場所・問合せ男女平等推進プラザ(生涯学習センター4階) TEL (5246) 5816

### ひきこもりに関する ①④個別相談会 ②⑤茶話会 ③講演会

日程①②2月8日(月) ③④⑤3月6日(出) 時間①午前10時～正午、午後1時～4時 ②午前10時～11時30分 ③10時30分～正午 ④午後1時～5時 ⑤1時～2時30分 場所①②生涯学習センター ③④⑤区役所10階会議室 定員(先着順)①8組(1組55分程度) ②⑤10人 ③30人 ④6組(1組55分程度) ※①②④⑤区内在住の方優先 講師①②④⑤臨床心理士 ③大橋史信氏(ひきこもりピアサポーター) 申込み方法電話か区HPから申込み 申込締切日①②2月1日(月) ③④⑤24日(水) 問合せ子育て・若者支援課 TEL (5246) 1341

### 「気持ちを軽くする」心の健康セミナー～上手なストレスコントロール術～

日時2月26日(金)午後6時30分～8時 対象区内在住かが在勤の方 定員15人(抽選) 講師宮島賢也氏(YSCこころのクリニック院長) 費用1,000円(勤労者サービスセンター会員・会員家族は500円) 申込み方法はがき(1人1枚)に講座名・住所・氏名・年齢、会員の方は会員番号・事業所名・電話番号を書いて下記問合せ先へ(勤労者サービスセンターHPから申込可) 申込締切日1月29日(金)(必着) 場所・問合せ〒111-0056 台東区小島2-9-18 台東区産業振興事業団勤労者サービスセンター TEL (5829) 4123

### 区内で活動する方々のための専門相談

日程2月8日(月)(法律)、10日(水)(労務)、19日(金)(会計・税務) 時間午後2時～4時 対象区内で活動している非営利活動団体 定員各2組(先着順) 申込み方法希望日・団体名・参加者全員の氏名・電話番号を電話かファックスまたはメールで下記問合せ先へ 申込締切日各開催日の1週間前 場所・問合せ台東区社会福祉協議会 TEL (5828) 7012 FAX (3847) 0190 Eメールtaito-vc@jcom.home.ne.jp

### マンションのトラブル・管理・修繕についての無料よろず相談室(予約制)

日時2月20日(出)午後1時30分～4時15分 場所区役所10階会議室 対象区内のマンション所有者 定員6組(先着順) 相談員弁護士か一級建築士 申込締切日2月17日(水) 申込み・問合せ住宅課 TEL (5246) 9028

### 無料建築相談

日時2月4日(休)、3月4日(休)午後1時～4時 場所・問合せ住宅課(区役所5階⑩番) TEL (5246) 1468

## 年中行事

<2月> 2日 うけらの神事(五條天神社)

## 東京2020オリンピック・パラリンピックに向けた生涯学習講座受講者募集

対象区内在住かが在勤(学)の16歳以上の方 申込み方法往復はがき(1講座1通)に講座名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号、在勤(学)の方は勤務先(学校)名・所在地・電話番号を書いて各問合せ先へ

講座名	日時	定員	講師	申込締切日(必着)	場所・問合せ
戦災から復興するまちと人々～東京大空襲・終戦・戦後の台東区～	2月20日～3月13日の土曜日(全4回) 午前10時～正午	12人(抽選)	東京大空襲資料展実行委員会ほか	2月10日(水)	今戸社会教育館 〒111-0024 台東区今戸2-26-12 TEL (3873) 4140
地域で役立つおもてなし語学～簡単な会話と道案内(英語)～	3月2日～30日の火曜日(全5回) 午前10時～正午	18人(抽選)	ジョセフレイノルズ氏(英会話教室講師)	2月12日(金)	今戸社会教育館 〒111-0024 台東区今戸2-26-12 TEL (3873) 4140
地域で役立つおもてなし語学～簡単な会話と道案内(中国語)～	2月26日～3月26日の金曜日(全5回) 午後2時～4時	20人(抽選)	徳山素琴氏(中国語通訳案内士)	2月12日(金)	根岸社会教育館 〒110-0003 台東区根岸5-18-13 TEL (3876) 2103

区主催イベント等の実施状況は 区HP(右記二次元コード)よりご覧ください。



◀ イベント等の実施状況

【はがきでの申込みについて】 ●台東区役所と生涯学習センターのみ、郵便番号を記載すれば住所を省略できます。台東区役所は「〒110-8615」、生涯学習センター(中央図書館ほか)は「〒111-8621」です。(例) 〒110-8615 台東区役所〇〇課 ●往復はがきでの申込みは返信表面に住所・氏名を書いてください。



### おいしい! たのしい! 『#おうちでたいとうグルメ』プロジェクト

テイクアウトやデリバリーを行っている飲食店の情報を台東区公式観光情報サイト「TAITOおでかけナビ」で紹介しています。新しく店舗の掲載を希望する方は、右記二次元コードよりお申込みください。



また、購入者に「#おうちでたいとうグルメ」をつけてSNSに投稿してもらおうキャンペーンを展開しています。

問合せ 観光課 TEL (5246) 1447

### 10言語対応「広報たいとう」 デジタルブックで配信中!

- ◆ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める
- ◆読みやすいUDフォントで読めて、サイズも調整できる
- ◆10言語で読める・聞ける(音声読み上げ対応※)

無料 FREE APP

Delivering Multi Languages!



This Public relations magazine can be read in 10 languages

※ベトナム語、一部ブラウザ版は音声読み上げに対応していません。音声読み上げには、無料アプリ(カタログポケット)のインストールが必要です。

### スマートニュース ニュースアプリ「SmartNews」の、 「台東区チャンネル」で、情報を発信しています!

区HPの情報に加え、区の暮らしや魅力に関するニュースを、スマートフォンやタブレットで、手軽に入手することができます。

#### 登録方法

- スマートニュースを初めて利用する方 右記二次元コードより無料アプリ(通信料は自己負担)をダウンロードしてください。  
※自動的に「台東区チャンネル」が登録されない場合は、下記手順に沿って登録してください。
- 既にスマートニュースを利用している方



### おうち時間にやってみよう!健康体操!

~自宅でできる運動や健康情報のDVDを配布しています~

問合せ 介護予防・地域支援課 TEL (5246) 1295

ご希望の方は、上記またはお近くの地域包括支援センターへお問合せください。

#### 自宅でできる運動

##### 新しくなりました

・ころばぬ先の健康体操&脳トレ  
地域で活動している体操サポーターおすすめの体操や脳トレを特集しています。

ころばぬ先の健康体操は、区オリジナルの体操で足腰の筋力だけでなく、全身の筋力向上や柔軟性の向上に効果的です。



#### 健康情報

##### 〈お口の体操編〉

- ・だ液腺マッサージ …… □の健康に欠かせない「だ液」を増やすマッサージを紹介しています。
- ・パタカラ体操 …… 舌や唇など、お口の筋力向上のための体操です。

##### 〈生活動作編〉

・生活動作で「ながら」介護予防

日常生活の中で、家事をしながらできる簡単な運動を紹介します。区内の病院で活躍している作業療法士が監修しています。

#### YouTube台東区公式チャンネルでも映像を公開しています!



### YouTube 台東区公式チャンネルにて 離乳食&幼児食動画を配信中!



▲離乳食初期編 ▲離乳食中・後期編 ▲幼児食編

離乳食、幼児食については  
下記問合せ先へご相談ください。

問合せ

台東保健所保健サービス課  
TEL (3847) 9440



### #たいとう愛公式Instagram情報発信中!

区内のグルメ・ショッピング情報とともに、お店で行っている感染予防の取り組みもご覧になれます

#### 区内事業者の皆さん

新型コロナウイルスに立ち向かい挑戦する区内事業者の皆さんを、たいとう愛公式Instagramで無料紹介(リポスト)します。【参加方法】右記二次元コードからフォローし、「#たいとう愛」と「#新しい日常取組宣言」をつけて、感染予防の取り組みを投稿



#### 区民の皆さん

こんな時だからこそ、地元のお店を応援しましょう。皆さんからの「いいね」や「応援メッセージ」が地域の力になります。まだ知らないすてきな店と出会えるかもしれません。



問合せ観光課  
TEL (5246) 1151

Follow me!!

