

広報
台

たいとう

令和4(2022)年
11月5日
No.1312
毎月5日・20日発行

東京都墨田区(空から見た街並み)

福島県会津美里町(法用寺と大銀杏)

長野県諏訪市(諏訪湖)

栃木県日光市(華厳ノ滝)

宮城県大崎市(世界農業遺産「大崎耕土」)

滋賀県長浜市(琵琶湖とヨシの夜景)

茨城県筑西市(ダイヤモンド筑波)

福島県南会津町(祇園祭「七行器行列」)

大分県豊後大野市(用作公園)

北海道鹿追町(牧場風景)

山形県村山市(最上川の冬景色)

台東区の
姉妹・友好都市、連携都市



都市交流課職員

台東区には、国内に11都市、海外に3都市の姉妹・友好都市、連携都市があり、さまざまな交流を行っています！

台東区姉妹・友好都市、連携都市

ふるさとPRフェスタ

12.13(火)~20(火)
生涯学習センター

ワークショップやパネル展、特産品販売を通じて各都市の魅力を発見してください！

ワークショップ
当日参加制(定員あり)



参加方法等詳しくは、
区HPをご覧ください！

福島県南会津町

「アロマブレンド・
アロマスプレー作り体験」

12月17日(土)

茨城県筑西市

「桐下駄ストラップ作り体験」

12月17日(土)・18日(日)

パネル展



姉妹・友好都市、
連携都市となった
経緯や交流事業の
様子をパネル等で
ご紹介します。

特産品販売



▲イメージ

茨城県筑西市

「新鮮冬野菜販売」

12月18日(日)午前11時~午後2時

金竜公園

※無くなり次第販売終了
※天候により中止の場合あり

ワークショップ
事前申込制



宮城県大崎市

「伝統工芸鳴子こけし絵付け体験」

国の伝統工芸品にも指定されている「鳴子こけし」。
無地のこけしにオリジナルの絵柄を絵付けします。

12月17日(土)

①午前10時30分 ②午後1時30分

※作業時間 1時間程度

対象 区内在住か在勤(学)の小学1年生以上

定員 各20人(抽選)



世界に1本!
自分だけの
オリジナル
こけしを作
りませんか?



伝統こけし工人
大沼秀顕さん

栃木県日光市

「伝統工芸品日光彫体験」

特徴的な彫刻刀「ひっかき刀」を使って、木製のお盆または
手鏡のお好きな方を選び絵柄を彫ります。

12月17日(土)・18日(日)

①17日(土)午前11時 ②17日(土)午後2時

③18日(日)午前11時 ④18日(日)午後2時

※作業時間 1時間30分程度

対象 区内在住か(学)の小学4年生以上 定員 各20人(抽選)



長野県諏訪市

「長野県宝のミニ屏風作り」

長野県宝指定の「諏訪社遊楽図屏風」を題材にした
本物と同じ仕組みのミニ屏風を作ります。

12月17日(土)

①午前10時30分 ②午後1時30分

※作業時間 1時間30分程度

対象 区内在住か(学)の小学1年生以上

定員 各15人(抽選)



滋賀県長浜市

「びわ湖のヨシ紙に
消しゴムはんこを押して福笑い!!」

消しゴムで福笑いのパーツを作り、びわ湖のヨシ(葦)でできた
ハガキにスタンプしてオリジナル年賀状を作ります。

12月18日(日)

①午前10時30分 ②午後1時30分

※作業時間 1時間30分程度

対象 区内在住か(学)の小学4年生以上

定員 各15人(抽選)



【ワークショップ申込方法】往復はがきにプログラム名と開催回(例:第1希望「こけし絵付け①」、
第2希望「こけし絵付け②」)・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢・18歳未満の場合は学年と
保護者氏名および電話番号を書いて、右記問合せ先へ申込み、右記二次元コードから申込み
※日光彫体験を申込みの方は、お盆か手鏡どちらを希望するかご記入ください。
※1回の申込みにつき、1種類のワークショップのみ、2人まで申込み可。
※小学3年生以下の参加者は、保護者の付き添いが必要(保護者氏名の横に「付き添い」と記載)。

【申込締切日】11月25日(金)(必着)
※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止・開催方法変更の可能性があります。
【申込み・問合せ】
〒110-8615 台東区東上野4-5-6 台東区役所都市交流課
TEL 03-5246-1028



新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザが同時流行する恐れがあります！

どちらの感染症も**基本的な対策は同じ**です！外出時は人混みを避け、感染予防の徹底を！

適切なマスクの着用 定期的な換気 こまめな手洗い・消毒 ソーシャルディスタンス

早めの予防接種や、療養に備えた日用品の備蓄等をお願いします。詳しくは、区HP (右記二次元コード) をご確認ください。

▲同時流行時の対応について

発熱等、新型コロナウイルスの感染が疑われる場合の相談窓口

発熱相談センターで、看護師等が新型コロナウイルス感染症に関する相談を受け付けています。また、状況に応じて医療機関をご紹介します。

- 台東区 発熱受診相談センター(月～金曜日 午前9時～午後5時) ※祝日を除く
TEL 03-3847-9402
FAX 03-3841-4325 (耳や言葉の不自由な方向け)
- 東京都 発熱相談センター(24時間)
TEL 03-5320-4592、03-6258-5780
FAX 03-5388-1396 (耳や言葉の不自由な方向け)

▲新型コロナウイルス感染症に関する最新情報はこちら

オミクロン株対応ワクチン接種 年末までの接種をぜひご検討ください！

過去2年間、年末年始に新型コロナウイルス感染症は流行しています。重症化リスクの高い高齢者等だけでなく、若い方も、オミクロン株対応2価ワクチンを**年末まで**に接種するようご検討ください。また、**平日夜間や休日でも接種できる会場を設けています**ので、ご利用ください。

接種間隔の短縮について

オミクロン株対応ワクチンの接種間隔が5か月から**3か月**に短縮されました。

北上野二丁目特設会場でのファイザーワクチン接種について

ワクチンの供給量を踏まえて11月8日(火)から、北上野二丁目特設会場はオミクロン株 (BA.4-5) 対応型ファイザーワクチンでの接種となります。

接種券の発送について

接種券が届き次第、予約ができます。竹林柄の封筒で発送しています。

前回の接種時期	接種券発送日	予約方法
7・8月	発送済み	<ul style="list-style-type: none"> ●電話予約 台東区コロナワクチン コールセンター TEL 03-4332-7912 (午前9時～午後6時、土・日曜日・祝日も対応) ●インターネット予約 (18歳以上の方のみ) 右記二次元コードより予約 ※11月4日(金)は予約システムのメンテナンスのため、電話・インターネットでの予約受付を終日休止します。5日(土)午前9時から電話・インターネットでの予約を再開します。 ●診療所 各診療所へ直接お問合せください。
9月	11月17日(木) (予定)	

予約サイト▶

●1・2回目接種について

区内2か所のほか、都の大規模接種会場で実施しています。オミクロン株対応ワクチンでの接種を希望する方は、**年内をめどに早めの接種をご検討ください**。詳しくは、右記二次元コードをご確認ください。

▲初回接種(1・2回目接種)について

●乳幼児(生後6か月～4歳)の接種について

対象者へ接種券を11月14日(月)に発送予定です。お手元が届き次第、予約ができます。詳しくは、右記二次元コードをご確認ください。

接種回数 3回 **接種間隔** 1回目接種から3週間後に2回目接種、2回目接種から8週間後に3回目接種

使用するワクチン 乳幼児用ファイザーワクチン

乳幼児接種▶ (生後6か月～4歳) について

問合せ ●台東区コロナワクチン 相談専用ダイヤル

(午前9時～午後6時、土・日曜日・祝日も対応) TEL 03-6834-7410

●厚生労働省新型コロナワクチン コールセンター

(午前9時～午後9時、土・日曜日・祝日も対応) TEL 0120-761-770

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金 (1世帯当たり5万円) を支給します

4年度住民税非課税世帯向け

- 支給要件 ①基準日(4年9月30日)において台東区に住民登録がある世帯 ②世帯全員の4年度(3年1月～12月の所得)の住民税均等割が非課税である世帯 確認書を送付しています。*住民税が課税されている方の扶養親族のみで構成されている世帯は除く
- 支給のお知らせが届いた方
申請は不要です。11月下旬、記載の口座に振り込み予定です。
口座の変更、辞退をご希望の場合のみ、11月11日(金)までに下記台東区コールセンターへご連絡ください。
なお、口座変更をご希望の場合は振り込みまでお時間をいただきます。
- 確認書が届いた方
手続きに必要な確認書を発送しています。5年1月31日(火)までにご提出ください。

- 申請書が届いた方
4年6月2日以降に転入され、4年度住民税が未申告の世帯へ発送しています。支給要件に該当する世帯は、世帯全員の4年度非課税証明書を添付の上、5年1月31日(火)までに申請してください。
- 制度周知チラシが届いた方
区が課税状況を確認できない世帯へ発送しています。支給要件に該当する世帯は、下記台東区コールセンターへお問合せください。
***申請書・制度周知チラシを受け取られた世帯が必ず支給対象となるわけではありません。**

家計急変世帯向け (要申請)

- 支給要件 住民税非課税世帯以外の世帯のうち、4年1月～12月までの間に家計が急変したことにより、世帯全員の収入が住民税非課税相当となった世帯
*詳しくは、区HP (下記二次元コード) をご確認ください。

DV等で住民票を移すことができず避難中の方

住所地の世帯がすでに給付金を受け取っている場合でも、一定の要件 (DV避難中であることの証明と収入要件) を満たせば、受給することができます。

問合せ 内閣府住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金コールセンター TEL 0120-526-145

台東区住民税非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター TEL 0120-000-573

※住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金 (10万円) の受付は終了しました。

お知らせ

令和4年第4回台東区議会定例会が始まります

本会議や委員会は、どなたでも傍聴することができます。ぜひ、傍聴にお越しください。

▶日程 11月25日(金)～12月20日(火)

※会議予定等、詳しくは区議会HPをご覧ください。

※本会議・各委員会の審議は、YouTube等で視聴できます。

▶問合せ 区議会事務局 TEL (5246) 1473

全国瞬時警報システム (Jアラート) 全国一斉試験放送を実施します

▶日時 11月16日(水)午前11時頃

▶放送内容 チャイム+「これは、Jアラートのテストです。」(3回繰り返し)「こちらは、ぼうさいたいとうです。」+チャイム

▶問合せ 危機・災害対策課 TEL (5246) 1092

国民健康保険課アルバイト(保健師または看護師) 登録者募集

▶勤務日時 月1回午前9時～正午 (5年4月から、1・2月を除く年10回実施、勤務日はシフト制)

▶条件 保健師または看護師資格を有する方

▶業務内容 健康度チェック事業において、参加者に対し、測定結果に基づく結果説明と健康づくりに役立つ助言を行う

▶勤務地 台東保健所

▶給与(月額) 4,680円 (交通費なし)

▶申込方法 事前に連絡の上、顔写真を添付した履歴書を下記問合せ先へ持参

▶申込締切日 12月6日(火)

▶問合せ 国民健康保険課 (区役所2階③番) TEL (5246) 1251

令和4年度 台東区シェイクアウト訓練 「いざ」というとき、あなたは…

問合せ 危機・災害対策課
TEL (5246) 1092

11月27日(日)午前8時30分より総合防災訓練の一環として、シェイクアウト訓練を実施します。シェイクアウト訓練とは、発災と同時に身を守る安全行動を行う訓練です。所要時間は1分程度で、自宅等で行えます。

訓練開始の合図は防災気象情報メール、防災アプリで通知を行います。

※総合防災訓練は、避難所や区庁舎などでの初動対応を目的として、避難所運営委員会や防災関係機関、区職員が参加して訓練を実施します。

※シェイクアウト訓練について詳しくは、区HP(右記二次元コード)をご覧ください。



震災時の避難方法

震災時に自分の身に危険を感じたら早期に避難することが原則です。避難する場合は、まず一時集合場所に集まり、自宅で生活できない場合は避難所へ、延焼火災の危険がある場合は避難場所へ避難してください。

いざというときのために、普段から自分が避難する避難所を確認するなど、災害への備えをしておくことが大切です。

避難所について

避難所は、自宅が倒壊などで住めなくなってしまった人が行くところです。自宅が安全な場合に、自宅で生活を続けること(在宅避難)ができるよう、事前に準備をしておきましょう。

簡易トイレや水、保存が可能で日常使用もできる缶詰やレトルト食品、即席麺等が自宅にあるか確認してみましょう。

●シェイクアウト

シェイクアウトとはドロップ(姿勢を低くする)、カバー(机の下に隠れ、体・頭を守る)、ホールドオン(揺れが収まるまでジッとする)の3つの安全確保行動のことをいいます。

提供: 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議



コミュニティ助成事業について

(一財)自治総合センターのコミュニティ助成事業による宝くじの助成金を受け、池之端4丁目町会と中根岸町会が神輿の修繕、日本堤2丁目西町会が太鼓等の購入を行いました。コミュニティ助成事業は、コミュニティ活動の促進と健全な発展を図るとともに、宝くじの社会貢献広報を目的としています。

問合せ 区民課 TEL (5246) 1122

令和5年台東区観光カレンダーを販売しています

「花と樹木の名所めぐり」をテーマに、区内各所が描かれた浮世絵を紹介したカレンダーです。

販売場所 区役所1階「SHOPたいとう」、浅草文化観光センター、朝倉彫塑館、下町風俗資料館、一葉記念館、書道博物館ほか

規格 縦51×横35cm

価格 1,000円

問合せ 観光課

TEL (5246) 1151



「小学3年生まちなみ絵画コンクール」展示会を開催します

「20年後のわたしたちの台東区」「花のある風景」「わたしの好きな場所、年中行事」

というテーマで区立小学校の小学3年生から絵画を募集しました。入賞作品の展示会を行いますので、ぜひご覧ください。

日程 ①11月28日(月)正午~12月9日(金)午後4時 ②12月12日(月)正午~21日(水)午後4時

場所 ①区役所正面玄関ロビー ②生涯学習センター

※区HPでも入賞作品をご覧ください。

問合せ 都市計画課

TEL (5246) 1377

高齢者等住宅支援

●立ち退きに伴う転居費用の助成(転居前に申込み)

取壊しや家主の都合による契約更新拒否により立ち退きを受けている方に対して、

転居に要する費用を助成します(区内の民間賃貸住宅から、別の区内民間賃貸住宅に転居する場合に限る)。

対象 高齢者・障害者・ひとり親世帯のいずれか(所得制限あり)

助成額 礼金・仲介手数料・引越費用の合計額(上限15万円)

●家賃債務保証会社の利用に伴う保証料の助成

民間賃貸住宅に入居する際に、家賃債務保証会社を利用した場合、支払った初回保証料の一部を助成します。

対象 高齢者・障害者・ひとり親世帯のいずれか(所得制限あり)

助成額 支払った初回保証料の2分の1(上限2万円)

◆以降、上記記事の共通項目◆

※申込資格等詳しくは、下記問合せ先で配布するパンフレットまたは区HPをご覧ください。

問合せ 住宅課(区役所5階⑩番)

TEL (5246) 1468

都営住宅入居者募集(区公募・地元割当)

区民を対象に住宅の入居者を募集します。

募集住宅 家族向(抽選方式)

申込書配布期間 12月1日(木)~9日(金)(閉庁日を除く)

申込書配布場所 区役所1階戸籍住民サービス課・5階⑩番住宅課、区民事務所・同分室、地区センター

申込み・問合せ 住宅課

TEL (5246) 1367

スマホ講座講師を無料で派遣します(新講座追加)

「スマホでカメラ」講座が新しく加わりました。また、今までの講座にも新しい内容を追加しました。右記講座一覧から希望講座と下記日程、時間帯を選んでお申込みください。

日程 ・12月分 6日(火)・7日(水)・8日(木)・13日(火)・16日(金)
・5年1月分 17日(火)・18日(水)・19日(木)・24日(火)・27日(金)
・2月分 2日(木)・7日(火)・9日(木)・17日(金)・21日(火)
・3月分 2日(木)・7日(火)・9日(木)・14日(火)・17日(金)

時間 午前10時~11時、午後1時~2時、4時~5時

対象 区内在住かつ在勤の高齢者の方

※派遣人数は各回1人です。1講座につき1~20人で

集め、代表者がお申込みください。

※会場はご自宅や集会所など、事前に用意してください。

申込み・問合せ 情報政策課 TEL (5246) 9022



希望講座名	対象
スマホってどんなもの?講座	スマホ未経験の方
スマホの文字入力講座	スマホを持っているが、まだ使い方がわからない方
スマホで電話講座	
スマホでメール講座	
初めてのLINE講座	
LINEで通話&ビデオ通話講座	スマホを使っているが、使っている機能が少ない方
LINEグループのコミュニケーション講座	
スマホでキャッシュレス講座	
スマホの便利アプリ講座	
(新規) スマホでカメラ講座	

地域で仲間をつくりませんか?コミュニティ委員会

コミュニティ委員会は、17の委員会が小学校の学区等を拠点とし、活動場所となる小学校等の施設を利用してサークル活動を行いながら、さまざまな地域貢献活動を行っています。

コミュニティ委員会での地域貢献活動

●コミュニティ祭り

各委員会が趣向を凝らした催しを行っています。

●防災活動

いざという時、地域で支えあい助け合いが出来るよう、防災訓練などを実施しています。

●地域のつながり

町会や地域のイベント運営に協力してみんなで地域を盛り上げています。

●清掃活動

子供たちが気持ちよく学校生活を送れるよう、定期的に小学校の清掃をしています。

※各地区で活動内容は異なります。詳しい話や加入相談をご希望の場合は、各委員会へおつなぎしますので、下記へお問合せください。

問合せ 区民課 TEL (5246) 1126



入谷地区センター・入谷区民館で「ZEB Ready」の認証を取得しました

4月にオープンした入谷地区センター・入谷区民館において、区有施設としては初となる「建築物省エネルギー性能表示制度(BELS)」による5段階評価の最高ランクと合わせて「ZEB Ready」を取得しました。

認証取得は、台東区有施設地球温暖化対策推進実行計画の趣旨に沿った、脱炭素社会の実現に向けた取り組みのひとつです。

断熱性能の高い窓を全面に使用し、省エネ効果の高い設備機器を採用するなど省エネルギー化を行いました。

同規模で標準的な設備仕様の建物と比較し、1次エネルギーの年間消費量51%の削減が見込まれます。(※1) 建築物の

省エネルギー性能に特化した第三者による認証制度のことです。

(※2) 「ZEB (Net Zero Energy Building)」とは快適な室内環境を実現しながら、建物で消費する年間の1次エネルギーの収支をゼロにすることを旨とした建物のことです(今回取得した「ZEB Ready」は年間の1次エネルギー消費量を標準的な建物に比べ50%以上削減した建物)。

(※3) 建物内で使用する空調・換気・照明・給湯・昇降機等のエネルギー消費量の合計のことです。

問合せ 施設運営については区民課

TEL (5246) 1123

建築物省エネルギー性能表示制度については環境課 TEL (5246) 1284



子育て・教育

5年度乳幼児家庭教育学級の講座運営団体募集

0～3歳の子供と保護者を対象にした、家庭教育の学習講座を企画・運営する団体を募集します。

▷対象 次の全てに該当する団体 子育て中の保護者の支援を目的とする、継続的な活動を区内で行う(今後予定している)、5人以上で構成される、営利を目的としない、特定の宗教・政治的宣伝・公序良俗に反する活動をしない

▷委託内容 乳幼児期の子育てに関わる学習等をテーマとし、①5回以上 ②3～4回の講座を企画・実施

▷委託期間 5年6月～6年1月末

▷委託団体数 数団体程度

▷運営の委託経費(上限) ①20万円 ②10万円

▷募集説明会日時 11月19日(出)午前10時(オンライン開催)

▷申込方法 申請書等に必要事項を記入し、下記問合せ先へ郵送が持参

▷申込締切日時 5年1月11日(休)午後5時
※募集要項・申請書等は区HP(下記二次元コード)からダウンロードか、下記問合せ先で配付します。本事業は、5年度予算が可決されること前提となります。

▷問合せ 生涯学習課
TEL (5246) 5821



ご存じですか「ひとり親家庭等医療費助成制度」

対象①～⑦いずれかの状態にある18歳になった最初の3月31日まで(中度以上の障害がある場合は20歳未満)の児童を養育している父、母または養育者とその児童が、健康保険証を使って医療機関にかかった場合、保険診療にかかる自己負担分の全部または一部を助成します。申請者には「ひとり親医療証」が交付されます。

▷対象 ①父母が離婚 ②父または母が死亡 ③父または母が重度の障害をもつ ④父または母に1年以上遺棄されている ⑤父または母が裁判所からDV保護命令を受けた ⑥父または母が1年以上拘禁されている ⑦婚姻によらないで生まれた子等

※次の場合を除く。健康保険未加入、生活保護受給中、事実婚状態の方、児童が児童福祉施設に入所中(一部、対象となる施設あり)

▷所得限度額(3年中の所得)

扶養人数	申請者の所得額	配偶者・扶養義務者の所得額
0人	200万円未満	244万円未満
1人	238万円 //	282万円 //
2人	276万円 //	320万円 //
3人	314万円 //	358万円 //

※社会保険料相当額(8万円)加算済み
※4人目以降は、1人につき38万円加算
※扶養義務者とは、同居している申請者の直系血族と兄弟姉妹のこと
※申請者が父または母の場合は、所得額に養育費の8割を加算
※各種控除が受けられる場合あり

▷必要な物 ①申請者(保護者)および児童の戸籍謄本 ②申請者(保護者)お

よび児童の健康保険証 ③写真のあるマイナンバーカード(個人番号カード)または、写真のない番号が記載されたカード(通知カード)

▷申請方法 必要な物を下記問合せ先へ持参

●現況届をお忘れなく

現在ひとり親医療証をお持ちの方(8月の児童扶養手当現況届出時に提出の方は除く)に、現況届を郵送しました。現況届は、来年の受給資格を判定する大切な届です。11月11日(金)までにご提出ください。

▷問合せ 子育て・若者支援課(区役所6階6番) TEL (5246) 1232

福祉(高齢・障害等)

身体障害者生活ホーム「フロム千束」の体験利用者を募集します

将来自立するための社会生活の経験・体験をする住居です。

▷募集区分 5年度自立生活体験(原則1か月単位)

▷場所 千束保健福祉センター2階

▷対象 区内在住の就労・通所(見込みの方を含む)している18歳以上65歳未満(5年4月1日現在)の身体障害者手帳をお持ちの方で、医療的ケアが不要な方

▷定員 24人(月2人の利用)

▷利用開始日 5年4月1日(出)

▷募集期間 11月7日(月)～25日(金)

※申込方法等、詳しくは区HPをご覧ください。下記へお問合せください。

▷問合せ 障害福祉課
TEL (5246) 1203

高齢者はつらつトレーニング

トレーニングマシンを使用した運動教室です。

▷日程 ①5年1月11日～3月15日の水曜日 ②1月10日～3月14日の火曜日 ③1月13日～3月17日の金曜日

▷時間 午前10時～11時30分

▷場所 ①上野健康増進センター ②③千束健康増進センター

▷対象 区内在住の65歳以上の方で、要介護認定を受けていない方(心疾患・高血圧等の症状のある方は主治医要相談)

▷定員(抽選) ①3人 ②③各6人

▷費用 300円(保険料・初回のみ)

▷申込方法 はがきに高齢者はつらつ

レーニング希望の旨と、希望する場所(千束健康増進センターの場合は火曜日または金曜日コースのいずれかも記入)・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて下記問合せ先へ(下記二次元コードからも申請可)

▷申込締切日 12月2日(金)(消印有効)

▷問合せ 〒110-8615 台東区役所介護予防・地域支援課
TEL (5246) 1295



(仮称) 電泉二丁目福祉施設新築工事について

騒音・振動等ご迷惑をお掛けしますが、何卒ご協力の程よろしくお願ひします。

※振動・騒音を伴う作業は日曜日・祝日は原則行いません。

▷期間 11月～6年9月

▷場所 旧電泉中学校跡地(台東区電泉2-10)

▷問合せ 計画については高齢福祉課

TEL (5246) 9027

工事については施設課

TEL (5246) 1358

もの忘れ予防に!あたまの健康チェック®を受けてみませんか?

▷日時 12月19日(月)午後

▷場所 区役所10階会議室

▷対象 区内在住の65歳以上75歳未満の方

▷定員 10人(抽選)

▷申込方法 往復はがきにあたまの健康チェック希望の旨と、住所・氏名・年齢・電話番号・実施日を書いて下記問合せ先へ

▷申込締切日 12月5日(月)(必着)

▷問合せ 〒110-8615 台東区役所介護予防・地域支援課

TEL (5246) 1225

健康

献血にご協力を

病気やけがで血液を必要とする多くの方のために、献血への温かいご理解とご協力をお願いします。あわせて、骨髄バンクへの登録も行えます。

▷日時 12月3日(出)午前10時～午後4時

▷場所 生涯学習センター

▷問合せ 台東保健所生活衛生課

TEL (3847) 9401

みんなで防ごう 子供虐待! ～11月は児童虐待防止推進月間です～

●オレンジリボンを知っていますか?

オレンジリボンは児童虐待防止のシンボルマークです。区では、児童相談センターや警察、学校・保育園・幼稚園・民生・児童委員、医療機関などと協力して子供の虐待防止に取り組んでいます。

●オレンジリボンツリーの展示

▷日程・場所 11月2日(休)まで・区役所1階、11月12日(出)～23日(祝)・生涯学習センター1階アトリウム

●「もしかして、虐待かな?」と思ったらご相談ください

子供虐待についての相談や連絡を、24時間電話で受け付けています。連絡した人が特定されないよう、秘密は固く

守られます。ためらわずにお電話ください。

▷連絡先

・日本堤子ども家庭支援センター

TEL (5824) 2571

・24時間受付電話

TEL (3875) 1889 (いちはやく)

・児童相談所全国共通ダイヤル

TEL 189

・緊急の場合 警察110番

▷問合せ 日本堤子ども家庭支援センター

TEL (5824) 2571



5年4月公私立保育園・地域型保育事業・緊急保育室入園の申込みを受付けています ～窓口申込締切日は11月29日(火)です～

▷必要書類 保育所・認定こども園(長時間)・地域型保育事業・緊急保育室利用申請書、子どものための教育・保育給付認定申請書、就労証明書、お子さまの健康状況申告書、母子健康手帳等

※そのほか必要に応じて、書類の提出を依頼することがあります。詳しくは、下記問合せ先で配布している「保育利用のご案内」をご覧ください。

▷5年4月の入園可能人数 区HP(下記二次元コード)より閲覧可

▷出生前申込 5年2月3日(金)までに出産予定の子供を対象に4月入園の申込可

※入園の申込み後、職員が自宅・職場等を訪問し、保育状況や勤務状況等をお聞きすることがあります。

▷入園の可否 5年2月3日(金)頃の利用調整結果通知でお知らせ

▷申込方法 必要書類を下記問合せ先へ

※出生前申込の締切日も同様です。区外在住の方の申込締切日は下記へお問合せください。

※締切日が近くなると、窓口が混み合うことが予想されます。混雑緩和のため申込書類がそろい次第お申込みください。

※郵送での申込締切日は11月15日(火)(必着)です。

▷問合せ 児童保育課(区役所6階6番) TEL (5246) 1234



11月16日(水)は世界COPDデーです

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は進行性の疾患で、新型コロナウイルス感染症の重症化のリスクがあります。主な原因は喫煙のほか、粉じんや化学物質などが考えられます。COPDが重症化すると少し動いただけでも息切れしてしまい、酸素吸入が必要になるなど、生活に大きく影響します。患者の約90%は喫煙歴のある方です。禁煙をすることで、COPDの発症と新型コロナウイルス感染症の重症化のリスクが低くなります。Withコロナの今こそ、感染症予防だけでなく感染したときのリスクも考えて禁煙に取り組んでみませんか。

●こんな方のご用心

①せき・たんが出る ②息切れしやすい ③ゼイゼイ、ヒューヒュー呼吸音がある ④40歳以上

たばこを吸っている(吸っていた)方で①～④にいくつか該当する場合は、早めに呼吸器科の専門外来にご相談ください。早期発見・早期治療が重要です。

●COPDキャンペーン

パネル展示のほか、COPDや禁煙に関するリーフレットを配布します。

期間 11月14日(月)～30日(水) 場所 台東保健所1階、浅草保健相談センター2階

問合せ 台東保健所保健サービス課 TEL (3847) 9406



▲GOLDリボン COPDを多くの人に知ってもらうためのシンボルマークです。

今年度の総合健康診査の受診期限は5年1月31日(火)です

40歳以上の対象者には、既に受診票を送付しています。まだ受診していない方は、区内協力医療機関にお早めにご予約のうえ、5年1月31日(火)までに受診してください。受診票の再発行は、電子申請でも受け付けます。詳しくは、区HPをご確認ください。

▷問合せ 台東保健所保健サービス課
TEL (3847) 9481



し、区内協力医療機関で接種
▷申込方法 下記二次元コードより電子申請するか、電話または直接下記問合せ先へ
※接種記録を確認しますので母子健康手帳をご用意ください。



▷実施場所 区内協力医療機関
▷問合せ 台東保健所保健予防課
TEL (3847) 9471

あなたの体の健康度、チェックしてみませんか? (予約制)

▷日時 12月13日(火)午前9時30分、10時、10時30分、11時 (1回30分程度)
▷場所 台東保健所
▷対象 国民健康保険か後期高齢者医療制度の加入者
▷定員 各6人 (先着順)
▷内容 血圧、握力、骨密度(素足で測定)、血管年齢、物忘れ度の測定およびその結果説明と助言
▷申込開始日時 11月18日(金)午前10時
▷申込み・問合せ 国民健康保険課
TEL (5246) 1251

笑って元気教室「漫才と体操」

▷日時 12月14日(水)午後2時~3時10分
▷対象 区内在住か在勤の40歳以上の方

麻しん風しん定期予防接種未接種者へ接種料を助成しています

▷対象 次の全てに該当する区内在住の方
①2歳以上18歳以下である(麻しん風しん定期予防接種第2期の対象者を除く)
②麻しん風しん予防接種を2回接種完了していない者で、かつ、麻しん・風しん両方もしくはどちらかにかかったことがない
▷助成回数 2回まで(麻しん風しん定期予防接種未接種分)
▷実施方法 事前に電話でお問合せの上、接種時の住所および年齢が確認できる本人確認書類・予防接種予診票を持参

~11月14日は世界糖尿病デー~ 気づいたその日から始める 糖尿病予防!

血糖値が高い状態が続いたり、急激に血糖値が上がるような食生活を続けていると、血管に負担がかかり、動脈硬化を引き起こしたり、糖尿病の発症につながってしまうことがあります。糖尿病の発症に大きく影響する「食事」や「運動」などの生活習慣を見直しながら、毎年の健康診断で体の状態を確認することが大切です。

こんな習慣ありませんか?

- 朝食は食べず、昼食はがっつり
- 夕食の時間が遅い
- 水分補給は甘い飲み物
- 野菜はあまり食べない
- いも類のおかずが多い
- ちょこちょこ間食をする
- 菓子パンやおにぎりだけで食事を済ませることが多い
- 主食を重ね食いする
- 食べるスピードが早い
- (おにぎり+カップ麺等) またはよく噛まずに食べる

年1回はHbA1cをチェック!

HbA1c (ヘモグロビン・エーワンシー)
糖尿病の血液検査の指標のひとつで、採血前1~2か月間の血糖値の平均的な状態を反映します。

●HbA1cの判定値		
正常	要注意	要受診
~5.5%	5.6~6.4%	6.5%~

※要受診域の方は、医療機関を受診してください。
※要注意域の方は、生活習慣を見直し・改善しましょう。

健康診断で定期的にHbA1cをチェック!

11月17日(木)開催 **たいとうヘルスアップ講座**の予約受付中! (詳しくは右記までお問合せください)

問合せ 台東保健所保健サービス課
TEL (3847) 9440

12月の保健所・保健相談センター事業案内

事業名	実施会場	台東保健所	浅草保健相談センター
2歳児歯科健康診査(予約制)			9日午後1時~2時 TEL (3847) 9449
発達相談(予約制)		13日(個別) 午前8時45分~正午 20日(個別) 午前9時30分~10時30分 TEL (3847) 9497	23日(個別) 午前9時30分~10時30分 22日(集団) 午前9時50分~11時 TEL (3844) 8172
産婦歯科健康診査(予約制)		7日午前9時~10時 TEL (3847) 9449	
歯科衛生相談 区内在住の方(予約制)		6・21日午後1時30分~2時30分 TEL (3847) 9449	1・22日午後1時30分~2時30分 ※予約は左記へ
こころの健康相談 区内在住・在勤の方(予約制・前日までに)		8日午前10時30分~正午 20日午後1時30分~3時 23日午前9時30分~11時 TEL (3847) 9405	6日午前9時30分~11時 26日午後1時~2時30分 TEL (3844) 8172
発達障害個別相談(成人向け・予約制)		1・15日 午後1時30分~3時30分 TEL (3847) 9405	
HIV即日検査(予約制)		14・28日午後1時~2時30分 予約専用電話 TEL (3843) 5751	
栄養相談(予約制)		2・7日午前10時~午後3時30分 22日午前10時~正午 TEL (3847) 9440	
ハローベビー学級(両親学級・予約制)		日程等は区HPをご覧ください。 浅草保健相談センター TEL (3844) 8177	

▷定員 15人(抽選)
▷出演 九州男子、漫才56号
▷申込方法 往復はがきに「12月の笑って元気教室希望」・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、右記問合せ先へ
▷申込締切日 11月25日(金) (必着)
▷場所・問合せ 〒111-0031 台東区千束3-28-13 千束健康増進センター
TEL (5603) 0085

11・12月分の夜間・休日診療当番医・当番薬局

新型コロナウイルス感染症対策として、時間を分けてのご来院をお願いする場合や専門の医療機関をご案内する場合がありますため、台東区準夜間・休日子どもクリニックおよび夜間・休日診療を受診される際は、必ず、事前に電話してください。都合により、当番を変更することがあります。当番医、台東区夜間・休日診療案内電話等にご確認のうえ、受診してください。
「台東区夜間・休日診療案内電話」 TEL 03-5246-1277

台東区準夜間・休日子どもクリニック	
場所	永寿総合病院内 東上野2-23-16 TEL (3833) 8381 ※1階救急外来受付にお越しください。
診療対象	小児科(15歳以下の子供) ※小児科医が診療を行います。
診療日 受付時間	月~土曜日午後6時45分~9時45分(日曜日・祝日・年末年始・お盆を除く) 日曜日・祝日・年末年始午前8時45分~午後9時45分
ご利用にあたって	※子どもクリニック診療時間外に永寿総合病院の小児科を受診する場合は、別途「選定療養費」の負担が生じます。 ※治療すれば帰宅できるような子供を対象としています。 ※薬は原則1日分の処方です。翌日には「かかりつけ医」の診療を受けてください。

診療対象	内科、歯科の患者	診療時間	内科 午前9時~午後10時 歯科 午前9時~午後5時
月	当番医・薬局	所在地	電話番号
11月3日	内科 浅草きずなクリニック	浅草6-9-2	(6458) 1058
	内科 武内クリニック	根岸5-16-8	(3873) 1202
	歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	根岸4-1-28	(3874) 6433
	薬局 平和堂薬局	根岸5-22-11	(3874) 4750
11月6日	内科 聖愛クリニック	浅草5-64-8 フェージャナル浅草フォレスト101	(3874) 5341
	内科 上野くろもんクリニック	上野1-9-2 1階	(6803) 0115
	歯科 佐藤歯科医院	浅草6-38-5	(3874) 0861
11月13日	薬局 川元薬局	浅草5-57-8	(3875) 0157
	内科 椿診療所	日本堤1-6-11	(3876) 1718
	内科 かとう医院	根岸3-12-14	(5603) 7161
	歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	根岸4-1-28	(3874) 6433
11月20日	薬局 町の薬局	日本堤1-5-3	(5808) 7944
	薬局 レーメイ堂薬局	根岸3-9-18	(3872) 5349
	内科 江戸通り おだ内科・皮フ科	柳橋1-20-4 深代ビル3階	(3862) 4188
	内科 みのわ駅前クリニック	三ノ輪1-28-12 プラザM3階 301室	(3873) 1234
11月23日	歯科 田中歯科医院	浅草6-42-7	(3875) 4182
	薬局 南山堂薬局 浅草橋駅前店	浅草橋1-30-9	(5829) 8611
	内科 加藤メディカルクリニック	浅草7-3-8	(5824) 9090
11月27日	内科 武内クリニック	根岸5-16-8	(3873) 1202
	歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	根岸4-1-28	(3874) 6433
	薬局 アトム調剤薬局	浅草7-3-6 タテマツビル1階	(6802) 3673
12月4日	薬局 平和堂薬局	根岸5-22-11	(3874) 4750
	内科 おのだ医院	今戸1-3-13 さくらコーポ201	(3876) 3818
	内科 上野医院	上野2-11-10 小島ビル4階	(3832) 0076
12月11日	歯科 西川歯科医院	浅草6-20-8	(3871) 1180
	薬局 メディカルファーマシー・ヒロ	今戸1-3-13	(3872) 6676
	内科 小川子どもクリニック	浅草橋1-25-5 小川ハイム201	(3861) 2429
12月18日	内科 上野くろもんクリニック	上野1-9-2 1階	(6803) 0115
	歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	根岸4-1-28	(3874) 6433
薬局 マザーズファーマシー	浅草橋1-25-5	(5809) 3698	

医療情報 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」で都内の医療機関の診療案内や診療時間などを診療科別・地域別に調べることができます。毎日24時間
TEL (5272) 0303 URL <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/>
東京消防庁救急相談センター 毎日24時間
TEL #7119 (プッシュ回線) ダイヤル回線からは TEL (3212) 2323

12月の千束健康増進センターの運動教室参加者募集

申込み・問合せ					
〒110-0015 台東区東上野4-22-8 上野健康増進センター TEL (3847) 9475			〒111-0031 台東区千束3-28-13 千束健康増進センター TEL (5603) 0085		
教室名	日時	定員	教室名	日時	定員
初めてのエアロビクス	毎週火曜日(全4回) 午後1時~1時45分	15人	火曜エアロビクス	毎週火曜日(全4回) 午後2時15分~3時	7人
火曜リズム体操	毎週火曜日(全4回) 午後3時30分~4時15分	10人	リズムポディー	毎週火曜日(全4回) 午後7時30分~8時15分	7人
シェイプ・THE・ボディ	毎週火曜日(全4回) 午後6時15分~7時	8人	ゆったりヨガ	毎週水曜日(全3回、12月28日を除く) 午後7時15分~8時	7人
水曜リズム体操	毎週水曜日(全3回、12月28日を除く) 午後1時30分~2時15分	10人	さわやかリズム体操	毎週水曜日(全4回、12月29日を除く) 午後2時15分~3時	8人
高齢者のための足腰元気体操	毎週水曜日(全4回、12月29日を除く) 午後1時~1時45分	15人	やさしいエアロビクス	毎週水曜日(全4回、12月29日を除く) 午後7時30分~8時15分	8人
フラダンス	毎週木曜日(全4回、12月29日を除く) 午後3時30分~4時15分	8人	生き生きリフレッシュ体操	毎週金曜日(全4回、12月30日を除く) 午後2時30分~3時15分	8人
エンジョイエアロ	毎週木曜日(全4回、12月29日を除く) 午後6時15分~7時	8人	ポディーバランス	毎週金曜日(全4回、12月30日を除く) 午後7時15分~8時	8人
金曜リズム体操	毎週金曜日(全4回、12月30日を除く) 午後1時15分~2時	15人	パワーアップスリム	毎週土曜日(全4回、12月31日を除く) 午前10時30分~11時15分	5人
土曜リズム体操	毎週土曜日(全4回、12月31日を除く) 午前11時45分~午後0時30分	10人	たのしいヨガ	毎週土曜日(全4回、12月31日を除く) 午後1時~1時45分	7人
やさしい太極拳	毎週日曜日(全4回) 午前11時45分~午後0時30分	10人	熟年体操	毎週土曜日(全4回、12月31日を除く) 午後2時30分~3時15分	13人
※12月の運動教室は、全て「千束健康増進センター」で実施します。			高齢者のための足腰元気体操	毎週日曜日(全4回) 午前10時30分~11時15分	17人
			日曜エアロビクス	毎週日曜日(全4回) 午後2時~2時45分	5人
対象 区内在住か在勤の18歳以上の方 費用1回300円 申込方法 往復はがきに①12月の〇〇教室希望 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤性別 ⑥教室参加歴の有無 ⑦電話番号を書いて、11月18日(金) (必着)までに各センターへ(1人1教室につき1枚の応募・抽選)					
健康増進センターについて プール、更衣室、シャワー室は、引き続き使用できません。 ※教室の実施時間等について最新情報は区HPをご覧ください。					

【子供の安全・安心】子供の防犯ブザーの音が聞こえたら、現場に駆けつけたり、安全を確認していただくなど、区民の皆さんのご協力をお願いします。

- 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・延期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適切なマスクの着用等、ご協力をお願いします。
- 区主催イベントの実施状況については、右記二次元コードよりご確認ください。



催しものなど

養育家庭体験発表会 要保護児童支援ネットワーク講演会

時 11月14日(月)午後1時～4時 場 区役所10階会議室 定 70人※託児あり(1歳以上の未就学児・10人・先着順) 講 内ヶ崎西作氏(東京医科大学教授) 申 電子申請か電話または直接下記問合せ先へ
 締 11月9日(水) 問 日本堤子ども家庭支援センター TEL (5824) 2571

JOBANアートライン ポストカードアートコンテスト作品募集

「常磐線と風景」「常磐線沿線のスポット」(上野～取手間)をテーマに作品を募集します。※未発表のオリジナル作品・1人3点まで 申 専用応募はがきまたは郵便はがきに作品を描き、必要事項を書いて下記問合せ先へ(専用応募はがきのダウンロード・必要事項はJOBANアートライン協議会HPをご覧ください) 締 11月30日(水)(消印有効) 問 JOBANアートライン協議会 Eメール jobanartlinecouncil@gmail.com 台東区文化振興課 TEL (5246) 1153



「女性のための再就職セミナー」参加者募集

時 12月17日(土)午後1時30分～4時30分 場 区役所10階会議室 対 おおむね40～55歳の女性 定 20人(先着順) 内 働くための事前準備(人生、キャリアの整理、強み弱みを知る、印象チェック)、ゲストスピーカーによる転職体験談・フリートーク 講 仲宗根春代氏(産業振興課就業支援相談員) ※雇用保険受給中の方は、受給資格者証を持参 申 電話または右記二次元コードから申込み 問 産業振興課 TEL (5246) 1152



朝倉彫塑館から

●常設展示内W特集「生誕100年 朝倉撰 diary」&「北村西望との関係」時 5年

1月15日(日)まで ●ギャラリートーク 時 11月16日(火)午後2時(30分程度)

◆以降、上記記事の共通項目◆ 開館時間 午前9時30分～午後4時30分(入館は4時まで) 入館料 一般500円、小中高生250円※入館時は靴を脱ぎ靴下着用 休館日 月・木曜日(祝休日と重なる場合は翌日) 場・問 朝倉彫塑館 TEL (3821) 4549

一葉記念館から

●一葉祭 時 11月23日(祝)※入館無料 ●特別展「一葉と手紙」時 12月11日(日)まで 入館料 一般300円、小中高生100円 ◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 一葉記念館 TEL (3873) 0004

邦楽爛漫 一和の響一

時 5年2月11日(祝)正午開場、午後1時開演 場 浅草公会堂 出演 東京藝術大学音楽学部邦楽科教授 ほか 曲目 雅楽「落躰」、長唄・邦楽囃子・日本舞踊「外記猿」、箏曲生田流「花舞」、能楽宝生流 舞囃子「班女」 入場料(全席自由) 一般2,000円、小中高生1,000円※未就学児入場不可 前売券 11月16日(水)販売開始 カンフェティ(インターネットまたはTEL 0120(240)540(土・日曜日・祝日を除く午前10時～午後6時))で販売

- ①区内在住か在勤(学)の方を抽選で25組50人ご招待
- ②区内在住か在学の小中高生と保護者を抽選で10組20人ご招待

申はがきに記入例1(①か②)～4・学年、在勤(学)の方は6・7を書いて下記問合せ先へ 締 11月30日(水)(必着) 問 〒110-0004 台東区下谷1-2-11 台東区芸術文化財団 TEL (5828) 7591

リサイクル活動室出前講座

●手拭いを利用したミニトートづくり 時 11月19日(土)午後2時～4時 場 台東区一丁目区民館 定 7人(先着順) 費 200円(材料費) 締 11月11日(金) 申・問 清掃リサイクル課 TEL (5246) 1018

企画展 「旅する童謡作曲家 本居長世」

時 11月13日(日)～12月18日(日)の日・火・水曜日(木・金・土曜日はホール使用のない場合公開) 午前9時30分～午後4時30分(入館は4時まで) 入館料 一般300円、小中高生100円 場・問 旧東京音楽学校奏楽堂 TEL (3824) 1988

N響メンバーによる奏楽堂コンサートシリーズNo.69「ブランデンブルク協奏曲全曲演奏会」

時 12月11日(日)午後1時開場、2時開演 出演 NHK交響楽団メンバーを中心とした室内合奏団 曲目 J.S.バッハ ブランデンブルク協奏曲全6曲 入場料(全席指定) 6,000円※未就学児入場不可 前売券 カンフェティチケットセンター TEL 0120(240)540(土・日曜日・祝日を除く午前10時～午後6時) 場・問 旧東京音楽学校奏楽堂 TEL (3824) 1988

障害者週間(12月3日～9日)記念イベント

①障害者作品展 時 11月30日(水)～12月8日(水)午前9時～午後5時(初日は正午から) 場 生涯学習センター 展示内容 松が谷福祉会館機能訓練室、さをり織教室、絵画教室、自主絵画サークル、ブロック折り紙サークルで制作した作品 ②みんなで歌おう「ピアノDEコンサート」 時 12月7日(水)午後1時～3時(午後0時30分開場) 場 生涯学習センターミレニアムホール 定 300人(先着順) 講 杉山裕美氏(歌手)、中田雄一朗氏(ピアニスト) ※当日も受付可

◆以降、上記記事の共通項目◆ 申・問 障害者自立支援センター(松が谷福祉会館内) TEL (3842) 2672 FAX (3842) 2674 ●障害者のための美術ワークショップ 時 12月7日(水)午前10時30分～午後0時30分 場 生涯学習センター 対 障害をお持ちの方 定 24人(先着順) 申込開始日 11月15日(火) 申・問 文化振興課 TEL (5246) 1153

幼児向けエコ工作 「しぜんであそぼう！」

時 11月19日(土)午後3時～3時45分※2時から4階で整理券を配布します。(参加希望者全員がそろっている方から) 対 未就学児と保護者(親1人につき子供1人まで) 定 4組8人(先着順) 場・問 環境ふれあい館ひまわり環境学習室※雨天時室内 TEL (3866) 2011

ミレニアムホールふれあいコンサート「ヴァイオリンとピアノの調べ」

時 12月4日(日)午後3時～5時 場 生涯学習センターミレニアムホール 定 300人(先着順) 出演 浦川宜也(ヴァイオリン)、田中美千子(ピアノ) 曲目 ヘンデル ヴァイオリンと通奏低音のためのソナタ第4番 二長調HWV.371 ほか 入場料 一般1,000円、小・中学生500円※当日会場で支払い、未就学児入場不可 申 電話または直接下記問合せ先へ 受付開始日 11月5日(土) 問 生涯学習課(午前9時～午後5時) TEL (5246) 5812

スポーツひろば 「スポーツ推進委員運営校」

時・コース 12月2日(金)・シェイプアップ腹筋エクササイズ、9日(金)・代謝アップヒップアップエクササイズ 時間 午後7時30分～8時30分(7時15分受付) 場 大正小学校地下体育館 対 区内在住か在勤(学)の方 定 20人(先着順) 講 川田駿氏 申 電子申請か下記問合せ先へ電話で申込み 申込期間 11月7日(月)～28日(月) ※詳しくは、区HPをご確認ください。 問 スポーツ振興課 TEL (5246) 5853



図書館のこども室から

●あかちゃんえほんタイム 時 12月1日(水)午前11時～11時30分 対 区内在住の令和3年6月1日～4年5月31日生まれの子供と保護者 定 6組※参加は子供1人につき1回まで 申 直接下記カウンターまたは電話で申込み 申込開始日 11月15日(火)※申込みは保護者に限る。中央図書館では受付しません。 場・問 石浜図書館 TEL (3876) 0854

北海道十勝地域×東京台東区・墨田区連携 ～大地のタカラ×江戸のチカラ 関係人口創出プロジェクト～

北海道十勝の食を味わう「たいとう・すみだ十勝ウィーク」

北海道十勝地域の生産者や事業者と連携し、東京都に在りながら、十勝地域の豊かな「食材」を「食べ」、「手に入れる」ことができる「たいとう・すみだ十勝ウィーク」を下記の期間に開催します。 ※開催日時は、実施内容によって異なります。詳しくは、区HPおよび右記二次元コードからご覧ください。



十勝食材フェア 時 11月18日(金)～12月6日(火)

十勝産の豊かな食材を使った特別メニューを、区内10店舗で期間限定で味わえます。

店舗名	住所	電話番号
浅草ときわ食堂	浅草1-3-3	(3847) 8845
肉×日本酒 Fukuya/バル	浅草1-41-8	(5830) 6482
浅草ローカルバーガー	浅草3-1-3	(6240) 6766
和菓子 楓 千束通り店	浅草4-19-3	(5849) 4360
デンキヤホール	浅草4-20-3	(3875) 2987
串焼き居酒屋 福家	浅草4-21-8	(5849) 4360
浅草じゅうろく	浅草4-37-8	(6240) 6328
浅草花川戸 鮎忠	花川戸1-6-4	(3844) 4127
bookcobar	雷門1-3-4	(6877) 3045
AROUT	雷門1-3-4	(6877) 3045

※期間中の定休日および営業時間は、店舗によって異なりますので各店舗へお問合せください。

十勝特産品フェア 時 11月24日(木)～12月6日(火)

十勝地域18町村選りすぐりの乳製品や食肉加工品など、豊かな特産品を期間限定販売。十勝食材フェアで味わった食材も購入できます。 (時間)午前10時～午後7時※30日(火)は休み (場所)ふるさと交流ショップ 台東(浅草4-36-5)

※「特別区全国連携プロジェクト」は、東京23区と全国の各地域がともに発展・成長し、共存共栄を図ることを目的として、特別区長会が立ち上げたプロジェクトです。その取り組みの一つとして、台東区と姉妹区の墨田区、北海道十勝地域18町村と連携し2～4年度でさまざまな事業を展開しています。



▶問合せ 台東区都市交流課 TEL (5246) 1016

～暴力は身近なところで おこっています～

●女性に対する暴力をなくす運動 国際連合は、11月25日を「女性に対する暴力撤廃国際日」と定め、国では毎年11月12日～25日の2週間を「女性に対する暴力をなくす運動」の実施期間としています。暴力は、親しい間柄であっても決して許されるものではありません。期間中、区ではパネル展を開催し、女性の権利尊重のための意識啓発を図っていきます。 ●パネル展 時 11月12日(土)～23日(祝) 場 生涯学習センター 問 男女平等推進プラザ TEL (5246) 5816

区民体育祭

●舞踊大会 時11月27日(日) 場生涯学習センターミレニアムホール
※詳しくは、区HPをご確認ください。
問 スポーツ振興課
TEL (5246) 5853



キッズONLINEライブレッスン

時(全3回)12月4日~18日の日曜日
①午前9時~9時20分 ②9時40分~10時
時 コース①3・4歳コース ②5歳コース
対 区内在住の平成28年4月2日~31年4月1日生まれの子供 定各コース80人(先着順) 申 電子申請 申込期間 11月7日(月)~20日(日)※詳しくは、区HPをご覧ください。
問 スポーツ振興課
TEL (5246) 5853



企画展「日記が語る台東区9 饗庭篁村と馬琴日記」

時12月16日(金)~5年3月12日(日)
場・問 中央図書館 TEL (5246) 5911
●スライド・トーク「饗庭篁村と根岸」
時12月17日(土)午後2時~4時 場 根岸社会教育館ホール 定30人(抽選) 申 図書館HPから申込み 往復はがき(1人1枚)に記入例 ①~④を書いて下記問合せ先へ
申込期間 11月5日(土)~30日(水) (必着)
問 〒110-0003 台東区根岸5-18-13 根岸図書館 TEL (3876) 2101

「台東区でカイゴに出会おう！」第5回カイゴ職等就職フェア

時12月16日(金)午前10時~11時30分
場 区役所10階会議室 対 区内の福祉事業所での就職を希望される方
申 右記二次元コードか電話で申込み 問 台東区社会福祉事業団
TEL (5603) 2228



講座・相談会など

日本語学習支援ボランティアサポート講座(実践編)

時12月11日(日)午前10時~正午 場 区役所10階会議室 対 区内でボランティアとして日本語学習支援活動を行っている方
定20人(先着順) 申 右記二次元コードまたは電話で申込み 問 人権・多様性推進課 TEL (5246) 1116



講座「聞き書きから見た女性たちの願いと希望~千代田区女性史編さんを通して~」

時12月4日(日)午後2時~4時30分 定20人(先着順) 講 大橋由香子氏(フリーライター・編集者) 申 下記二次元コードか電話または直接下記問合せ先へ※託児あり(1歳以上の未就学児) 希望の方は子供の35を11月26日(土)までに下記問合せ先へ
受付開始日 11月8日(火)
場・問 男女平等推進プラザ(生涯学習センター4階)
TEL (5246) 5816



伝統芸能講座「落語体験セミナー」

時(全3回)練習・指導は5年1月21日(土)・28日(日)午後1時~4時30分、発表会は2月4日

(土)正午~午後4時30分 場 区役所10階会議室 対 中学生以上の方で全日程参加できる方 定15人(抽選) 演目 つる、狸の札、猫の皿、他行、寿限無 講 橋ノ圓満氏、三遊亭花金氏 費 10,000円(3回、扇子・手ぬぐい代含む) 申 はがきに記入例 ①~⑤・性別・希望する演目(第3希望まで)を書いて下記問合せ先へ※受講決定連絡時に課題となる1つの演目をお知らせします。
締 11月28日(月) (必着) 問 〒110-0004 台東区下谷1-2-11 台東区芸術文化財団
TEL (5828) 7591

したまち伝統工芸体験教室「干支(卯)の木目込人形を作ろう」

時①12月10日(土) ②17日(土) ①②午前10時~午後3時 場 上野区民館 対 18歳以上の方 定各8人(抽選) 講 石崎真葵氏(木目込人形工房「一葉堂」) 費 3,000円(材料費) 申 往復はがき(1人1枚)に記入例 ①~⑤・希望日(①か②)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 締 11月18日(金) (必着) 問 〒110-0007 台東区上野公園2-1 下町風俗資料館
TEL (3823) 7451

楽しみながら アップサイクルものづくり!

時12月17日(土)午前10時~正午 場 Rinne.bar(小島2-21-2) 対 区内在住か在勤(学)、サービスセンター会員および登録の小学生以上の同居家族 定10人(抽選) 講 小島幸代氏(RINNE PROJECT代表) 費 3,000円(勤労者サービスセンター会員・会員家族は2,000円) 申 はがき(1人1枚)に記入例 ①~⑤・性別、在勤(学)の方は⑥~⑧、会員の方は会員番号を書いて下記問合せ先へ
締 12月5日(月) (必着) 問 〒111-0056 台東区小島2-9-18 台東区勤労者サービスセンター TEL (5829) 4123

成年後見制度無料相談会(予約制)

下記の場所にて、オンラインで司法書士に相談していただきます。 時12月10日(土)午前9時30分~午後4時30分(1組45分程度) 対 区内在住か在勤(学)の方 定5組(先着順) 締 12月1日(木)
場・申・問 台東区社会福祉協議会
TEL (5828) 7507

無料の建替え相談会(清川区民館)

浅草北部地域の防災性向上のため、一級建築士、ファイナンシャルプランナー等による建替え相談会を実施します。 時11月29日(火)午後4時~8時(1人30分程度、予約優先、受付は7時30分まで) 場 清川区民館 対 次の地区に木造建築物を所有し、建替えを検討されている方 竜泉3丁目、浅草5丁目、千束3・4丁目、今戸2丁目、東浅草1・2丁目、橋場1・2丁目、清川1・2丁目、日本堤1・2丁目 申・問 地域整備第二課 TEL (5246) 1366

認知症サポーターフォローアップ講座

時12月13日(火)午後2時~3時30分 場 区役所10階会議室 対 区内在住か(学)で、認知症サポーター養成講座を受講済みの方 定30人(先着順) 講 下垣光氏(日本社会事業大学教授) 申・問 介護予防・地域支援課 TEL (5246) 1225

NPO法人に関する専門講座

時・内 ①11月30日(水)・NPO法人におけるセクハラ・パワハラの実態 ②12月6日(火)・一般社団法人・NPOと労働者協同組合法の違い ①②午後2時~3時30分
対 区内在住か(在勤)の方または区内で活動するNPO法人、今後NPO法人や団体の立ち上げを検討している方 定各20人(先着順) 講 堀創平氏(弁護士・准認定ファンドレイザー) 申 右記二次元コードから申込み
場・問 台東区社会福祉協議会 TEL (3847) 7065



シルバー人材センターの催し

●パソコン講座
内・時(全3回)①「Windows10の活用とZOOM」12月5日(月)・8日(木)・12日(月) ②「初めてのエクセル」12月7日(水)・9日(金)・14日(水) ①②午前10時~正午※パソコン持参 定各6人(抽選) 費3,000円(3回分) 申 往復はがき(1人1枚)に記入例 ①(①か②)~⑤を書いて下記問合せ先へ
●パソコン「無料よろず相談会」
時12月16日(金)・26日(月)午前10時、11時 定各5人(抽選) 申 往復はがき(1人1枚)に記入例 ①~⑤・希望日時・相談内容を書いて下記問合せ先へ
◆以降、上記記事の共通項目◆
対 区内在住の60歳以上の方 締 11月21日(月)※募集数に達しない場合、22日(火)以降に電話で受付 場・問 〒111-0056 台東区小島1-5-5 台東区シルバー人材センター TEL (3864) 3338

家庭教育支援者養成講座(基礎編)「家庭を支える 親を支える」をともに学ばせ

時(全3回)12月10日(土)・17日(土)、5年1月21日(土)午前10時~正午 場 生涯学習センター 対 区内在住か(在勤)の方 定12人(抽選) 講 石田桃子氏(谷中ベビママ安心ネット主宰)、前田烈氏(元台東区教育委員)、峯岸由美子氏(遊心主宰) 申 区HPから申込み※詳しくは、下記二次元コードをご確認ください。
締 12月1日(木)
問 生涯学習課
TEL (5246) 5811



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)

時12月8日(日)午後1時30分~4時15分
場 区役所10階会議室 対 区内のマンション所有者 定6組(先着順・1組45分程度)
相談員 弁護士または一級建築士
申込期間 11月7日(月)~12月5日(月)
申・問 住宅課 TEL (5246) 9028

工作教室「つなわたりゴリラ」

時12月11日(日)午後1時30分~3時30分
場 生涯学習センター
対 区内在住か(在学)の満5歳~小学4年生 定11人(抽選)※参加者1人に付き添い1人まで 費800円(材料費・保険料) 申 電子申請
締 11月25日(金)午後5時
問 生涯学習課
TEL (5246) 5815



冬休み特別講座 ~科学実験を体験してみよう~

時12月26日(月)・27日(火)午後2時~4時
場 生涯学習センター 対 区内在住か(在学)の小学3~6年生 定各24人(抽選) 費500円(材料費・保険料) 申 電子申請※実験の内容等詳しくは、下記二次元コードをご確認ください。
締 11月30日(水)
問 生涯学習課
TEL (5246) 5815



清島温水プール 水泳教室

●第5期 幼児水泳教室 水慣れからクロールまでのレベル別グループレッスンです。
時(全6回)5年1月14日~2月25日の土曜日(2月11日は除く) 時間 Aクラスは午前11時30分~午後0時30分、Bクラスは0時30分~1時30分 対 区内在住か(在学)の3~6歳の未就学児 定各24人(抽選) 講 野村不動産ライフ&スポーツ(株) 費 8,500円(保険料・利用料含む) 申 清島温水プールHPから申込み※定員に満たない場合は締切日以降もフロントで受付
締 11月30日(水)午後9時 場・問 清島温水プール TEL (3842) 5353

第4期 硬式テニス教室

時5年1月4日(水)~3月16日(木)の10回(2月23日、3月8日を除く) 対 区内在住か(在勤)の高校生以上の方(未経験者不可) 持 運動着、シューズ、ラケット 申 往復はがき(1人1枚・1クラス)に記入例 ①~⑤、在勤(学)の方は⑥~⑧を書いて下記問合せ先へ(抽選)※重複申込・記入漏れ無効 締 11月23日(水) (必着)
場・問 〒111-0024 台東区今戸1-1-10 台東リバーサイドスポーツセンター
TEL (3872) 3181

曜日	クラス	時間	定員	受講料
木曜	初級①	午前9時10分~10時40分	15人	12,000円
	初級②	午前10時45分~午後0時15分	15人	
	初級③	午後1時30分~3時	15人	
	初級④	午後3時15分~4時45分	15人	15,000円
	初級⑤	午後5時55分~7時25分	15人	
	中級A	午前9時30分~11時	30人	
	中級B	午前11時15分~午後0時45分	30人	12,000円
	中級C	午後1時30分~3時	15人	
	中級D	午後3時15分~4時45分	15人	
	中級E	午後5時55分~7時25分	15人	15,000円
中級F	午後7時30分~9時	30人		
水曜	中級G	午後5時55分~7時25分	15人	17,000円
	上級	午後7時30分~9時	15人	

※上級クラスを初めて受講される方は、12月21日(火)午後7時のレベルチェックが必要

区民のひろば

この欄の掲載記事は、区が主催する事業ではありません。内容については、当事者間で責任を持っていただきます。区HP上の「広報たいとう」にも掲載しますので、ご了承ください（了承いただけない場合は、掲載することができません）。

※掲載基準等、詳しくは下記へお問合せください。

▷問合せ 広報課

TEL (5246) 1021

FAX (5246) 1029

電子申請でもお申込み
できます。
(右記二次元コードより) ▲催しものなど ▲会員募集

催しものなど

- Let's dancing ホートン！
 - ▷日時 11月11日(金)午後2時30分～8時のうち45分～1時間
 - ※開始時間は年齢により異なります。
 - ▷場所 生涯学習センター
 - ▷対象 4歳以上の方
 - ▷定員 20人 (先着順)
 - ▷費用 1,000円
 - ▷申込み・問合せ 石川
 - TEL** 090 (2306) 8823
- 日本医科大学付属病院 第20回糖尿病週間
 - ▷日時 11月17日(木)～19日(土)午前10時～午後3時 (19日は午後2時まで)
 - ▷内容 血糖・血圧の測定、医師・看護師・栄養士・薬剤師による個別相談窓口、糖尿病に関する情報提供
 - ▷場所・申込み・問合せ 日本医科大学付属病院 (文京区千駄木1-1-5)
 - TEL** (3822) 2131 (内線3010)
- 第45回記念日本きりえ美術展
 - ▷日時 11月18日(金)～24日(木)午前9時30分～午後5時30分 (最終日は2時30分まで)
 - ※21日(月)休館
 - ▷場所 東京都美術館
 - ▷入場料 一般600円、学生300円、中学生以下無料
 - ▷問合せ 筑間 **TEL** 090 (9965) 0637
- サークルフェスタ2022 広げよう！！学びの和！～社会教育センター・社会教育館利用サークルによる活動成果発表～
 - プログラムは下記問合せ先・社会教育館で配布中。詳しくは、社会教育センターHPをご覧ください。
 - ▷日時 11月26日(土)午前10時～午後5時30分・27日(日)午前10時～午後5時
 - ▷定員 (ホール) 50人 (発表ごと)
 - ▷場所・問合せ 社会教育センター
 - TEL** (3842) 5352
- 初心者向けフラダンス体験会(申込要)
 - ▷日時 11月25日(金)午前10時30分～11

- 時45分
 - ▷場所 生涯学習センター
 - ▷対象 区内在住の方 (子供連れ可)
 - ▷定員 4人 (先着順)
 - ▷申込み・問合せ 鎌倉
 - TEL** 090 (2556) 6816
- 薩摩琵琶演奏会「琵琶×朗読で味わう日本の名文学」
 - ▷日時 11月26日(土) 午前11時～午後1時・3時～5時
 - ▷場所 旧平櫛田中邸アトリエ
 - ▷定員 15人 (先着順)
 - ▷費用 1,500円
 - ▷申込方法 希望時間・氏名・電話番号・枚数を電話かメールで下記問合せ先へ
 - ▷問合せ 中尾 **TEL** 090 (7722) 2275
 - Eメール** yukobiwa0421@gmail.com
- オレンジカフェ「楽しい認知症予防体操」
 - ▷日時 11月29日(火)午後3時～4時
 - ▷場所 区役所10階会議室
 - ▷定員 20人 (先着順)
 - ▷講師 中村真奈子氏 (健康運動指導士)
 - ▷申込み・問合せ 永寿総合病院認知症患者医療センター **TEL** (3833) 8381(代)
- 竹町地区健康推進委員主催「竹町地区ウォーキング」(予約不要)
 - ▷日時 12月4日(日)午前8時45分集合
 - ▷場所 竹町公園 (集合)～上野公園～谷中霊園～タヤけだんだん (解散)
 - ▷持ち物 飲み物
 - ※雨天時や感染症の状況によっては中止。
 - ※履きなれた靴、動きやすい服装、マスク着用でご参加ください。
 - ▷問合せ 竹町地区健康推進委員リーダー 栗國 **TEL** (3836) 4846
- 日本舞踊(新舞踊・古典舞踊)公演千波流千波会～藤田紀子トーク講演あり～
 - ▷日時 12月10日(土) 午後0時30分～4時30分
 - ▷費用 3,000円
 - ▷申込締切日 12月2日(金)
 - ▷場所・申込み・問合せ 浅草公会堂
 - TEL** (3844) 7491
 - ▷申込み・問合せ 千波流事務所
 - TEL** (3653) 0010

たいとうやさいんふお

～プラス1皿で野菜の不足分70gを補おう！～

旬の野菜を食べよう!

旬の野菜はおいしいだけでなく、比較的安価で栄養素が豊富に含まれています。レシピのかぶとにんじんの葉は、秋から冬頃に旬を迎える野菜です。かぶの葉はβカロテンやカルシウムが含まれているので、捨てずに使いましょう。

かぶとにんじんのスープ

【1人分】エネルギー49kcal 食塩相当量0.9g

材料 (2人分)

- ・小かぶ 2個分
- ・かぶの葉 1～2個分
- ・にんじん 1/2本
- ・油 小さじ1
- ・水 2カップ
- ・コンソメ顆粒 (固形) 小さじ1
- ・塩、こしょう 少々

作り方

- ①かぶは皮をむいて、4等分に切る。にんじんは皮をむいて、1cmくらいの厚さの半月またははちょう切りにする。かぶの葉は洗い、3cmくらいの長さに切る。
- ②鍋に油を入れ、にんじん、かぶの葉を炒める。かぶを加え、軽く炒めたら、水とコンソメを加えて煮る。にんじん、かぶが柔らかく煮えたら、最後に塩・こしょうで味を調える。

▷問合せ 台東保健所保健サービス課 **TEL** (3847) 9440

YouTube台東区公式チャンネルをご覧ください

上野の山文化ゾーンフェスティバル30周年記念イベントの様態を放送します。

『澤ファミリーによる「こころ」と「いのり」の音楽会』

※上野の山散策ガイドツアー「近現代建築物を巡るAルート」は11月6日(日)公開予定です。

▷問合せ 文化振興課 **TEL** (5246) 1153

官公署だより

- 4年度陸上自衛隊高等工科学校生徒募集
 - ①推薦 ②一般
 - ▷受付期間 ①12月2日(金)まで ②5年1月6日(金)まで
 - ▷応募資格 ①中学校卒業 (見込み含む) 以上17歳未満の、成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる男子 ②中学校卒業 (見込み含む) 以上17歳未満の男子
 - ▷試験日 ①5年1月5日(休)～7日(出)の指定する1日 ②1次試験1月14日(出)・15日(日)、2次試験1月26日(休)～29日(日)の指定する1日
 - ▷申込み・問合せ 自衛隊台東出張所 **TEL** (3831) 3555
- ハローワーク上野就職支援セミナー参加者募集(予約制)
 - ▷講座名・日時
 - ・書類作成セミナー 11月9日(水)・30日(火)午後2時～3時30分
 - ・面接対策セミナー 11月16日(火)午後2時～3時30分
 - ▷場所・申込み・問合せ ハローワーク上野 **TEL** (3847)8609 41#

川柳 台東川柳人連盟

▷問合せ 台東川柳人連盟 内田博柳 **TEL** (5827) 2139

<p>空気詠み夫婦喧嘩に逃げる猫 ハ幡貴之</p> <p>家柄を困った時の盾にする 長岡徹高</p> <p>亡き祖母とゆっくり語る墓掃除 増山葉津絵</p> <p>穏やかないい日何より大安日 天神光子</p> <p>祖母母とルーツ辿れば長寿系 杉田黎子</p> <p>リモートの墓に孫らと経を読む 竹町子</p> <p>モノクロの写真知らない人ばかり 丸山智子</p> <p>大安を選び合コン結ばれず 熊木友子</p> <p>高血糖好物横目低気分 関口漏水</p> <p>棟上げを見上げて硬い父の顔 星野圭恵</p>	<p>抹茶たてひとり味わう至福時 石田千津子</p> <p>無礼講裏も表もなく渋茶 石川三佳子</p> <p>お茶でもと言えたあの時今がある 秀島茂</p> <p>アフタヌーンティに黙食似合わない 笠井真理子</p> <p>お茶室もいつの間にやら物置に 野村光子</p> <p>茅ぶきの柱に残る丈比べ 高橋きみ子</p> <p>気になる蚊三度目に知る飛蚊症 大沼真水</p> <p>小石でも転ぶ時には転ぶもの 野間三枝</p> <p>そろそろと歩く姿の卒寿すぎ 飯塚澄子</p> <p>そろそろだ尻に火がつく締切り日 赤井慶子</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------