

こころがっらいと思ったら

# 誰かに相談 してみませんか？

9月は東京都の  
自殺対策強化月間  
です

こころがっらいときに、話ができる電話やLINEがあります

## 区の相談窓口

地区を担当する保健師が、健康相談を受け付けます。

時 間 午前8時30分～午後5時15分

問 合 せ 台東保健所保健サービス課 TEL (3847) 9497  
浅草保健相談センター TEL (3844) 8172

こころの  
健康相談

精神科医による相談日もあります。(予約制・月4～5回)

時 間 午前8時30分～午後5時15分

問 合 せ 台東保健所保健予防課 TEL (3847) 9405  
浅草保健相談センター TEL (3844) 8172



眠れない

好きなことに  
興味がわかない

気分が  
落ち込む

学校に  
行くのが  
つらい

人間関係が  
つらい

## 都の相談窓口

相談窓口	内容	電話番号	時間
東京いのちの電話	さまざまな精神的危機に追い込まれている人たちのための相談に対応します	(3264) 4343	24時間年中無休
東京自殺防止センター	自殺防止の電話や面接相談に対応します	(5286) 9090	午後8時～翌2時30分 ※月曜日は午後10時30分から、 火曜日は午後5時から(年中無休)
東京都夜間こころの電話相談	精神的な問題で困っている等の相談に、専門の相談員が応じます	(5155) 5028	午後5時～10時 ※受付は午後9時30分まで

## 東京都LINE相談 「相談ほっとLINE@東京」

LINEで友だち登録をしてご利用ください。

時 間

午後3時～11時

※受付は午後10時30分  
まで(年中無休)



## 周りの人にできること

### こころのSOSに気づく

自殺者の多くは、自殺する前にSOSを出しています。「死んでしまいたい」と深く悩んでいると同時に「助けてほしい」と周囲に訴えている場合があります。この気づきが自殺予防の第一歩です。

### こころのSOSに気づいたら

あなたにもできる4つのことがあります。

STEP 01

#### 声をかける

周りの人の普段とは違う様子に気づいたら、ひと声かけてください。

STEP 02

#### 話をよく聴く

相手の話をじっくり聴き、受け止めてください。

STEP 03

#### 相談窓口へつなげる

話を受け止めたうえで、相談できる窓口があることを伝えてください。

STEP 04

#### 見守る

相談機関などにつないだ後も「気にかけている」というメッセージを伝えましょう。

あなたの一言が、  
その人を救うきっかけ  
になることも



Taito  
kun  
© BANDAI

## ゲートキーパー養成講座 を実施しています

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人です。



詳しくはこちら

動画も  
見られます

## 自殺対策パネル展

期間・場所 9月29日(金)まで・台東保健所1階ロビー、9月19日(火)～29日(金)・区役所1階ロビー

問合せ 台東保健所保健予防課 TEL 03-3847-9405



## 台東区文化・スポーツ奨励賞を贈りました

この賞は、優れた文化・スポーツ活動等により、広く区の文化およびスポーツの振興に寄与し、将来の活躍が期待される方に対して贈るものです。

●受賞者 河原資起さん(第30回JOCジュニア・オリンピック・カップ・フェンシング大会「カデ男子サーブル」3位)  
 ▶問合せ 総務課  
 TEL (5246) 1052



## 10月の日曜窓口開庁日を変更します

地方公共団体情報システム機構におけるシステムメンテナンスのため、開庁日を変更します。

変更前	10月8日(日) (第2日曜日)	→	変更後	10月15日(日) (第3日曜日)
-----	---------------------	---	-----	----------------------

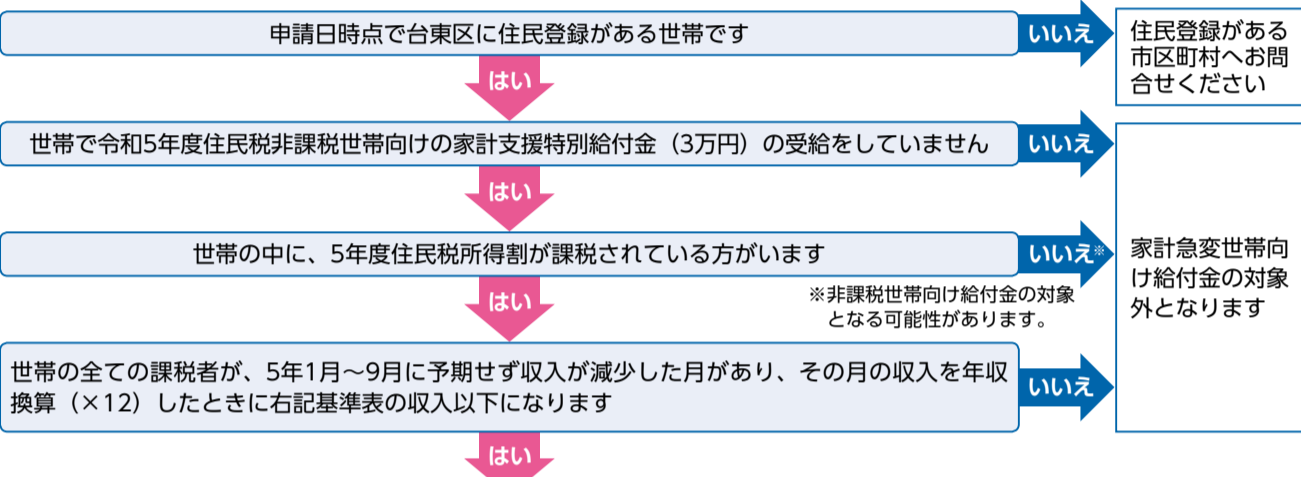
【日曜窓口】  
 毎月第2日曜日は、午前9時～午後5時まで区役所1階で転出入の手続きや証明書の発行等を行っています。

【水曜窓口時間延長】  
 毎週水曜日は、開庁時間を午後7時まで延長しています。取り扱い業務については、区HPをご覧ください。

▶問合せ 企画課 TEL (5246) 1012

## 家計急変世帯へ家計支援特別給付金(1世帯あたり3万円)を支給しています

今一度、受給対象世帯に該当するかをご確認ください



家計急変の基準表

扶養人数等	収入限度額	所得限度額
扶養親族なし	100万円	45万円
扶養親族1人	170万円	112万円
扶養親族2人	221.4万円	147万円
扶養親族3人以上	221.4万円+ (扶養人数-2人) ×50万円	147万円+ (扶養人数-2人) ×35万円
障がい者 未成年者 寡婦 ひとり親	204.3万円	135万円

給付対象となる可能性がありますので、コールセンターまでお問合せください。

▶問合せ 台東区家計支援特別給付金コールセンター TEL 0120-953-580 (午前8時30分～午後5時15分、土・日曜日・祝日を除く)

詳しくはこちら



## 第六回 江戸まちたいとう芸楽祭開催!

開催期間 10月～6年2月

下記のほかは決まり次第、江戸まちたいとう芸楽祭HP等でお知らせします。内容、出演者等については、変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。詳しくは、江戸まちたいとう芸楽祭HPをご覧ください。

問合せ

〒110-8615 台東区役所  
 文化振興課内江戸まちたいとう  
 芸楽祭実行委員会事務局  
 TEL (5246) 1328  
 (午前9時～午後5時)



番号	プログラム名	日時・場所	内容	申込期間・料金	申込方法	問合せ
①	演劇連携公演 酔いどれ船企み事其之参 偉人志語り 『愛するものが死んだ時には』 ～中原中也86回忌に中也を偲ぶ～ 要申込み 全席自由 区民招待	日時 10月21日(出)・22日(日) 午後3時、 午後6時30分 (計4公演) 場所 忠綱寺本堂 (台東区池之端2-5-43)	愛するものは、死んだのですから、 たしかにそれは、死んだのですから、 もはやどうにも、ならぬのですから、  中原中也。 詩をいのちとして生きた彼の四方に はいつも「死」が両手を広げ、微笑 んでいた。 一聞、のように見えるその黒は、果 たして本当に闇なのか— 語り芝居と舞で描く、詩人・中原中 也の生涯 これは、命日に捧ぐ「命」の、物語  主催 酔いどれ船	料金 3,500円 (前売・当日) 5,500円 (特典(キャスト 1人のサイン入 り2L版プロマ イド)付) 2,000円 (配信)	チケット購入先  前売・特典付  配信	酔いどれ船 Eメール yohidorebune@gmail.com
②	和妻(わづま)にチャレンジ! 無料 要申込み	日時 11月11日(出) 午前の部 午前10時30分～正午 午後の部 午後2時～午後3時30分 場所 たなか舞台芸術スタジオ (台東区日本堤2-25-4)	日本の伝統的な手品である和妻。 その歴史とともに、世界に誇れる日 本の伝統芸能に触れることができる 貴重なワークショップです。 対象 小学生～高校生 定員 各20人(抽選) 講師 きょうこ(和妻師)	申込期間 10月13日(金) (必着)	WEBでの申込み  はがきでの申込み プログラム名、希望する回(午 前・午後・どちらでも)、郵 便番号、住所、参加者氏名(2 人まで)、参加者年齢、保護 者氏名、電話番号を書いて問 合せ先へ ※当選の発表は、ご案内の 発送をもってかえさせて いただきます。	〒110-8615 江戸まちたいとう芸楽祭 実行委員会事務局 (台東区役所文化振興課内) TEL (5246) 1328

### 区民招待の申込方法

区内在住・在勤(学)の方を抽選  
でご招待!(上記①)

- ▶区民招待日時 10月21日(出)・22日(日)午後3時、午後6時30分※各公演4人
- ▶WEBでの申込 右記二次元コードより
- ▶はがきでの申込 はがき(1人1枚、記入不備・2枚以上は無効)に希望の区民招待日時、希望人数(2人まで)、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を書いて「江戸まちたいとう芸楽祭実行委員会事務局」へ
- ▶申込締切日 9月29日(金) (必着) ※当選の発表は、チケットの発送をもってかえさせていただきます。



# お知らせ

## 東京TASKものづくりアワード 2023応募受付中です

暮らしを豊かに、より便利にする新しい生活雑貨・日用品などを募集しています。入賞者は、賞金のほか東京インターナショナルギフトショーに出展する権利等が得られます。

▷**応募資格** 東京TASK3区(台東・荒川・葛飾)の事業者(企業もしくは個人)で、応募製品の主たる製作者

▷**応募対象製品** 4年11月1日～5年10月31日までに開発した生活雑貨・日用品等

▷**応募方法** 応募用紙(HPからダウンロード可)に製品(試作品可)の写真を添えて、問合せ先へ持参か郵送

▷**申込締切日** 10月31日(火)(必着)

▷**問合せ** 〒110-8615

台東区役所産業振興課  
(区役所9階⑤番)

TEL (5246) 1143



詳しくはこちら

## 創業支援施設「台東デザイナーズビレッジ」・「浅草ものづくり工房」6年4月入居者募集

台東デザイナーズビレッジおよび浅草ものづくり工房は、経営者としての自立を支援し、区内定着を図る創業支援施設です。区内で創業予定または創業5年以内の個人または法人を対象に、インキュベーションマネージャーによる指導、低額で利用できる事務所や共同利用の制作室等を提供しています。

### ●台東デザイナーズビレッジ

▷**対象** ファッション関連産業およびデザイン・コンテンツ関連産業に携わるデザイナー等

▷**募集室数(予定)** 3～7室程度

### ●浅草ものづくり工房

▷**対象** 区内の地場産業等のものづくりに携わるクリエイター・職人等

▷**募集室数(予定)** 2室程度

### ◆以降、上記記事の共通項目◆

▷**申込締切日** 10月31日(火)

※募集要項等、詳しくは各施設HPをご覧ください。

▷**問合せ** 産業振興課

TEL (5246) 1143

## 高齢者ドライバーの皆さんへ ～免許返納を考えてみませんか～

区内在住の満65歳以上の方で、運転免許証を1年以内に自主返納した方に、記念品を差し上げています。

▷**記念品** 台東区循環バス「めぐりん」専

用回数券(11回分の乗車券)

▷**申請方法** 東京都公安委員会発行の「運転免許証の取消通知書」または「運転経歴証明書」を問合せ先へ持参または電子申請

▷**問合せ** 交通対策課  
(区役所5階②番)

TEL (5246) 1288



詳しくはこちら

## 住宅・土地統計調査を実施します

無作為に抽出した約5,800の対象世帯に、都知事が任命した調査員が訪問の上、調査書類を配布します。インターネットまたは郵送での回答をお願いします。

▷**調査基準日** 10月1日(日)

▷**調査期間** 9月下旬～10月中旬

▷**問合せ** 総務課調査統計係

TEL (5246) 1462

## 「こども110番」にご協力ください

登下校時や放課後などに子供たちが身の危険を感じた場合に、助けを求めることができる緊急避難場所を区民の皆さんに提供していただく制度です。子供を犯罪から守るため、「こども110番」への登録のご協力をお願いします。

▷**申込方法** 区HPから申込みか問合せ先へ

▷**問合せ** 学務課

TEL (5246) 1412



詳しくはこちら

## 子育て・教育

### 子ども医療費助成制度の医療証(乳幼児医療証・子ども医療証)が切り替わります

現在の医療証の有効期間は9月30日(日)までです。新しい医療証(淡い橙色)は、9月15日(金)に発送します。

現在医療証をお持ちの方は、申請の必要はありません。10月になっても届かない方は、お問合せください。

※来年4月に小学生になる方は、「㊦」から「㊧」、高校生等になる方は「㊧」から「㊨」医療証に切り替わるため、有効期限は6年3月31日(日)までです。3月に高校を卒業する方も6年3月31日(日)までです。

### ●まだ医療証をお持ちでない方は申請が必要です

区では、子どもが健康保険証を使用して受診した場合、保険診療にかかる医療費の自己負担金と入院時の食事代を助成しています。

▷**対象** 区内在住で、健康保険に加入している高校3年生までの子ども(生活保護受給者等を除く)

▷**申込方法** 電子申請または子どもの名前の記載がある健康保険証を問合せ先へ持参

▷**問合せ** 子育て・若者支援課(区役所6階⑥番)

TEL (5246) 1232



詳しくはこちら

## 外国籍の方で区立の小・中学校に入学を希望する皆さんへ



6年4月に区立小・中学校の第1学年に入学を希望する外国籍のお子さまは、申請が必要です。

▷**入学資格** 区内に住所を有し、次に該当する方

①小学校は平成29年4月2日～30年4月1日生まれの方

②中学校は義務教育課程の小学校を卒業見込みの方

※区立小学校に在籍する児童は手続き不要

## 育児わくわくカレンダー をご活用ください

子ども家庭支援センターや、幼稚園・保育園の催しなど、未就園児と保護者が参加できるイベント情報が盛りだくさんです！

▷**問合せ** 子育て・若者支援課 TEL (5246) 1237

詳しくはこちら

## 就学時健康診断

来年4月から小学校に就学する区内在住の子供(平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ)を対象に実施します。

対象者の保護者には、10月13日(金)頃までに、日時、会場(各通学区区域の小学校)等を記載した通知書を郵送しますので必ずご確認ください。

▷**診断内容** 内科・眼科・耳鼻科・歯科の診察、簡単な知能検査、言語・聴力・視力検査等

▷**問合せ** 学務課 TEL (5246) 1413



詳しくはこちら

学校名	実施日	受付時間
上野小学校	11月21日(火)	午後1時30分～1時50分
平成小学校	10月27日(金)	午後1時30分～1時45分
根岸小学校	10月23日(月)	午後1時45分～2時
東泉小学校	11月6日(月)	午後1時30分～1時45分
忍岡小学校	11月2日(木)	午後1時30分～1時50分
谷中小学校	10月26日(休)	午後1時45分～2時
金曾木小学校	10月19日(休)	※①午後1時～1時25分 ②午後1時25分～1時45分
黒門小学校	10月30日(月)	午後2時～2時10分
大正小学校	11月2日(木)	午後1時30分～1時50分
浅草小学校	10月25日(火)	午後1時15分～1時30分
台東育英小学校	10月25日(火)	午後1時30分～1時45分
蔵前小学校	10月27日(金)	※①午後1時30分～2時 ②午後2時～2時30分
東浅草小学校	11月14日(火)	午後1時20分～1時40分
富士小学校	11月2日(木)	午後1時15分～1時30分
松葉小学校	10月23日(月)	午後1時30分～1時50分
千束小学校	10月23日(月)	午後1時20分～1時50分
石浜小学校	11月6日(月)	午後1時25分～1時45分
田原小学校	11月15日(火)	午後1時15分～1時30分
金亀小学校	10月26日(休)	午後1時15分～1時30分

※受付を2部に分けます。詳しくは、通知書をご確認ください。

## 秋の交通安全運動(9月21日～30日)

正しい交通ルールと交通マナーの実践を習慣づけましょう。

### ▷運動の重点

- ①子供と高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- ②夕暮れ時と夜間の歩行者事故防止および飲酒運転等の根絶
- ③自転車等のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- ④特定小型原動機付自転車(いわゆる「電動キックボード等」)の交通ルール遵守の徹底
- ⑤二輪車の交通事故防止

▷**問合せ** 交通対策課 TEL (5246) 1288



詳しくはこちら

## 台東区社会福祉事業団 新施設オープンに向けた介護職員募集

### ●特別養護老人ホーム勤務

#### ①常勤介護職

- ▷募集人数 8人
- ▷給与(月額) 資格・経験により決定、専門学校卒例 月額212,500円～、大卒例 月額220,500円～
- ▷賞与 年間約4.1カ月
- ▷勤務形態 シフト勤務・夜勤あり

#### ②準職員週5日勤務型介護職

- ▷募集人数 3人
- ▷給与(月額) 216,900円～228,500円(資格により決定)
- ▷賞与 年間0.3カ月
- ▷勤務形態 シフト制・夜勤なし

### ③準職員週4日勤務型介護職

- ▷募集人数 3人
- ▷給与(月額) 174,500円(別途夜勤手当あり)
- ▷賞与 年間0.3カ月
- ▷勤務形態 シフト制・夜勤あり
- ◆以降、上記記事の共通項目◆
- ▷勤務内容 入居者の身体介護を基本に、日々の生活のサポート
- ▷交通費 別途支給(月額35,000円まで)
- ▷申込方法 履歴書と資格者証のコピーを問合せ先に郵送または持参
- ▷問合せ 〒110-0011 台東区三ノ輪1-27-11 台東区社会福祉事業団採用担当 TEL (5603) 2228

## 健康づくりと医療に関する区民意識調査を実施します

- この調査は、健康に対する意識や取り組み、区の医療についてのご意見等をおたずねするものです。ご協力をお願いします。
- ▷対象 区内在住の満18歳以上の方
- ▷調査方法 9月中旬頃、対象者から無作為に抽出した3,000人の方に調査票を郵送
- ▷回答方法 郵送またはインターネット
- ▷問合せ 健康課 TEL (5246) 1178

## 区内AED設置施設の情報公開しています～9月9日は「救急の日」です～

区内の「AED設置施設一覧」、「AEDマップ」を区HPで公開しています。いざという時のために、お近くの設置場所をご確認ください。※区有施設のAEDには、傷病者のプライバシー配慮のため三角巾を配備しています。また、区内の各消防署では、AEDを使用した救命講習を実施しています。(詳しくは、お近くの消防署にお問合せください) 緊急時にいつでも使用できるよう、AED設置の事業所は、日常点検や適切な管理をお願いします。

### ●日常点検・管理のポイント

- ①インジケータの確認 AEDにはインジケータ(AEDの状態を表示するランプや画面)が付いています。点検担当を決め、日々の作業に組み込む等、日常的に確認しましょう。
  - ②消耗品の管理 AEDの消耗品(電極パッドやバッテリー)には使用期限があり、定期的な交換が必要です。表示ラベルで交換時期を把握する等、適切に管理しましょう。※本体にも耐用年数があります。※設置施設一覧に未掲載の事業所等で、緊急時の使用および設置場所の公表に協力可能な場合は、ファクスか郵送で「AEDマップ登録申込書」(区HPからダウンロード可)の提出をお願いします。
- ▷問合せ 〒110-0015 東上野4-22-8 台東保健所生活衛生課  
TEL (3847) 9401  
FAX (3841) 4325

## 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 10月16日(月)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 国民健康保険が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 9月22日(金)午前10時
- ▷問合せ 国民健康保険課  
TEL (5246) 1251

## 女性医師による女性のための健康相談「婦人科」(予約制)

- ▷日時 10月4日(水)午後2時～4時
- ▷場所 台東保健所4階
- ▷対象 区内在住か在勤で更年期や月経障害、不妊などで悩みの女性
- ▷申込み・問合せ 台東保健所保健サービス課  
TEL (3847) 9497

## 9月は健康増進普及月間&食生活改善普及運動月間です

健康増進普及月間では「ふり返ろうわたしの生活 わたしたちの健康」をテーマに、台東区の健康状況と毎日の健康づくりに関するパネル展示を行っています。



健康増進普及月間

同時開催の食生活改善普及運動では「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに、食事のバランスや野菜の摂取に関するポイントを紹介しています。



食生活改善普及運動月間

- ▷日程 9月29日(金)まで
- ▷場所 台東保健所、生涯学習センター1階ほか
- ▷内容 パネル展示、リーフレット等の配布
- ▷問合せ 台東保健所保健サービス課  
TEL (3847) 9497・9440

## 福祉 (高齢・障害等)

## 民生委員・児童委員が変わりました

- ▷新任委員(担当区域)
  - ・高橋史佳氏(竹町地区主任児童委員)
  - ・太田由起子氏(蔵前2丁目1～5、3丁目1・4、4丁目1～10)
- ▷問合せ 福祉課  
TEL (5246) 1172

## 9月21日は世界アルツハイマーデーです

「国際アルツハイマー病協会」等が9月21日を「世界アルツハイマーデー」、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、区でも認知症に関するパネル展や講座を実施します。

### ●認知症に関するパネル展

- 認知症の症状や予防のこと、利用できる社会資源について展示します。
- ▷期間・場所 9月1日(金)～14日(休)・生涯学習センター1階アトリウム、9月19日

(火～29日(金)・区役所1階ロビー)

### ●認知症サポーター養成講座

- ▷日時 9月21日(休)午後2時～3時30分
- ▷場所 区役所10階会議室
- ▷対象 区内在住か在勤(学)の方
- ▷定員 40人程度(先着順)
- ▷申込み・問合せ 高齢福祉課  
TEL (5246) 1225

## 健康

## 笑って元気教室 「漫才と体操」

- ▷日時 10月11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
- ▷定員 28人(抽選)
- ▷出演者 左利き、漫才56号
- ▷申込方法 往復はがきに「10月の笑って元気教室希望」・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて問合せ先へ
- ▷申込締切日 9月20日(水)(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

## 新型コロナウイルスのお知らせ

### 令和5年秋開始接種

- ▷対象 生後6か月以上で、初回接種を終了したすべての方
  - ▷接種期間 9月20日(水)～6年3月(1人1回)
  - ▷使用ワクチン オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン
  - ▷接種間隔 3か月以上
  - ▷費用 無料
  - ▷接種券の発送 12歳以上の対象の方には、8月16日(水)および8月25日(金)に発送しました。生後6か月～11歳の対象の方には、9月13日(水)に発送します。
  - ▷発送対象者 上記接種対象者のうち、未使用の接種券をお持ちでない方
- ※未使用の接種券がある場合、今回接種券は発送しません。すでに区から送付しているオミクロン株対応ワクチン接種券を使ってください。
- ※お手元に接種券が届かない方、または接種券を紛失等された方は、接種券の発行申請をお願いします。



令和5年秋開始接種



接種券の発行申請

### 初回接種

- ▷対象 乳幼児・小児・12歳以上の方
  - ▷接種期間 6年3月31日(日)まで
- ※お済みでない方はご検討ください。



初回接種

接種会場(所在地)	予約方法 ※接種券が届き次第、予約ができます。
台東病院(千束3-20-5)	●病院の予約 ▷インターネット予約(18歳以上の方のみ) ▷電話予約(17歳以下の方はコールセンターのみ受付) 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※10月1日以降、平日のみ対応)
永寿総合病院 西町公園内プレハブ(東上野2-23-3)	
浅草病院(今戸2-26-15)	
浅草寺病院(浅草2-30-17)	
区内診療所	各診療所に直接お問合せください。

※今後、国からの通知等により、記載されている情報が変更される可能性があります。最新の情報は、区HP等をご確認ください。

### 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※10月1日以降、平日のみ対応) 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

**10月の保健所・保健相談センターの事業案内**

事業名	実施会場	台東保健所	浅草保健相談センター
ハローベビー学級 (両親学級)			日程等は区HPをご覧ください。 <b>TEL</b> (3844) 8177
産婦歯科健康診査		4日午前9時～10時 <b>TEL</b> (3847) 9449	
栄養相談		5・23日午前10時～午後3時30分 10日午前10時～正午 <b>TEL</b> (3847) 9440	
2歳児歯科健康診査			13日午後1時～2時 <b>TEL</b> (3847) 9449
発達相談		10日(個別相談) 午前8時45分～正午 24日(個別相談) 午前9時30分～11時 <b>TEL</b> (3847) 9497	12日(グループ) 午前9時30分～11時 18日(個別相談) 午前9時30分～11時 <b>TEL</b> (3844) 8172
歯科衛生相談 (区内在住の方)		3・25日 午後1時30分～2時30分 <b>TEL</b> (3847) 9449	5・19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) ※前日までに要予約		17日午後1時30分～3時 24日午後2時30分～4時 27日午前9時30分～11時 <b>TEL</b> (3847) 9405	3日午前9時30分～11時 16日午後1時～2時30分 <b>TEL</b> (3844) 8172
発達障害個別相談 (成人向け) ※前日までに要予約		3・26日 午後1時30分～3時30分 12日 午前9時30分～11時30分 <b>TEL</b> (3847) 9405	
HIV・梅毒検査		11・25日午後1時～2時30分 <b>TEL</b> (3843) 5751	



**9月・10月分の夜間・休日診療当番医・当番薬局**

発熱・咳等の症状のある方は、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** (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 <b>TEL</b> (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	月～土曜日午後6時45分～9時45分		
受付時間	日曜日・祝日午前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」の負担が生じることがあります。 ※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
月日	当番医・薬局	所在地	電話番号
9月10日	内科 蔵前内科クリニック	蔵前1-8-6	(3864) 8998
	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 アールR薬局	蔵前1-8-6	(5839) 2068
9月17日	薬局 平和堂薬局	根岸5-22-11	(3874) 4750
	内科 成寿クリニック	今戸2-28-9 201	(5824) 2266
	内科 みのわ駅前クリニック	三ノ輪1-28-12 プラザM3階301号室	(3873) 1234
9月18日	歯科 池野谷歯科医院	寿2-7-14	(3841) 6009
	薬局 大東薬局	今戸2-28-9	(5824) 2255
	内科 浅草ハートクリニック	花川戸1-13-15	(6231) 7581
9月23日	内科 上野医院	上野2-11-10 小島ビル4階	(3832) 0076
	歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	根岸4-1-28	(3874) 6433
	薬局 浅草わかば薬局	花川戸1-13-16 濱松ビル1階	(6231) 7066
	内科 浅草さずなクリニック	浅草6-9-2	(6458) 1058
9月24日	内科 つちやファミリークリニック	入谷2-25-2	(3873) 1375
	歯科 代田歯科医院	寿3-7-10	(3841) 2051
	薬局 あげぼの薬局 浅草店	浅草6-9-2	(6802) 4089
	薬局 めぐみ薬局	入谷2-25-3	(5603) 1193
10月1日	内科 浅草のもクリニック	浅草3-7-7	(5603) 8808
	内科 飯山医院	入谷1-7-7	(3872) 7873
	歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	根岸4-1-28	(3874) 6433
10月1日	薬局 たから薬局 浅草店	浅草2-34-7 グレイプス浅草1階	(5827) 0365
	内科 本宮形成・整形外科	寿4-10-11 生井ビル2階	(3841) 4361
	内科 谷口内科	亀泉1-10-6	(3872) 1369
10月1日	歯科 はじめ歯科	寿3-4-4 ラルーチェ寿101	(5827) 4618
	薬局 Smile調剤入谷薬局	亀泉1-10-2	(6458) 1616

**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目別・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) ガイヤル回線からは **TEL** (3212) 2323

**10月の上野・千束健康増進センターの運動教室参加者募集**

場所・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 <b>TEL</b> (3847) 9475			〒111-0031 台東区千束3-28-13 千束健康増進センター <b>TEL</b> (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5回) 午後1時30分～2時15分	25人	火曜エアロビクス	毎週火曜日(全5回) 午後2時～2時45分	9人
火曜リズム体操	毎週火曜日(全5回) 午後3時～3時45分	10人	リズムボディー	毎週火曜日(全5回) 午後7時15分～8時	9人
シェイプ・THE・ボディー	毎週火曜日(全5回) 午後7時30分～8時15分	10人	ゆったりヨガ	毎週水曜日(全4回) 午後7時15分～8時	7人
水曜リズム体操	毎週水曜日(全4回) 午後1時30分～2時15分	15人	さわやかリズム体操	毎週水曜日(全4回) 午後2時～2時45分	9人
水曜エアロビクス	毎週水曜日(全4回) 午後7時30分～8時15分	10人	やさしいエアロビクス	毎週木曜日(全4回) 午後7時15分～8時	9人
高齢者のための足腰元気体操	毎週木曜日(全4回) 午後1時～1時45分	15人	生き生きリフレッシュ体操	毎週金曜日(全4回) 午後2時30分～3時15分	8人
フラダンス	毎週木曜日(全4回) 午後3時～3時45分	10人	ボディーバランス	毎週金曜日(全4回) 午後7時15分～8時	7人
木曜エアロビクス	毎週木曜日(全4回) 午後7時30分～8時15分	10人	パワーアップスリム	毎週土曜日(全4回) 午前10時30分～11時15分	6人
金曜リズム体操	毎週金曜日(全4回) 午後1時30分～2時15分	25人	たのしいヨガ	毎週土曜日(全4回) 午後1時～1時45分	7人
リラックスヨガ	毎週金曜日(全4回) 午後7時～7時45分	10人	熟年体操	毎週土曜日(全4回) 午後2時30分～3時15分	15人
土曜リズム体操	毎週土曜日(全4回) 午前11時30分～午後0時15分	15人	高齢者のための足腰元気体操	毎週日曜日(全5回) 午前10時30分～11時15分	17人
土曜エアロビクス	毎週土曜日(全4回) 午後2時～2時45分	10人	日曜エアロビクス	毎週日曜日(全5回) 午後2時～2時45分	6人
やさしい太極拳	毎週日曜日(全5回) 午前11時00分～11時45分	15人			
アクアビクス	毎週水曜日(全4回) 午後7時～7時45分 毎週木曜日(全4回) 午後2時～2時45分 毎週日曜日(全5回) 午後1時30分～2時15分	9人	対象 区内在住か在勤の18歳以上の方 <b>費用</b> 1回300円 <b>申込方法</b> 往復はがきに①10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9月20日(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)※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。		

**9月20日～26日は動物愛護週間です  
～動物は責任と愛情を持って最後まで飼いましょう!～**

問合せ 台東保健所生活衛生課 **TEL** (3847) 9437

動物を飼うことは、動物の命を預かることです。飼い主は、動物が健康で快適に暮らせるようにするとともに、社会や近隣に迷惑をおよぼさないようにする責任があります。

人と動物が共に生きていける社会の実現には、飼い主のモラルとマナーが必要です。

**●動物は正しく終生飼養**

飼い主が正しい飼い方を知らないと、動物の健康を害するだけでなく、動物が人に迷惑や危害を及ぼす原因にもなります。飼い主は、命ある動物を飼育する上で、その習性や生理を理解し、愛情をもって終生飼養する責任があります。

**●不妊去勢手術**

繁殖を望まない場合は、手術を実施しましょう。手術を受けると性格が穏やかになり、飼育しやすくなるなどの利点もあります。

**犬にはしつけを**



しつけは、人と犬が同じ社会のなかで共に暮らすために不可欠なものです。災害が起きたときにも、他人に迷惑をかけるいばかりでなく、すばやい避難行動ができ、大切な家族の命を救うことができます。

**●犬の散歩・トイレマナー**

- ①犬の散歩をするときは、リードで犬を確実につなぎ、リードは飼い主が犬を制御できる長さに調整しましょう。
- ②ふんは飼い主が必ず持ち帰り、尿は水で流すなどの配慮をしましょう。みんなが気持ちよく暮らせるよう、ルールを守って散歩させましょう。

**猫の飼育は屋内で**



現在の交通事情や住宅事情を考えると、都会で猫を飼う場合は、屋内で飼育することが望ましいといえます。屋内飼育は、交通事故や感染症の心配がありません。屋内飼育を成功させるためには、猫が上下運動できるように家具の上などに登れる工夫をする、専用のトイレ・つめ研ぎなどを用意する、不妊去勢手術をすることなどが大切です。

**地域猫活動について**

区では、飼い主のいない猫(野良猫)の問題を解決するため地域猫活動を支援しています。毎年「地域猫講習会」を開催し、適正な地域猫活動や餌やりルールについて普及啓発を行い、一日も早く不

幸な猫が減るよう、活動を支える地域猫ボランティアの育成に努めています。活動にご理解とご協力をお願いします。

**どうぶつ愛護フェスティバル「子どもも大人も一緒に考えよう、私たちと動物」**  
(台東区・環境省・東京都・動物愛護団体共同主催)

- ▷日時 9月23日(祝)午前11時～午後5時
- ▷場所 東京国際フォーラム(D棟)
- ▷内容 シンポジウム(オンライン視聴可)・体験授業・VR体験(要申込)ほか

▷申込み どうぶつ愛護フェスティバル特設サイトをご覧ください。

▷問合せ 台東保健所生活衛生課 **TEL** (3847) 9437



詳しくはこちら

## 催しものなど

【池波正太郎生誕100年記念】文学散歩「真田の舞台を歩こう! 真田太平記散歩～池波正太郎の第二の故郷～」

時 10月21日(出)午前10時～午後5時(予定) 場 真田太平記館、上田城ほか※JR上田駅(長野県)集合解散 定 25人(抽選) 費 2,490円(昼食代・保険料・拝観料含む) 申 往復はがき(1人1枚)に、記入例1～4を書いて関へ(電子申請可) 締 9月21日(木)(必着) 関 〒111-8621 中央図書館池波正太郎記念文庫 TEL (5246) 5915



文化カレッジ「言葉を受け継ぐ一葉小説のつくりかた」

時 10月28日(出)午後1時30分(2時間程度) 定 20人程度 講 多田蔵人氏(国文学研究資料館准教授) 費 1,000円(当日支払い) 申 往復はがき(1人1枚)に1～5を書いて関へ※複数名の記入、往復はがきでないものは無効 締 10月3日(必着) 場・関 〒110-0012 台東区竜泉3-18-4 一葉記念館 TEL (3873) 0004

朝倉彫塑館から

●特別展「兄と弟 渡辺長男と朝倉文夫」ギャラリートーク 時 9月20日(出)午後2時(30分程度) 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 休館日 月・木曜日(祝休日と重なる場合は翌平日) ※入館時は靴を脱いで靴下着用 関 朝倉彫塑館 TEL (3821) 4549

台東区の伝統工芸職人展

職人の繊細な手仕事を間近でご覧ください。 時 9月26日(出)～10月1日(出)午前9時30分～午後5時(入場は4時30分まで) 場 東京国立博物館平成館ラウンジ(台東区上野公園13-9) 費 入館料 関 産業振興課 TEL (5246) 1131

企画展「台東区の橋」

時 9月22日(出)～12月17日(出) 場 中央図書館郷土・資料調査室 ●郷土歴史散歩①南部エリア ②北部エリア 時 ①10月27日(出) ②10月29日(出) 午後2時～4時 定 各20人(抽選) 講 台東区観光ボランティアの会 費 100円(保険料) 場 ①浅草橋、駒形橋など ②吾妻橋、白鬚橋など 申 往復はがき(1人1枚)に記入例1～4、同伴者ありの場合は同伴者の3を書き関へ 締 10月3日(必着) ◆以降、上記記事の共通項目◆ 関 〒111-8621 中央図書館郷土担当 TEL (5246) 5911

調べて発信しよう～ウィキペディアタウン かつば橋道具街編～

時 10月29日(出)午後1時～5時 場 生涯

学習センター 対 高校生以上の方 定 16人(区内在住・在勤〈学〉の方優先) ※参加者は事前にウィキペディアアカウントを作成 内 かつば橋道具街について図書館資料で調べて、ウィキペディアに書き込む 講 あらいしよへい氏 持 パソコン(お持ちでない場合は貸出可) 締 10月16日(出) 関 中央図書館 TEL (5246) 5911 申込みはこちら



友好都市 福島県会津美里町 企画展「天海大僧正と会津」

時 9月23日(出)・24日(出)午前10時～午後5時(24日は3時まで) 場 浅草文化観光センター 関 (一社)会津美里町観光協会 天海大僧正顕彰事業委員会 TEL 0242(56)4882 台東区都市交流課 TEL (5246) 1016

生活安全のつどい

時 10月7日(出)午後1時～3時(開場は0時30分) 場 浅草公会堂 対 区内在住か 在勤(学)の方 定 200人(抽選) ※2・3階席 スペシャルゲスト・爆笑問題 内 式典、特殊詐欺被害防止公演、爆笑問題による防犯漫才および防犯トーク 申 往復はがきに記入例1～4(在勤〈学〉の方は67も)、希望人数(2人まで)を書いて申込先へ※重複応募は無効 締 9月22日(出)(必着) 申込先 〒111-0051 台東区蔵前1-3-24 蔵前警察署内 蔵前防犯協会 関 台東区生活安全推進課 TEL (5246) 1044



スペシャルゲスト・爆笑問題

台東区暴力団追放キャンペーン

時 10月9日(出)午後1時30分～午後3時 場 JR上野駅コンコースギャラリー 内 第1部・暴力団追放集会、第2部・警視庁音楽隊演奏など 関 生活安全推進課 TEL (5246) 1044

2023みんなのはばたき21フォーラム～多様性を認め、共に助け合うまち「たいとう」～

●ワークショップ 時 9月23日(出)午前10時～午後4時・24日(出)午前9時30分～正午 場 男女平等推進プラザ(生涯学習センター4階)

●講演会「親子三代みんなで子育て～これが木久蔵流～」

時 9月24日(出)午後2時 場 生涯学習センターミレニアムホール 定 270人(予約不要・先着順) ※託児(1歳以上の未就学児・20人程度) 希望の方は氏名・年齢を9月16日(出)までに関へ※手話通訳・ヒアリンググループ(磁気グループ)あり 講 林家木久蔵氏(落語家) ◆以降、上記記事の共通項目◆ ※パネル展示もあり 関 男女平等推進プラザ TEL (5246) 5816



◆以降、上記記事の共通項目◆

◆以降、上記記事の共通項目◆ ※パネル展示もあり 関 男女平等推進プラザ TEL (5246) 5816



お月見イベント

時 9月23日(出) 内 お月見にちなんだ影絵動画の上映やクイズイベント 場・関 浅草文化観光センター TEL (3842) 5566

まちづくり条例等検討のためのワークショップ

時(全3回) 10月24日(出)、11月22日(出)、12月12日(出)午後7時 場 区役所10階会議室 対 全日程に出席可能な18歳以上の方 定 50人(抽選) 申 電子申請ほか 締 10月4日(出) 関 都市計画課 TEL (5246) 1364



区民体育祭

●サイクリング 時 10月8日(出) 締 9月30日(出)午後6時 ●柔道 時 10月15日(出) 締 10月2日(出) ●アーチェリー 時 10月22日(出) 締 10月13日(出)午後9時 ●テコンドー 時 11月5日(出) 締 10月5日(出) ◆以降、上記記事の共通項目◆

※場所、費用、申込方法等詳しくは、区HPをご覧ください。 対 区内在住か 在勤(学)の方 関 スポーツ振興課 TEL (5246) 5853



リサイクルフリーマーケット出店者募集

時 10月8日(出)・15日(出)・29日(出) 場 花川戸公園※出店料、申込方法など詳しくは区HPをご覧ください。 関 清掃リサイクル課 TEL (5246) 1018



台東区社会福祉事業団・児童館合同行事「下町こどもまつり」

時 10月1日(出)午前10時～午後3時※小雨決行 場 旧上野忍岡高等学校跡地 対 0～18歳の児童と保護者 内 ゲーム、つくりもの、幼児コーナーなど 関 台東区社会福祉事業団 TEL (5603) 2229



ひとり親家庭「秋の日帰りバスハイク」～よみうりランド～

時 11月11日(出)午前8時15分 区役所集合 ※雨天決行、荒天の場合行先変更の場合あり 行先 よみうりランド等 対 区内在住のひとり親家庭の子供(4歳～中学3年生)と保護者※親子で参加できる方 定 18組(抽選) ※台東区母子寡婦福祉協議会(年会費500円)への入会をお願いします。 申 電子申請または関へ 締 9月29日(出) 関 子育て・若者支援課 TEL (5246) 1237



図書館のこども室から

●毎月23日はノーテレビデーおはなし会 時 9月23日(出)午前11時 対 0～3歳の子供と保護者 定 8組程度(1組3人まで・先着順) 場・関 中央図書館 TEL (5246) 5911

●えいがとおはなし会「14ひきのおつきみ」 時 9月27日(出)午前10時30分～11時15分、午後3時30分～4時15分 場 根岸社会教育館 対 幼児～小学生※未就学児は保護者同伴 定 各60人(先着順) 関 根岸図書館 TEL (3876) 2101

## 講座・相談会など

はじめてのコンポスト講座

時 9月20日(出)午前10時～11時30分 場 区役所10階会議室 対 区内在住か 在勤(学)の方 定 30人(先着順) 申・関 清掃リサイクル課 TEL (5246) 1018



「江戸・たいとう学」連続講演会 第2回「日光・上野東照宮の大工たち～中井正清・甲良宗広・鶴正村～」

時 10月15日(出)午後2時 場 金杉区民館下谷分館 講 波多野純氏(日本工業大学名誉教授) 申 往復はがきに記入例1～5、同伴者(1人まで)ありの場合は35を書いて関へ(電子申請可) ※抽選 締 9月22日(出)(必着) 関 文化振興課 TEL (5246) 1153



文化財講座 「『散歩漫録』にみる江戸の旧跡」

時 10月21日(出)午前10時30分～午後0時30分 場 生涯学習センター 定 25人(抽選) 講 葛生雄二氏(台東区文化財保護調査員) 締 10月6日(出) 関 生涯学習課 TEL (5246) 5828



ひとり親家庭のための「これならできる!ラクラク家計管理法」

時 10月28日(出)午後2時～3時30分 場 区役所10階会議室 対 区内在住でひとり親家庭の保護者やひとり親になることを考えている方 定 20人(抽選・参加できなかった方にWeb配信あり) ※託児(6か月以上の未就学児・5人)あり 講 清水香氏(ファイナンシャルプランナー) 申 電子申請 締 10月6日(出) 関 子育て・若者支援課 TEL (5246) 1232



くらしに役立つ講座「子育ての初めに考えるお金の話～教育にかかるお金と準備方法～」(オンライン開催の場合あり)

時 9月21日(出)午後2時～3時30分 場 生涯学習センター 対 区内在住か 在勤(学)の方 定 30人(先着順) ※託児(6か月以上の未就学児・5人)あり 講 東京都金融広報委員会 申 電話またはファクスで記入例1～4、Zoomでの受講の可否、在勤(学)の方は67を書いて関へ※託児希望の方は子供の35・性別を開催日の1週間前までに関へ(電子申請可) 関 ぐらしの相談課 TEL (5246) 1144 FAX (5246) 1139



【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。

### 成年後見制度無料相談会 (予約制)

時 10月14日(出)午前9時30分～午後4時 (1組60分程度) 対 区内在住か在勤(学)の方 定 8組(先着順)  
相談員 司法書士 締 10月5日(休)  
場・申・問 台東区社会福祉協議会  
TEL (5828) 7507

### 親族後見人のリアルなおシゴト

時 9月26日(火)午後2時～4時 対 区内在住か在勤(学)の方 定 30人(先着順)  
講 村山澄江氏(司法書士) 締 9月20日(休)  
場・申・問 台東区社会福祉協議会  
TEL (5828) 7507

### 区内10士業「よろず相談会」

弁護士・司法書士・土地家屋調査士・一級建築士・社会保険労務士・行政書士・税理士・中小企業診断士・不動産鑑定士・宅地建物取引士および公証人による、合同無料相談会です。  
時 10月7日(出)午前10時～午後4時(受付は3時まで) ※1人30分、当日先着順受付※事前予約も可  
場 区役所10階会議室 定 22人  
申 電子申請または問へ  
申込期間 9月11日(月)～28日(休)  
問 ぐらしの相談課  
TEL (5246) 1025



詳しくはこちら

### ほっとスペース「虹」(発達障害の方の家族向けプログラム)

時 10月11日(水)午後1時30分～4時  
場 台東保健所 対 区内在住で18歳以上65歳未満の発達障害の診断を受けている・発達障害の疑いのある方の家族  
定 5人程度(先着順)  
申込期間 9月5日(火)～10月4日(水)  
申・問 台東保健所保健予防課  
TEL (3847) 9405

### 無料の建替え相談会 (浅草北部地域)

時 9月26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 亀泉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(木造建築物を所有し、建替えを検討している方)  
相談員 一級建築士、ファイナンシャルプランナー等  
申・問 地域整備第二課  
TEL (5246) 1366

### 台東区ペットコミュニティエリア (隅田公園内) 現地講習会

時 ①10月4日(水)午前9時30分～11時30分 ②15日(日)午後2時30分～4時30分  
定 各10頭(先着順) 申 電子申請か問へ ※利用登録後申込み  
申込期間 ①9月20日(水)～27日(水) ②9月20日(水)～10月6日(金) 問 公園課  
TEL (5246) 1321



詳しくはこちら

### 認知症カフェ「カフェやなか」～認知症の予防と心の健康～

時 10月11日(水)、12月13日(水)午後2時～3時30分 場 谷中区民館 定 各25人  
講 土田病院院長 申・問 やなか地域包括支援センター TEL (3822) 1556

### 脳の健康教室

時(全20回) 10月13日～6年3月15日の金曜日午後1時30分～3時30分のうち40分程度 場 橋場老人福祉館 対 区内在住の65歳以上で毎日10分程度の自宅学習が可能な方 定 30人(抽選) ※1クラス10人程度 内 川島隆太教授(東北大学)の研究成果を活用した学習教室 費 月額1,500円(計7,500円) 申 老人福祉センター、かがやき長寿ひろば入谷(入谷区民館内)、各老人福祉館などで配布する申込書に記入し提出。問に郵送も可(申込書は老人福祉センターHPからダウンロード可) 締 9月27日(水) 問 〒110-0015 台東区東上野2-25-14 老人福祉センター TEL (3833) 6541

### CAD入門講座

「RootProCAD」ソフトを使って、靴、鞆、帽子等の設計を効率的に行うための入門講座です。  
時(全2回) 10月24日(水)・25日(木)午後6時～8時30分 対 区内在住か(学)で全日程受講可能な方 定 4人(抽選) 費 3,000円(2回分) 申 往復はがきに記入例 ①～④・年代、在勤(学)の方は ⑥ ⑦ を書いて問へ 締 10月4日(水) (必着) 場・問 〒111-0023 台東区橋場1-36-2 産業研修センター  
TEL (3872) 6780

### ICTを活用した情報発信支援講座

●イチから分かる! スマホでできる! ショート動画制作講座 時(全4回) 9月30日～10月21日の土曜日午後2時～4時 場 生涯学習センター 対 区内在住か(学)の16歳以上で自身のスマートフォン・タブレットをお持ちの方(学生を除く)  
定 10人(抽選) 講 株コースモ・エデュケーション 締 9月20日(水) (必着) 問 生涯学習課  
TEL (5246) 5811



申込みはこちら

### シルバー人材センターの催し

●パソコン講座1「Windows11の基本」 時 10月5日(水)・12日(水)・16日(月)午前10時～正午 定 各6人 費 3,000円(3回分)  
●パソコン講座2「スマホの写真と整理」 時 10月11日(水)・13日(金)・18日(水)午前10時～正午 定 各6人 費 3,000円(3回分)  
●パソコン「無料なんでも相談会」 時 10月23日(月)・30日(月)①午前10時～11時 ②午前11時～正午 定 各5人  
◆以降、上記記事の共通項目◆  
対 区内在住の60歳以上の方 申 往復はがき(1人1枚)に記入例 ①～⑤(相談会は希望日時・相談内容)を書いて問へ 締 9月20日(水) (必着) 場・問 台東区シルバー人材センター  
TEL (5817) 4919

### マンツーマンでじっくり聞ける「スマホなんでも相談会」

時①10月26日(水)午後4時～6時 ②11月2日(水)午後6時～8時 場 中小企業振興センター 対 区内在住か(学)の方、勤労者サービスセンター会員とその家族 定 各3人(抽選・会員優先) 講 フォーティネットパソコンスクール 費 500円

(会員とその家族は無料) 締 自分のスマートフォン 申 はがき(1人1枚)に記入例 ①～⑤・希望日・知りたいこと、在勤(学)の方は ⑥ ⑦、会員の方は会員番号を書いて問へ 締 9月25日(月) (必着) 問 〒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

### スマホを使いこなしてステップアップ! 便利なスマホの使い方講座

日程	時間※	場所
9月27日(水)	午前	入谷区民館
10月13日(金)	午前	浅草橋区民館
10月25日(水)	午後	生涯学習センター
11月8日(水)	午前	寿区民館
11月14日(火)	午前	谷中区民館
11月22日(水)	午前	上野区民館
12月7日(水)	午前	浅草橋区民館
12月18日(月)	午前	馬道区民館

日程	時間※	場所
10月30日(月)	午前	馬道区民館
11月29日(水)	午後	生涯学習センター

日程	時間※	場所
10月18日(水)	午前	上野区民館
12月13日(水)	午前	谷中区民館

※午前は午前10時～11時、午後は午後2時～3時  
対 区内在住・在勤の高齢者 定 各15人(先着順) 申 情報政策課  
TEL (5246) 9022



詳しくはこちら

### 工作教室「ハロウィンのお面」

時 10月29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(学)(園)の満5歳～小学4年生 定 20人(抽選) ※付き添い1人まで 費 800円(材料費・保険料) 申 電子申請 締 9月29日(金)午後5時 問 生涯学習課  
TEL (5246) 5815



詳しくはこちら

### スポーツ教室

●たなかクラブ スポーツ教室  
・ヨガ 時(全7回) 10月5日・19日、11月2日・16日・30日、12月7日・21日の木曜日午後3時～4時30分 費 7,000円  
・フラダンス 時(全6回) 10月13日・27日、11月10日・24日、12月8日・22日の金曜日午後6時～7時30分 費 6,000円  
・キッズチアダンス 時(全5回) 10月6日・20日、11月17日、12月1日・15日の金曜日午後5時30分～6時30分 費 3,000円

◆以降、上記記事の共通項目◆  
定 各20人(先着順) ※申込方法等、詳しくは、たなかクラブHPをご覧ください。

問 たなかクラブ  
TEL (3875) 2860  
スポーツ振興課  
TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

●出張型幼児運動教室 時(全2回) ①10月7日・21日の土曜日②11月12日・19日の日曜日 ※クラス・時間は区HPをご覧ください。 場 ①根岸社会教育館 ②社会教育センター 対 区内在住の平成29年4月2日～令和2年4月1日生まれの子供 定 各10人(抽選) 申 電子申請 締 9月21日(水) 問 スポーツ振興課  
TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

●スポーツひろば 親子空手教室【スポーツ推進委員運営校】 時(全4回) 10月4日～25日の水曜日午後7時15分～8時30分 場 田原小学校3階体育館 対 区内在住か(学)の方 定 15組(先着順) 費 1組1,000円(4回分・保険料含む) 申 申込書と費を問へ持参 申込期間 9月11日(月)午前9時～10月3日(火)午後5時 問 スポーツ振興課  
TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

●スポーツ少年団初心者教室①サッカー ②柔道 時(全3回)・場所 ①10月15日～29日の日曜日午後1時～3時・東浅草小学校 ②10月4日～18日の水曜日午後6時30分～8時45分・浅草中学校 ※費用・申込方法等、詳しくは、区HPをご覧ください。 問 スポーツ振興課  
TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

### ふれあい介護予防教室(転倒予防体操と健康ミニ講座)

時 午後1時30分～2時30分 対 区内在住のおおむね65歳以上の方 申 問か地域包括支援センターに直接申込みはがきに希望会場名(①～⑦・1会場のみ)・記入例 ①～⑤を書いて問へ 締 10月5日(休) (消印有効) 問 〒110-8615 台東区役所高齢福祉課(区役所2階⑥番) TEL (5246) 1295

場所	日程	定員
①台東区民会館(花川戸2-6-5)	11月17日(金)・12月14日(水)・6年1月12日(金)・2月9日(金)・3月8日(金)	25人
②環境ふれあい館ひまわり(蔵前4-14-6)	11月16日(木)・12月21日(水)・6年1月18日(水)・2月15日(水)・3月21日(水)	15人
③入谷区民館(入谷1-15-6)	11月14日(水)・12月12日(水)・6年1月9日(水)・2月13日(水)・3月12日(水)	25人
④たなかスポーツプラザ(日本堤2-25-4)	11月20日(月)・12月18日(月)・6年1月15日(月)・2月19日(月)・3月18日(月)	25人
⑤谷中区民館(谷中5-6-5)	11月17日(金)・12月15日(金)・6年1月19日(金)・2月22日(金)・3月15日(金)	18人
⑥老人福祉センター(東上野2-25-14)	11月8日(水)・12月13日(水)・6年1月10日(水)・2月14日(水)・3月13日(水)	15人
⑦台東リバーサイドスポーツセンター(今戸1-1-10)	11月24日(金)・12月22日(金)・6年1月26日(金)・2月16日(金)・3月22日(金)	20人

※定員を超えた場合は抽選

**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。

▷問合せ 広報課 TEL (5246) 1021 FAX (5246) 1029

申込みはこちら 

## 催しものなど

●社会教育センター・社会教育館指定管理者主催 **たいとう再発見スタンプラリー「～吉原の歴史と芸と散策と～講義と散策で吉原を再発見！」**

▷日時 10月15日(日)午後2時～4時  
▷対象 18歳以上の方  
▷定員 15人(先着順)  
▷講師 安原真琴氏(江戸文化研究者)  
▷費用 500円  
▷申込期間 9月5日(火)～10月10日(火)  
※解散場所は見返り柳付近です。  
▷場所・申込み・問合せ 千束社会教育館 TEL (3874) 5450

●社会教育センター・社会教育館指定管理者主催 **「～地域とともに学ぼう! 分かち合おう!～シニア学び合いサロン(くらし)」**

▷日時(全11回) 10月26日～3月28日の第2・4木曜日(12月28日分は21日に振替) 午前10時～正午  
▷対象 区内在住の55歳以上の方  
▷定員 25人(先着順)  
▷費用 1,000円  
▷場所・申込み・問合せ 社会教育センター TEL (3842) 5352

●浅草・上野・谷中フリーガイド(予約不要)～お1人でも気軽にご参加ください

▷場所・開催曜日 浅草・毎週土・日曜日 上野・毎週土曜日 谷中・毎週日曜日  
※悪天候等により中止の場合があります。  
▷時間 午前10時～午後1時(所要1時間)  
▷定員 20人程度(先着順)  
※詳しくは、台東区観光ボランティアの会HPをご覧ください。  
▷問合せ 台東区観光ボランティアの会 TEL (3842) 5599

●第5回たいとう地域包括ケアフォーラム「すこやかな長寿をめざして～健康長寿のための自律神経とのつきあい方～」

▷日時 10月21日(土)午後4時～5時30分  
▷場所 生涯学習センターミレニアムホール  
▷対象 区内在住が在勤の方  
▷定員 300人(先着順)  
▷講師 小林弘幸氏(順天堂大学医学部病院管理理学研究室教授・東京都医師会理事)  
▷問合せ 下谷医師会 TEL (3831) 0077

●区民健康無料相談(事前申込不要)

身体の痛み相談のほか、体力測定、骨密度測定、足裏バランス測定ができます。  
▷日時 10月1日(日)正午～午後4時

(最終受付3時30分)  
▷場所 生涯学習センター  
▷問合せ 東京都柔道整復師会台東支部 有賀 TEL (3871) 3993

●台東病院・老人保健施設千束 病院祭 健康にまつわるイベントです。  
▷日時 9月24日(日)午前11時～午後4時  
▷場所・問合せ 台東病院 TEL (3876) 1001(代表)

●隅田川橋梁・復興記念館見学ツアー  
▷日時 10月25日(火)午後1時～4時30分  
▷場所 隅田川橋梁(水上バス乗船)～東京都復興記念館(都立横網町公園内)  
▷対象 小学生以上の方  
▷定員 40人(抽選)  
▷申込方法 (公財)東京都道路整備保全公社HPから申込み  
▷問合せ (公財)東京都道路整備保全公社 TEL (5381) 3380

●認知症家族介護者教室～上手な接し方とストレスを溜めないコツ～

▷日時(全3回) 10月11日・25日、11月15日の水曜日午前10時30分～午後0時30分  
▷場所 清川区民館  
▷対象 認知症の家族を介護している方  
▷定員 8人(先着順)  
▷申込み・問合せ ほうらい地域包括支援センター TEL (5824) 5626

●リレー・フォー・ライフ・ジャパン 2023東京上野～がん患者・研究支援、若手医師の留学支援のためのチャリティイベント

▷日時 9月30日(土)午前10時30分～午後7時  
▷場所 上野公園噴水広場  
※詳しくは、公式HPをご覧ください。  
▷問合せ 松原 TEL 090 (1656) 9636

●第16回零の会絵画展

▷日時 10月9日(祝)～15日(日)午前10時～午後5時(最終日は3時まで)  
▷場所 隅田公園リバーサイドギャラリー  
▷問合せ 矢口 TEL 090 (3222) 0665

●「心の健康づくり」～フロイト・ユングの心理学をベースにした、対人関係改良の傾聴対話を学びませんか～

▷日時 10月7日(土)午後1時～5時(第1・3土曜日、4か月計8回)  
▷場所 根岸社会教育館1階会議室  
▷対象 30～60歳の男性  
※教材費のみ必要  
▷申込み・問合せ メンタルサポート「春心の会」古屋 TEL (3876) 1530

●初心者向けスマートフォン・パソコン相談会

▷日時 ①10月14日(土) ②11月11日(土) ③12月9日(土)午前10時、11時(約50分)  
▷場所 生涯学習センター  
▷定員 各6人(抽選)  
▷申込方法 往復はがきまたはメールで氏名・電話番号・希望日時(①～③)・やりたい事を書いて申込先へ

▷申込締切日(必着) ①9月27日(火) ②10月25日(火) ③11月22日(火)  
▷申込み 〒162-0823 新宿区神楽河岸1-1 10階 東京ボランティアセンターメールボックス No.78 ITボランティア虹の会  
▶Eメール itniji@yahoo.co.jp  
▷問合せ ITボランティア虹の会 中村 TEL 050-3635-0414

●基礎から学ぶワード・エクセル

▷日時 10月7日(土)・8日(日)午前9時～午後3時  
▷対象 都内在住が在勤(学)の成人の方  
▷定員 10人(抽選)  
▷費用 1,000円  
▷申込方法 往復はがきに件名・住所・氏名・年代・電話番号を書いて問合せ先へ(電子申請も可)

▷申込締切日 9月22日(金)(消印有効)  
▷場所・問合せ 〒111-0024 台東区今戸1-8-13 都立浅草高等学校 TEL (3874) 3182

## 官公署だより

●自衛官採用試験 ①防衛大学校(一般) ②防衛医科大学校(医学科学生)

▷対象 18歳以上21歳未満  
▷応募締切日 ①10月18日(火) ②11日(水)  
▷1次試験 ①10月28日(土) ②21日(土)  
▷2次試験 ①11月28日(火)～12月2日(土) ②12月13日(火)～15日(金)  
▷最終合格発表日 ①12月28日(火) ②6年1月30日(火)  
▷着校日 6年4月上旬  
▷申込み・問合せ 自衛隊台東出張所 TEL (3831) 3555

●免税事業者の皆さんへ インボイス制度説明会のご案内(要予約)

消費税のインボイス制度が10月から始

まります。ご自身の事業実態に合わせてインボイス発行事業者の登録を受けるかを検討いただく必要があります。

▷日時 9月19日(火)午後2時～3時  
▷場所 台東区民会館  
▷申込み・問合せ 東京上野税務署 TEL (3821) 9001(代) 浅草税務署 TEL (3862) 7111(代)

●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 ①書類作成セミナー・9月13日(火)午後2時～3時30分 ②面接対策セミナー・9月27日(火)午後2時～3時30分 ③シニア就職支援セミナー(60歳以上の方対象)・9月22日(金)午後2時～3時15分  
▷場所・申込み・問合せ ハローワーク上野 ①② TEL (3847) 8609 41# ③ TEL (3847) 8609 42#

●全国一斉不動産街頭無料相談会

▷日時 10月1日(日)午前10時～午後4時  
▷場所 アルカキット錦糸町前(JR錦糸町駅)  
▷相談員 弁護士・税理士・行政書士等  
▷問合せ (公社)全日本不動産協会東京都本部城東第二支部 TEL (6658) 8526

●5年度保育士就職支援研修・就職相談会

▷日時 10月1日(日)午後2時～4時  
▷場所 シアター1010(足立区千住3-92 千住ミルディスI番館11階)  
▷対象 都内で就職を希望する保育士資格をお持ちの方(資格取得見込みの方も含む)  
▷プログラム

①就職支援研修(オンライン配信)  
※就職相談会申込者限定(申込者に視聴用URL等をメール送付)  
②就職相談会 午後2時～4時  
台東区・墨田区・荒川区・足立区・葛飾区・江戸川区の民間保育園がブース出展予定  
※履歴書不要、服装自由、入退場自由  
▷申込方法 東京都保育人材・保育所支援センターHPから申込み  
▷問合せ 東京都保育人材・保育所支援センター TEL (5211) 2912

**台東区でケーブルテレビが全面開局して30年**  
**あなたが見たいあの頃の**  
**台東区の映像を大募集!**

ご希望が多いものを新春にお届けします。お楽しみに!

▷締切日 9月29日(金)  
▷問合せ 広報課CATV担当 TEL (5246) 1041

詳しくはこちら 