

## いつでもどこでも!

マイナンバーカードがあれば、  
手軽に住民票の写し等が手に入ります!

来庁不要!

◎自宅からでも簡単手続き

◎コンビニでお得に取得

もっと  
便利に!

郵送で  
届きます!

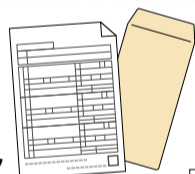
### 自宅から取得



#### 取得できる証明書

本人の現在の証明書

- ・戸籍謄抄本・戸籍の附票の写し・住民票の写し
- ・印鑑登録証明書・身分証明書・独身証明書 など



戸籍も  
取れます!



#### 申請の流れ

詳しくはこちら



※マイナンバーカードを使った本人認証には認証用アプリのダウンロードが必要です。

到着まで  
1週間程度かかります。

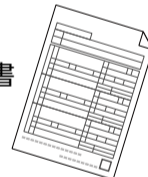
窓口より  
お得!

### コンビニで取得



#### 取得できる証明書

- ・住民票の写し
- ・印鑑登録証明書



#### 手数料(1通)

250円



窓口で  
取るより  
50円お得!

#### 利用可能な時間帯

6:30~23:00

※システムメンテナンス等により、利用できない場合があります。

#### 利用可能なコンビニ

- ・セブン-イレブン
- ・ミニストップ
- ・ファミリーマート
- ・ローソン など

YouTube 台東区公式チャンネル  
「マイナンバーカードで簡単!  
証明書のコンビニ交付」

詳しい操作方法はこちら



#### 注意事項



- ・マイナンバー(個人番号)や住民票コード入りの住民票の写しは、コンビニでは取得できません。
- ・除票は取得できません。
- ・利用者証明用電子証明書(4桁)および署名用電子証明書(6~16桁・電子申請のみ)の暗証番号が必要です。

#### マイナンバーカードを 取得しませんか?

マイナンバーカードは、本人確認書類や健康保険証として利用できるほか、マイナポータルを利用した各種オンライン手続き(転出届、e-Tax、パスポートの更新など)の際にご利用いただけます。申請希望の方は、区HPをご覧ください。お問い合わせください。



詳しくはこちら

問合せ 戸籍住民サービス課 ・証明書の取得に関することは TEL 03-5246-1163 ・マイナンバーカードの申請に関することは TEL 03-5246-1164



区公式HP▶



区公式SNSの一覧は▶



# 皆さんに一番身近で心強い 町会の活動に参加してみませんか

## 町会のココが心強い!

### 災害への備え



災害に備え、防災訓練や避難訓練を実施しています。

### 孤立防止



子供からお年寄りまで参加できるさまざまなイベントを開催し、地域住民の交流の場をつくっています。

### 犯罪抑制



防犯パトロールや防犯カメラの設置、子供たちの見守り活動で、地域の犯罪抑制力を高めています。

## 町会活動に参加・町会へ加入するには

ご近所の方に相談するか、近くの区民事務所・同分室、地区センターまたは区民課へお問合せください。



皆さんがお住まいの町会と地区、所管の区民事務所・同分室、地区センターはこちらから

▶問合せ 区民課

TEL (5246) 1122

## 避難所運営委員会をご存じですか

震災時の避難行動の大原則は、「在宅避難」ですが、在宅避難できない場合には、避難所で一定の期間避難生活を送ることになります。避難所運営は共助の場であり、避難者となり得る地域住民が主体的に運営を担うことが必要です。区では、地震発生時間にかかわらず、速やかに避難所の開設・運営を行えるよう、避難所運営委員会を設置しています。

### ●主な活動内容



避難所運営委員会の様子

### 避難所施設の使用方法や避難所生活のルール決定

要配慮者スペースや受付の設置場所、トイレの使用や配給の方法などを決定します。

### 避難所の開設・運営訓練の実施

避難所運営キット活用、応急給水栓設置、災害時特設公衆電話設置、防災行政無線使用などを行います。



避難所防災訓練(マンホールトイレ組立)の様子



詳しくはこちら

令和3～5年度にかけて、総合防災訓練の訓練項目として、避難所開設に特化した訓練を実施しました。

### ●メンバー



### まずは一時集合場所へ 自宅が安全なら在宅避難

発災後すぐに避難所が開設されているわけではありません。まずは一時集合場所に避難し、冷静に正しい避難行動をとってください。



震災時の避難について詳しくはこちら

▶問合せ 危機・災害対策課

TEL (5246) 1092



## ご意見を募集しています (計画中間のまとめパブリックコメント)

区では、さまざまな計画等を作成しています。皆様のご意見をお寄せください。

▶対象 区内在住か在勤(学)の方、区内に事務所または事業所を有する個人または法人その他団体、計画等に利害関係を有する個人または法人その他団体

▶応募方法 意見提出用紙に記入し、配布場所に提出する(閉庁日を除く)か、郵送またはファクスで各問合せ先へ(区HPからも応募可)

※口頭や電話での意見の受付はできません。 ※個別の回答は行いません。

▶閲覧・意見提出用紙配布場所 各問合せ先のほか、区政情報コーナー(区役所3階⑦番)、区民事務所・同分室、地区センター、生涯学習センター1階受付

### 台東区地域防災計画

「台東区地域防災計画」は災害対策基本法に基づき、区民の生命、身体および財産を災害から守るため、台東区防災会議が策定する計画です。今回は、東京都地域防災計画の修正や台東区におけるこれまでの防災対策の取組み、各種法令などの改正等を踏まえて計画を修正します。

▶応募締切日 3月15日(金) (必着)

▶問合せ 〒110-8615

台東区役所危機・災害対策課(区役所10階①番)

TEL (5246) 1093 FAX (5246) 1099



詳しくはこちら

### 台東区感染症予防計画・台東区健康危機対処計画(感染症編)

新型コロナウイルス感染症への対応を踏まえ、区が平時から感染症の予防と対策や、健康危機発生時に備えて計画的な体制整備を行うため、台東区感染症予防計画・台東区健康危機対処計画(感染症編)を策定します。

▶応募締切日 3月19日(火) (必着)

▶問合せ 〒110-0015 東上野4-22-8

台東保健所生活衛生課(保健所5階)

TEL (3847) 9401 FAX (3841) 4325

台東保健所保健予防課(保健所5階)

TEL (3847) 9476 FAX (3847) 9424



詳しくはこちら

自転車盗難注意!

少しの時間でも、近くの場合でも、自転車から離れる時は必ず施錠を!

▶問合せ 生活安全推進課 TEL (5246) 1044



自転車がない!!

## 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** 森田竜平さん(第17回全日本中学野球選手権大会ジャイアンツカップ優勝)、渡邊颯斗さん(とびうお杯第38回全国少年少女水泳競技大会「男子200m個人メドレー 1位」「男子50m背泳ぎ 1位」「男子100m背泳ぎ 1位」)

▷**問合せ** 総務課 TEL (5246) 1052



森田竜平さん



渡邊颯斗さん

## 令和7年台東区二十歳の集い実行委員募集

7年1月13日(祝)に開催する二十歳の集いの実行委員を募集します。成人の日の思い出に、実行委員になってみませんか。

- ▷**対象** 区内在住の平成16年4月2日～17年4月1日生まれの方
- ▷**内容** 記念品の選定、実行委員会企画の検討、式典運営等
- ▷**会議日程** 月1～2回程度(4月下旬開始予定・水または木曜日を中心に夜間の会議)
- ▷**申込方法** 電子申請が問合せ先へ
- ▷**申込締切日** 3月27日(水)
- ▷**問合せ** 子育て・若者支援課 TEL (5246) 1341



5年度実行委員の皆さん



詳しくはこちら

## 生涯学習センターの休館について

6年度からの改修工事に伴い休館します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

フロア	施設	休館期間
6階	教育支援館、学校教育情報室(※1)	7年6月～8月
5階	研修室	7年4月～8年10月
4階	男女平等推進プラザ 和室、こども室、研修室	7年3月下旬～8年10月
3階	研修室、会議室、リハーサル室、学習室、トレーニングルーム	7年4月～8年10月
2階	ミレニアムホール	
1階	中央図書館(※2)・池波正太郎記念文庫	7年9月～8年11月
地下1階	スタジオ	7年1月～8年10月

(※1) あしたば学級・教育相談・就学相談等はセンター内の別のフロアで実施。

(※2) 生涯学習センター内に臨時窓口を設置。利用できるサービスは予約資料の受け取り、資料の返却・予約、利用者登録のみ。



詳しくはこちら

▷**問合せ** 生涯学習課  
TEL (5246) 5812

## 台東区循環バスめぐりんのダイヤを改正します



3月30日(土)より、北めぐりん(浅草回り)を除く4路線において、ダイヤ改正を実施します。北(根岸回り)・南・東西・ぐるーりについては、運行時刻および終着停留所等が変更となります。

▷**問合せ** 交通対策課  
TEL (5246) 1361



詳しくはこちら

## 令和5年度 台東区ワーク・ライフ・バランス推進企業を認定しました

区では、従業員が仕事と生活を両立しながら、いきいきと働き続けられる職場の実現に向けて、ワーク・ライフ・バランスに取り組む中小企業等を「ワーク・ライフ・バランス推進企業」と認定し、認定企業のPRや中小企業融資あっせんなどにより、その取り組みを応援しています。認定の対象は、仕事と子育ての両立支援に取り組む「子育て支援分野」、長時間労働の削減等、働きやすい職場づくりに取り組む「働きやすい職場づくり分野」、仕事と介護の両立支援に取り組む「介護支援分野」の3分野です。

▷**問合せ** 男女平等推進プラザ  
TEL (5246) 5816



▲表彰式の様子

### 令和5年度 台東区ワーク・ライフ・バランス推進認定企業一覧

●新規

認定企業名	業務内容	認定分野
協和製薬(株)	化粧品・香水・時計・貴金属・酒類・菓子等の函、パッケージの製造販売、皮革製品・ポーチ・縫製品の製造販売、成型加工品の販売など	働
(株)アモーラエイカ	皮革製品の卸売(主に婦人靴)	働
東邦化成(株)	化学薬品の専門商社(塗料・有機溶剤・合成樹脂・接着剤等)	働
(株)グリーンバリュー	自動販売機等什器、車両の購入仲介および一部メンテナンス業	子・働・介
(福)立華学苑	1～5才児の認可保育所	子・働・介

※認定分野の凡例(新規・更新ともに)

子 子育て支援 働 働きやすい職場づくり 介 介護支援

●更新

認定企業名	業務内容	認定分野
(株)コマキ楽器	楽器小売、レンタル	子・働・介
育栄建設(株)	建築工事業	子・働・介
(株)ビジネス情報テクノカルシステムズ	コンピューターソフトウェアの開発、導入コンサルティング業務	子・働・介
(株)日本システムブレーズ	地方自治体向け児童福祉業務パッケージおよび受託ソフトウェアの開発・販売・運用支援・保守	子・働・介
(株)エス・ティー・シー	コンピューターソフトウェアの受託開発	子・働
(株)共同紙販ホールディングス	洋紙卸売販売	子・働・介
(株)金太郎鉛本店	鉛の製造・販売	子・働・介
ハイソル(株)	半導体検査装置および部品の製造、輸入販売	働

## お知らせ

### 東京空襲犠牲者名簿を作成しています

名簿への登載は、遺族・関係者などの申し出に基づいて行います。名簿への登載をご希望の方はご連絡ください。

▷**問合せ** 東京都生活文化スポーツ局文化振興部企画調整課 TEL (5000) 7230  
台東区福祉課 TEL (5246) 1172

### 自転車用ヘルメット購入助成の割引券の使用期限は3月31日(日)です

販売協力店でヘルメット購入時に、購入者の割引券と本人確認書類を持参すると、助成額を割り引いた金額で購入できます。

期限を過ぎると、割引券は使用できなくなりますのでご注意ください。

※ヘルメットの在庫は、各販売協力店にご確認ください。

▷**問合せ** 交通対策課  
TEL (5246) 1288

### 令和6年度区民交通傷害保険の窓口での申込期限は3月29日(金)です

区が加入窓口となり、少額の保険料で加入できる保険です。

▷**引受保険会社** 損害保険ジャパン(株)東京公務開発部営業開発課

TEL (3349) 9666  
※Webからの申込みは3月30日(土)以降も継続

▷**問合せ** 台東区区民課  
TEL (5828) 6446



詳しくはこちら

### 台東区看護師修学資金等貸付制度をご利用ください

将来、区内で看護業務に従事しようとする方に、修学・就業に要する資金をお貸しします。

#### ●修学資金

▷**対象** 次の全てに該当する方

- ①看護師・准看護師を養成する学校等に在学中か入学が決定した
  - ②養成学校を卒業し、看護師・准看護師免許取得後、区内の医療・福祉施設で引き続き5年以上看護業務に従事する意思がある
  - ③同種の資金の貸与・給付を受けていない
- ※上記以外にも資格要件があります。詳しくは、お問合せください。

#### ●就業準備金

▷**対象** 次の全てに該当する方

- ①看護師・准看護師として、区内の医療・

福祉施設で看護業務に従事することが決定し、引き続き3年以上勤務する意思がある

②過去に、この制度で就業準備金の貸付を受けていない

#### ◆以降、上記記事の共通項目◆

種類	貸付限度額(※)	申請期間
修学資金	入学準備金 20万円	4月4日(木)～17日(水)
	修学金 看護師 月額5万円 准看護師 月額3万円	
就業準備金	30万円	就職決定日から就業後3か月以内

※貸付額は限度額以内で必要経費を貸付

▷**問合せ** 福祉課  
TEL (5246) 1172

## 令和6年度特別区職員採用試験・選考日程



募集する試験区分、採用予定数および受験資格等、詳しくは、各採用試験・選考告示日以降に発表する採用試験・選考案内をご覧ください。

▶**問合せ** 特別区人事委員会事務局任用課採用係 **TEL** (5210) 9787

項目	I 類採用試験【春試験】	I 類採用試験【秋試験】(土木造園(土木)・建築)	Ⅲ類採用試験	経験者採用試験・選考	障害者を対象とする採用選考	就職氷河期世代を対象とする採用試験
告示	3月8日(金)	7月23日(火)	6月20日(木)			
申込受付	3月8日(金)~25日(月)	7月23日(火)~8月6日(火)	6月20日(木)~7月11日(木)		6月20日(木)~7月11日(木) ※郵送申込みは7月10日(水)(消印有効)	6月20日(木)~7月11日(木)
第1次試験・選考	4月21日(日)	9月8日(日)		9月1日(日)	9月8日(日)	9月1日(日)
1次合格発表	6月14日(金)	10月9日(水)	10月18日(金)		10月9日(水)	10月18日(金)
第2次試験・選考(※1)	7月8日(月)~18日(木)	10月20日(日)	10月31日(木) 11月1日(金)	10月26日(土)・27日(日) 11月2日(土)~4日(月)	10月28日(月)~30日(水)	11月4日(水)
最終合格発表	7月22日(月)(技術系)(※2) 7月30日(水)(技術系以外)	11月15日(金)				

(※1) 第2次試験・選考日程については、変更となる場合があります。(※2) 技術系…土木造園(土木)・土木造園(造園)・建築・機械・電気

### 子育て・教育

#### 防犯ブザーを貸与しています

▶**対象・必要な物**

- 区内の私立中学校に在学の方  
在学が確認できる物(在学証明等)
- 区内在住で区外の小中学校に在学の方  
区内住所と在学の方の年齢が確認できる物(健康保険証等)
- ※区立小中学校に在学の方には、学校を通じて貸与しています。

▶**申込み・問合せ** 総務課(区役所4階⑦番)

**TEL** (5246) 1082

#### 小学生・高校生になる年齢の子どもの医療証が切り替わります

小学生・高校生になる年齢の4月に、乳幼児医療証(㊸医療証)は子ども医療証(㊹医療証)に、㊹医療証は㊺医療証に切り替わります。受給者には新しい医療証を3月末に送付します。

▶**問合せ** 子育て・若者支援課

**TEL** (5246) 1232

#### 忍岡小学校と谷中小学校の放課後子供教室で実施時間を延長します

▶**対象** 忍岡小学校と谷中小学校に在籍する児童(延長利用は6年度子どもクラブ在籍児童を除く)

▶**実施日** 月~金曜日(※祝日、年末年始、4月の給食開始日前、振替休業日、8月の学校閉鎖期間は除く)

▶**実施時間** 17:00~18:00

※標準利用は放課後~17:00

▶**利用開始日** 忍岡小学校は4月9日(火)(新1年生は10日(水))、谷中小学校は10日(水)(新1年生は11日(木))

▶**申込方法** 延長利用を希望する場合は、延長利用登録申込書を各放課後子供教室へ提出

※延長利用のみの申込みはできません。

▶**問合せ** 忍岡小学校放課後子供教室

**TEL** 080(9748)3447

谷中小学校放課後子供教室

**TEL** 080(7241)1945

児童保育課放課後対策担当

**TEL** (5246) 1235



詳しくはこちら

### 保険・年金

#### 退職等で職場の健康保険をやめる方は、国民健康保険の加入手続きが必要です

▶**必要な物** 職場の健康保険をやめた証明書、本人(届出人)の確認ができる物、加入する方全員と届出人のマイナンバーが確認できる書類

※代理人(住民票上、別世帯の方)が届出をする場合は、委任状が必要です。

▶**届出場所** 区役所、区民事務所・同分室(地区センターでは受付できません)

※郵送での手続きを希望する方には、書類を郵送しますので、ご連絡ください。

●**届出は14日以内にお願ひします**

届出が遅れると、資格が発生したとき(加入の届出日ではない)まで最長2年度さかのぼって保険料がかかります。なお、さかのぼって加入した期間の医療費は、原則として全額自己負担になります。

※会社の保険が切れていないと、国民健康保険証は発行できませんのでご注意ください。

▶**問合せ** 国民健康保険課(区役所2階⑫番) **TEL** (5246) 1252

#### 会社都合等により離職した方は国民健康保険料が軽減されます

リストラなどで職を失い、離職日時点で65歳未満の方は、申請により国民健康保険料が軽減されます。

▶**対象** 雇用保険受給資格者証の離職理由コードが11、12、21、22、23、31、32、33、34に該当する方(特例受給資格者【特】・高齢受給資格者【高】は除く)

▶**軽減の内容** 前年の給与所得を100分の30として保険料を計算

▶**軽減期間** 離職日の翌日の属する月から、その月の属する年度の翌年度末

※就職後すぐに離職し、雇用保険の受給資格が発生しない方で、前回の離職が軽減対象の離職コードに該当し、前回の雇用保険の残日数分を受給する方は、軽減の対象となる場合があります。詳しくは、お問合せください。

▶**必要な物** 雇用保険受給資格者証(原本)、対象者と届出人のマイナンバーが確認できる物、本人確認書類(運転免許証等)

▶**問合せ** 国民健康保険課(区役所2階⑫番) **TEL** (5246) 1252

### 「まちの美化里親」新たに1団体を認定しました

「大江戸清掃隊」として一定期間の活動があり、特に活動が積極的でまちの美化への貢献度が高い団体を、区が「まちの美化里親」に認定しています。

▶**認定団体** 東京力車

▶**活動場所** 浅草雷門周辺

▶**問合せ** 環境課

**TEL** (5246) 1292



### 令和5年度花とみどりのコンテスト受賞者が決まりました!

地域緑化の推進や、地域の環境保全活動へ積極的に取り組み、その結果が特に優秀な方を表彰しています。今年度の各部門の受賞者は下記の方々に決定しました。

(敬称略)

みどりのカーテン部門

みどりのカーテン部門  
最優秀賞

●**最優秀賞** 玉姫児童館

●**優秀賞** 田中詩子、三浦よ志、池之端児童館

●**努力賞** 平本亜友美、下井常義、鈴木努、中島利男、大澤麻理子

地先園芸部門

●**最優秀賞** 佐藤修一

●**優秀賞** 古田巖、田中詩子、鈴木正雄

●**努力賞** 立松武夫、田中英行、宮崎光紀、八島正子、千束児童館

▶**問合せ** 環境課

**TEL** (5246) 1323



### カラスの巣作りを防止しましょう

カラスは3月頃から巣を作り始め、4~7月にかけての繁殖期に卵を産み、幼鳥を育てます。この時期に人が巣に近づくと、卵や幼鳥を守るため、威嚇や攻撃をすることがあります。

身近に巣を作られると、カラスの被害が増加する原因のひとつになります。

●**巣が作られるのを防ぐには**

- ・葉の茂った木や、巣が安定する枝ぶりの木は、見通しをよくするために3本に分かれた枝を1本切るなどする。
- ・針金ハンガーは巣作りの材料になるため、ベランダ等に放置しない。

- ・ごみ出しの際は、カラスのエサにならないように、ふた付き容器の使用や、防鳥ネットでごみ袋を覆う等、生ごみを荒らされない工夫をする。



詳しくはこちら



針金ハンガーでこんな巣ができてしまいます!

防鳥ネット等で対策しましょう



▶**問合せ** 環境課 **TEL** (5246) 1283

ごみ対策は台東清掃事務所 **TEL** (3876) 5771

# 健康

**区民のための健康教室 ①講演会「地域の健康パートナー：薬剤師と薬局の活用術」 ②医療なんでも相談（予約不要）**

▷日時 3月25日(月)①13:30 ②14:30  
▷対象 区内在住か在勤の方

▷講師・相談員 ①木内翔太氏（蔵前みどり薬局薬剤師）②医師5人（内科・整形外科・泌尿器科・眼科・歯科）、薬剤師

▷場所・問合せ 浅草保健相談センター  
TEL (3844) 8171

**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 4月3日(水)13:00～15:00 (1人約20分)

▷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、不妊などでお悩みの女性  
▷申込み・問合せ 台東保健所保健サービス課 TEL (3847) 9497

**医療マップ「台東区の身近なお医者さん」改訂版を発行しました**

区内の医療機関・保険薬局の案内、かかりつけ医・歯科医・薬剤師（薬局）に関する情報等を掲載しています。

▷配布場所 区役所、区民事務所・同分室、地区センター、台東保健所、浅草保健相談センター、地域包括支援センター ほか  
▷問合せ 健康課  
TEL (5246) 1215



## 4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。 TEL (3844) 8177
産婦歯科健康診査		3日9:00～10:00 TEL (3847) 9449	
離乳食講習会(令和5年8・9月生まれ)		12日13:30～14:30 TEL (3847) 9440	26日13:30～14:30 ※予約は左記へ
2歳児歯科健康診査			12日13:00～14:00 TEL (3847) 9449
発達相談		9日8:45～12:00(個別相談) 23日10:00～11:30(個別相談) TEL (3847) 9497	11日9:30～11:00(グループ相談) 17日9:30～11:00(個別相談) TEL (3844) 8172
栄養相談		4・22日10:00～15:30 25日10:00～12:00 TEL (3847) 9440	
歯科衛生相談		2・24日13:30～14:30 TEL (3847) 9449	4・18日13:30～14:30 ※予約は左記へ
こころの健康相談(区内在勤の方も可)※前日までに要予約		12日9:00～10:30 26日9:30～11:00 TEL (3847) 9405	8日9:30～11:00 TEL (3844) 8172
大人の発達障害個別相談(区内在勤の方も可)※前日までに要予約		4日13:30～15:30 12日10:30～12:30 25日9:30～11:30 TEL (3847) 9405	
HIV・梅毒検査		10・24日13:00～14:30 TEL (3843) 5751	



## 4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 東上野4-22-8 上野健康増進センター TEL (3847) 9475			〒111-0031 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5回) 13:30～14:15	25人	火曜エアロビクス	毎週火曜日(全5回) 14:00～14:45	9人
火曜リズム体操	毎週火曜日(全5回) 15:00～15:45	15人	リズムボディ	毎週火曜日(全5回) 19:15～20:00	9人
シェイプ・THE・ボディ	毎週火曜日(全5回) 19:30～20:15	10人	ゆったりヨガ	毎週水曜日(全4回) 19:15～20:00	7人
水曜リズム体操	毎週水曜日(全4回) 13:30～14:15	15人	さわやかリズム体操	毎週木曜日(全4回) 14:00～14:45	9人
水曜エアロビクス	毎週水曜日(全4回) 19:30～20:15	10人	やさしいエアロビクス	毎週木曜日(全4回) 19:15～20:00	9人
高齢者のための足腰元気体操	毎週木曜日(全4回) 13:00～13:45	15人	生き生きリフレッシュ体操	毎週金曜日(全4回) 14:30～15:15	8人
フラダンス	毎週木曜日(全4回) 15:00～15:45	10人	ボディバランス	毎週金曜日(全4回) 19:15～20:00	7人
木曜エアロビクス	毎週木曜日(全4回) 19:30～20:15	10人	パワーアップスリム	毎週土曜日(全4回) 10:30～11:15	6人
金曜リズム体操	毎週金曜日(全4回) 13:30～14:15	25人	たのしいヨガ	毎週土曜日(全4回) 13:00～13:45	7人
リラックスヨガ	毎週金曜日(全4回) 19:00～19:45	15人	熟年体操	毎週土曜日(全4回) 14:30～15:15	15人
土曜リズム体操	毎週土曜日(全4回) 11:30～12:15	15人	高齢者のための足腰元気体操	毎週日曜日(全4回) 10:30～11:15	17人
土曜エアロビクス	毎週土曜日(全4回) 14:00～14:45	10人	日曜エアロビクス	毎週日曜日(全4回) 14:00～14:45	6人
やさしい太極拳	毎週日曜日(全4回) 11:00～11:45	15人			
アクアビクス	毎週水曜日(全4回) 19:00～19:45 毎週木曜日(全4回) 14:00～14:45 毎週日曜日(全4回) 13:30～14:15	9人			

対象 区内在住か在勤の18歳以上の方 費用 1回300円  
申込み方法 往復はがきに①4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3月19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。各センターへお問合せください。

## 3・4月分の夜間診療当番医・当番薬局

発熱・せき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 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	月～土曜日18:45～21:45		
受付時間	日曜日・祝日・年末年始 8:45～21:45		
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 9:00～22:00 歯科 9:00～17:00
月	当番医・薬局	所在地	電話番号
3月10日	内科 吉岡整形外科クリニック	浅草橋1-10-6 富田ビル1階	(5822) 5563
	内科 サンライズクリニック	東上野1-7-2 2階	(3836) 3321
	歯科 小林歯科医院	西浅草2-16-1	(3844) 1092
	薬局 コーセイ浅草橋薬局	浅草橋1-25-10	(3865) 5322
	薬局 フカイチ薬局 東上野店	東上野1-7-2 富田ビル1階奥	(5817) 8580
3月17日	内科 あさくさ田原町内科クリニック	寿2-10-11 MS田原町ビル2階	(3841) 1181
	内科 あさひ上野クリニック	上野3-16-4 文行堂ビル2階	(5818) 7070
	歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	根岸4-1-28	(3874) 6433
	薬局 オアソ薬局 田原町店	雷門1-7-3	(3843) 8565
	薬局 上野薬局	台東区上野3-17-5	(3831) 5441
3月20日	内科 山田英明下町クリニック	西浅草3-16-6	(5806) 3077
	内科 武内クリニック	根岸5-16-8	(3873) 1202
	歯科 さや歯科医院	西浅草3-16-8 2階	(5828) 4182
	薬局 西浅草調剤薬局	西浅草3-2-7	(3841) 5816
	薬局 キクヤ薬局	下谷3-19-4	(3876) 0056
3月24日	内科 蔵前かとう内科クリニック	蔵前3-4-9 蔵ビル3階	(5809) 2416
	内科 谷中クリニック	谷中3-13-10	(3823) 1261
	歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	根岸4-1-28	(3874) 6433
	薬局 薬局日本メディカル	蔵前3-4-9	(5829) 8941
	薬局 たかはし谷中薬局	谷中3-18-4	(3824) 2345
3月31日	内科 曾谷村医院	鳥越1-7-1	(3851) 2384
	内科 上野医院	上野2-11-10 小島ビル4階	(3832) 0076
	薬局 ライオンズビル歯科医院	雷門2-3-5 ライオンズビル3階	(3844) 9493
	内科 浅草第一診療所	浅草4-33-7	(3872) 8617
	内科 かとう医院	根岸3-12-14	(5603) 7161
4月7日	歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	根岸4-1-28	(3874) 6433
	薬局 すずらん調剤薬局	浅草4-34-5	(5603) 5002
	薬局 レーメイ堂薬局	根岸3-9-18	(3872) 5349

**医療情報**

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」  
毎日24時間  
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。  
TEL (5272) 0303

東京都消防庁救急相談センター  
毎日24時間  
TEL #7119  
または TEL (3212) 2323

## 新型コロナワクチンの無料接種は3月31日(日)で終了します

**対象**

●令和5年秋開始接種(※)  
初回接種を完了し、前回接種から3か月以上経過した生後6か月以上の方

(※) 5年9月20日～3月31日に、1人1回接種できます。この期間内に接種した方は、接種後3か月を経過しても再度の接種はできません。

●初回接種  
新型コロナワクチンの接種を初めて受ける生後6か月以上の方

**予約方法**

病院・診療所へ直接お問合せください。

最新情報はこちら

**問合せ**

●台東保健所新型コロナウイルス感染症対策室  
(月～金曜日8:30～17:15) ※祝日を除く TEL 03-3847-9431

●厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター  
(9:00～21:00、土・日曜日・祝日も対応) TEL 0120-761-770

## 新型コロナウイルス感染症には基本的な感染対策が有効です

こまめな手洗い・消毒

定期的な換気

3密の回避

密接 ~~×~~ 密閉 ~~×~~ 密集 ~~×~~

効果的な場面でのマスク着用

**発熱等の症状がある場合**

重症化リスクの高い方や症状の重い方は、かかりつけ医に相談のうえ、受診してください。受診の際は、医療機関へ事前に電話連絡をお願いします。

詳しくはこちら

**かかりつけ医がいない方**

近くの医療機関を検索できます。

●台東区 発熱受診相談センター  
(月～金曜日9:00～17:00) ※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 新型コロナ相談センター(24時間)  
TEL 0120-670-440  
FAX 03-4510-4515  
(耳や言葉の不自由な方向け)

東京都および台東区の相談センターは、3月末で終了します。

### 催しものなど

#### 企画展

「地図でたどる台東区の変遷」

時 3月22日(金)～6月16日(日)

●図書館職員によるギャラリー・トーク

時 4月21日(日)、5月12日(日)16:15～16:45

定 各8人(先着順) 申 電話か直接

問へ 場・問 中央図書館

TEL (5246) 5911

台東区長賞受賞作品を展示しています

期間(予定) 3月13日(水)～4月10日(水)

展示作品 平成11年度受賞「花ノモトニテ」

(ウエバヒロコ)、平成21年度受賞「かやせ、

もどせ」(岡本瑛里) 場 区役所1階台東ア

ートギャラリー 問 文化振興課

TEL (5246) 1153

ことぶき教室(後期)受講者・サロン参加者の成果発表・展示

●春の発表会

時 3月22日(金)10:00～13:00

場 生涯学習センターミレニアムホール

●春の作品展

時 3月22日(金)・23日(土)9:00～17:00

場 老人福祉センター

◆以降、上記記事の共通項目◆

問 老人福祉センター

TEL (3833) 6541

常設展示内特集「没後60年 朝倉文夫の世界—女性像—」

時 3月8日(金)～6月5日(水)

●ギャラリートーク

時 3月20日(木)14:00(30分程度)

開館時間 9:30～16:30(入館は16:00

まで) 入館料 一般500円、小中高生250

円 休館日 月・木曜日(祝日と重なる場

合は翌日) ※入館時は靴を脱いで靴下着用

場・問 朝倉彫塑館 TEL (3821) 4549

企画展「樋口一葉の初期小説」

時 3月16日(土)～5月12日(日) 内 デビュー

作「闇桜」から下谷龍泉寺町在住時に書か

れた「花ごもり」まで、一葉が小説家とし

て花開く前の作品10編を紹介 入館料 一

般300円、小中高生100円 場・問 一葉

記念館 TEL (3873) 0004

歌舞伎文字 「勘亭流書道」作品展

実演・筆耕体験もあります。時 4月1日

(月)～7日(日)9:00～20:00(1日は13:00

から、7日は17:00まで) 場・問 浅草文

化観光センター TEL (3842) 5501

花川戸公園フリーマーケット 出店者募集

時 4月7日(日)・21日(日)

問 清掃リサイクル課

TEL (5246) 1018



詳しくはこちら

日曜特別コンサート 「パイプオルガンとのアンサンブルを愉しむ」



時 3月31日(日)13:00開場、14:00開演

出演 東京藝術大学音楽学部学生・院生

曲目 天使の糧(フランク)ほか

入場料 500円 申 電子申請か問へ

申込開始日時 3月13日(水)

10:00 ※未就学児入場不可

場・問 旧東京音楽学校演奏堂

TEL (3824) 1988



詳しくはこちら

リサイクル活動室 「春のエコ・手作り体験」

日程 3月30日(土) 内・時間 ①パッチワ

ークをやってみよう・11:00～13:00

②さき布織り体験・11:00～13:00、14:

00～16:00 対 ①区内在住か在学の小学

3年生～高校生 ②区内在住か在学の小学

4年生～高校生 定(先着順) ①7人 ②各

3人 場・申・問 環境ふれあい館ひまわり

TEL (3866) 8050

区民体育祭

●ダンススポーツ 時 3月17日(日)

場 台東リバーサイドスポ

ーツセンター 費 1人500円

締 3月16日(土)17:00

問 スポーツ振興課

TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

講座・相談会など

堆肥de!ガーデニング講座

時 4月12日(金)14:00～15:00

場 東上野区民館 対 区内在住か(学)

の方 定 20人(先着順)

申 電子申請か問へ

締 4月1日(月)

問 清掃リサイクル課

TEL (5246) 1018



詳しくはこちら

～花の心プロジェクト～花とみどりの園芸講習会「春を彩るハンギングバスケットを作ろう」

時 4月28日(日)13:00

場 区役所10階会議室

対 区内在住か(学)

の方 定 20人(抽選)

講 榊澤智江氏(日本ハ

ングバスケット協

会本部講師) 費 3,000

円 申 往復はがきに記入例 1～5、在勤

(学)の方は67を書いて

問へ(電子申請可) 締 4月

8日(月)(必着) 問 〒110-

8615 台東区役所環境課

TEL (5246) 1323



詳しくはこちら

環境ふれあい館ひまわり環境学習室 うきうき♪春のエコスクール2024



催し名	ランドセルのお友だち!?自分だけの“ミニ”ランドセルをつくろう	木で遊ぼう!～木のストラップ作り～
日時	3月20日(土) 14:00～15:30	3月29日(金) 14:00～15:30
対象	区内在住(勤)か(学)の年長～小学2年生の子供とその保護者	区内在住か(学)の小学3年生～中学生
定員(先着順)	10組20人	8人

※汚れてもいい服装で参加。

申 電子申請か問へ

場・問 環境ふれあい館ひま

わり

TEL (3866) 2011



詳しくはこちら

シニアのための尿もれ予防教室

時 5月27日(月)14:00～15:00 場 台東区

民会館 対 区内在住でおおむね65歳以上

か介護予防に関心がある方 定 50人(抽

選) 内 トイレの悩みを軽減するための日

常生活での工夫や体操 講 小島みさお氏

(日本コンチネンス協会) 申 はがきに記入

例 1～4を記入し問へ 締 4月30日(火)

(消印有効) 問 〒110-8615 台東区役

所高齢福祉課 TEL (5246) 1295

### したまち小粋マーケット



時 3月20日(土)～24日(日)10:00～21:00

(20日は13:00から、24日

は17:00まで) 場 JR上野駅グランドコン

コース 内 革製品などのファッション雑

貨や生活雑貨の販売 問 産業振興課

TEL (5246) 1143



詳しくはこちら

### 図書館のこども室から

●えいがとおはなし会「こねこのぴっち」

時 3月27日(水)10:30～11:15、15:30～

16:15 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)

問 根岸図書館 TEL (3876) 2101



育児わくわくカレンダーをご活用ください

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



### 子ども家庭支援センターの催し

台東区は ともまんなか応援サポーターです!



催し名	日時	対象(保護者同伴)	定員	申込開始日	場所・申込み・問合せ
コンサートリーディング	4月10日(水) ①10:15～11:00 ②11:15～12:00	①区内在住の6か月までの子供 ②区内在住の7～12か月の子供	各8組(先着順)	3月21日(木)	日本堤子ども家庭支援センター「にこにこひろば」 TEL (5824) 2535
ベビーマッサージ～親子の心が通うリラックスタイム～	4月5日(金)10:45～11:30	区内在住の6か月までの子供	15組(先着順)	3月21日(木)	台東子ども家庭支援センター「わくわくひろば」 TEL (3834) 4577
フラダンスを踊ろう	4月8日(月)10:30～11:15	区内在住の4～10か月の子供	12組(先着順)	3月21日(木)	寿子ども家庭支援センター「のびのびひろば」 TEL (3841) 4631

【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。

### 下谷青年学級 学級生募集

知的障害のある青年男女が、学習講座やバスハイク・スポーツなどの活動を通して交流や生活に必要な学習を行います。時4月～7年3月の日曜日(月1回) 場 柏葉中学校または生涯学習センター 対 次のいずれかに該当する高校生年代以上で知的障害がある方 ①区内在住か在勤(学) ②区立中学校特別支援学級の卒業生 費 年間1,500円(教材費) ※活動内容により、別途実費負担(施設入場料・交通費等)あり 締3月31日(日) ※詳しくは、問へ

●下谷青年学級の活動を支援するボランティア募集 対 教員を目指す学生、知的障害がある方の支援について学びたい方など

◆以降、上記記事の共通項目◆

申・問 生涯学習課 TEL (5246) 5821

### 最強のおもてなし～ユニバーサルツーリズムセミナー～(オンライン)

時3月19日(火)14:00～15:45 定300人(先着順) 講 グリズデイル・バリージョシュア氏(アゼリーグループ) 申 記入例 3,4をファクスで問へ(電子申請可)



締3月18日(月)15:00(必着) 問 観光課

TEL (5246) 1447

FAX (5246) 1515



詳しくはこちら

### 高齢者はつつトレーニング

トレーニングマシンを使用した運動教室です。簡単な体操やストレッチも行います。

場所	日時 ※祝祭日を除く	定員 (抽選)
台東一丁目区民館	5月16日～7月18日の木曜日14:00～15:30頃	8人
上野区民館	5月15日～7月17日の水曜日10:00～11:30頃	8人
金杉区民館	5月17日～7月19日の金曜日14:00～15:30頃	6人
谷中区民館	5月17日～7月19日の金曜日10:00～11:30頃	6人
浅草橋区民館	5月14日～7月16日の火曜日10:00～11:30頃	6人
寿区民館	5月16日～7月18日の木曜日10:00～11:30頃	6人
雷門区民館	5月14日～7月16日の火曜日14:00～15:30頃	6人
上野健康増進センター	5月8日～7月10日の水曜日10:00～11:30頃	5人
千束健康増進センター(火曜日コース)	5月7日～7月9日の火曜日10:00～11:30頃	10人
千束健康増進センター(金曜日コース)	5月10日～7月12日の金曜日10:00～11:30頃	10人

対 区内在住の65歳以上で、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) ※初回の教室に参加できる方 費 300円(保険料・初回のみ) 申 はがきに記入例 1～5・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)を書いて問へ(電子申請可)

締4月8日(月)(消印有効) 問 〒110-8615 台東区役所高齢福祉課

TEL (5246) 1295



詳しくはこちら

### 脳の健康教室

時(全20回) 5月10日～9月27日の金曜日13:30～15:30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)、各老人福祉館等で配布する申込用紙に記入し提出。問へ郵送可(申込書は老人福祉センターHPからダウンロード可)

持参時の持ち物 本人確認書類(老人福祉施設使用登録証、国民健康保険証等) 締4月10日(水)(必着) 問 〒110-0015 東上野2-25-14 老人福祉センター

TEL (3833) 6541

### 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(全3回) 4月4日(木)・8日(月)・11日(水) 10:00～12:00 定6人(抽選) 費3,000円(3回分)

●パソコン講座2「スマホで写真の整理」 時(全3回) 4月10日(水)、12日(金)、17日(水)10:00～12:00 定6人(抽選) 費3,000円(3回分)

●パソコン「無料なんでも相談会」 時4月15日(月)・25日(水)10:00～11:00、11:00～12:00 定各5人(抽選)

◆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3月19日(火)(必着) ※定員に達しない場合、21日(木)以降に電話で受付 場・問 〒110-0015 東上野1-28-5 台東区シルバー人材センター TEL (5817) 4919

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

産業資料館) 費600円(1回) 申 電話で問へ ※随時登録受付

●中国語教室(初級) 時(全26回) 4月19日～7月26日の水・金曜日18:30～20:00 対 区内在住か在勤(学)の方 定20人(抽選) 費6,000円(26回分・初日に支払い) ※テキスト代別途 申 往復はがきに記入例 1～4・年代、在勤(学)の方は6～8を書いて問へ 締3月29日(金)(必着)

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

◆以降、上記記事の共通項目◆ 場・問 〒111-0023 橋場1-36-2 産業研修センター TEL (3872) 6780

場 たなかスポーツプラザ 対 区内在住の平成30年4月2日～令和3年4月1日生まれの子供 定(抽選) ①各10人 ②30人 申 電子申請 締3月21日(水) 問 スポーツ振興課

TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

### 柳北スポーツプラザ 幼児運動教室(第1期)

時(全5回) 4月7日・14日・28日、5月19日・6月2日の日曜日 3歳コースは9:20～10:00、4歳コースは10:20～11:00、5歳コースは11:20～12:00

場 柳北スポーツプラザ 対 区内在住の平成30年4月2日～令和3年4月1日生まれの子供

定各30人(抽選) 申 電子申請 締3月21日(水)

問 スポーツ振興課

TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

### 都立浅草高等学校温水プール 初心者水泳教室

時 ①3月23日(出) ②24日(日)14:00～14:50 対 区内在住か在勤(学)の高校生以上の方 定各30人(先着順) 内 ①ワンポイントアドバイス ②アクアビクスと水中ウォーキング 費 プール利用料 申 記入例 1～5・性別を電話かファクスで問へ

受付可能時間 開場日の11:30～21:00 締3月23日(出)13:00(必着)

場・申・問 都立浅草高等学校温水プール

TEL・FAX (3874) 3019

台東区スポーツ振興課

TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

### 清島温水プール水泳教室 子供のためのワンポイントレッスン

時 4月14日～28日、5月12日～26日の日曜日9:10、9:35、10:00、10:30(各20分間) 対 区内在住か在学(園)の3歳～小学生 定各6人程度(先着順) 内 水慣れ～クロールのレベル別少人数ワンポイントレッスン 申 当日9:00からプールサイドで受付 講 野村不動産ライフ&スポーツ(株) 費 プール利用料 場・問 清島温水プール

TEL (3842) 5353

## 高齢者向け スマホ講座講師を無料で派遣します

LINEの使い方やQRコードの読み取り方など、生活に便利なスマホの使い方講座を、自宅や区民館などで気軽に受講できます。

●講座は全部で10種類! 町会の集まりや友達と一緒に、ぜひお申込みください。

- ▷日程
  - 4月 10日(水)、11日(木)、18日(木)、22日(月)、30日(火)
  - 5月 1日(水)、9日(木)、22日(水)、24日(金)、27日(月)、29日(水)
  - 6月 5日(水)、11日(水)、14日(金)、18日(水)、24日(月)、27日(木)
  - 7月 8日(月)、19日(金)、23日(火)、30日(火)
  - 8月 5日(月)、20日(水)、23日(金)、27日(火)
  - 9月 12日(水)、13日(金)、18日(水)、20日(金)、25日(水)
- ▷時間 ①10:00～11:00 ②13:00～14:00 ③16:00～17:00 ※7～9月は、①③のみ
- ▷対象 区内在住か在勤の高齢者の方
- ▷定員 各10人 ※会場は自宅や集会所など、事前に用意してください。
- ▷問合せ 情報政策課 TEL (5246) 9022



過去の講座の様子

新講座 スマホにあまり慣れていない方は… 「スマホの基本操作講座」


リニューアル 音声入力を学びたい方は… 「スマホの文字入力講座」

人気講座 LINEを使ってみたい方は… 「初めてのLINE講座」



約85%の方が「わかりやすかった」と回答しています!

「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

**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  
詳しくはこちら 

## 催しものなど

### ●泣き相撲出場者募集

時 4月27日(出) (予備日は28日(日)) ※予備日も雨の場合は中止 場 浅草寺本堂裏広場「暫像」前(浅草2-3-11) 対 令和5年生まれの子ども※国籍不問 定 100人 費 15,000円(育児祈願のお守り、泣き相撲特製まわしほか) 申 往復はがきに住所・子供の氏名・生年月日・性別・保護者の氏名・電話番号・メールアドレスを書いて問へ 締 3月31日(日)(必着) 問 〒111-0032 浅草1-34-7 井上ビル3階 浅草観光連盟 TEL (3844) 1221

### ●東上野地区健康推進委員主催

#### 春のウォーキング「播磨坂さくら並木へ」

時 3月30日(出)9:40集合(雨天中止) 場 区役所集合～播磨坂さくら並木(文京区)解散 持 飲み物※動きやすい服装、履きなれた靴で参加 問 東上野地区健康推進委員リーダー 荒井 TEL (3831) 3711

### ●竹町地区健康推進委員主催

#### 「竹町地区ウォーキング」

時 4月7日(日)8:45集合(雨天中止) 場 竹町公園集合～三四郎池～東京大学～根津神社(文京区)解散 持 飲み物※動きやすい服装、履きなれた靴で参加 問 竹町地区健康推進委員リーダー 栗國 TEL (3836) 4846

### ●スポーツ少年団初心者教室「サッカー」

日程(全3回) ①4月7日(日) ②14日(日) ③28日(日) 時間 ①13:30～14:30 ②③10:00～11:00 場 台東リバーサイドスポーツセンター陸上競技場 対 区内在住の平成30年4月2日～令和2年4月1日生まれの子ども 定 30人(先着順) 費 800円(3回分・保険料含む) 申込期間 3月5日(火)～31日(日)※運動できる服装で参加、

保護者同伴 申 電話かメールで問へ

問 ブルーファイターズサッカークラブスポーツ少年団 小坂 TEL 090 (2337) 7636

Eメール yoshihisakosaka@ybb.ne.jp

### ●清島温水プール水泳教室～GW短期水泳教室～(指定管理者による自主事業)

時(全3回) 5月3日(祝)～5日(祝)Aクラス(3～6歳の未就学児)は9:00～10:00、Bクラス(年長～小学6年生)は10:00～11:00、Cクラス(小学3～6年生)は11:30～12:30 対 区内在住か在学(園)の子ども 定 各24人(抽選) 講 野村不動産ライフ&スポーツ(株) 費 4,500円(保険料・利用料含む) 申 清島温水プールHPから 締 4月8日(月)21:00※定員に満たない場合は締切日以降もフロントで受付 場・問 清島温水プール TEL (3842) 5353

### ●初心者向けスマートフォン・パソコン相談会

時 ①4月13日(出) ②5月11日(出) ③6月8日(出)10:00、11:00(約50分) 場 生涯学習センター 定(抽選)各6人 申 往復はがきかメールに氏名・電話番号・希望日時・やりたい事を書いて 申込先へ 締(必着) ①3月27日(火) ②4月24日(火) ③5月22日(火) 申込先 〒162-0823 新宿区神楽河岸1-1 東京ポラセンNo.78 虹の会 Eメール itniji@yahoo.co.jp 問 ITボランティア虹の会 中村 TEL 050 (3635) 0414

### ●子育て・不登校・介護・障害児の親等の援助者他、各種ハラスメント等に悩んでいる人を支えるカウンセラーになりませんか(傾聴カウンセラー研修説明会)

時 4月13日(出)13:00～15:00 場 生涯学習センター304会議室 対 20～60歳の女性※教材費のみ必要。※研修終了後、当団体認定の傾聴カウンセラーの資格が取れます。 問 NPO法人APL・パラカウンセリング研究所 柳沢 TEL (3876) 1530

### ●モーニング・コンサート第13回～学内選抜学生ソリスト2名と藝大フィルハーモニア管弦楽団による共演～

時 3月14日(木)11:00 場 東京藝術大学奏楽堂(大学構内) 出演 宮原唯奈(ソプラノ)、立島花音(サクソ)、山下一史(指揮)、藝大フィルハーモニア管弦楽団 費 1,500円※未就学児入場不可。※詳しくは、東京藝術大学HPをご覧ください。 問 東京藝術大学演奏芸術センター TEL 050 (5525) 2300

### ●家族介護者向け

#### 認知症サポーター養成講座

時 3月16日(出)14:30～16:00 場 永寿総合病院3階多目的ホール 定 20人(先着順) 申・問 永寿総合病院 認知症疾患医療センター TEL (3833) 8381(代)

### ●「あなたは原爆の恐ろしさを知っていますか?」2本立て映画上映会

時・内 3月24日(日)13:50・「ヒロシマ、声 イ・ジョングン」、15:00・「ヒロシマナガサキ」 場 生涯学習センター407研修室 定 89人(先着順) 問 NPO法人サルボン 今泉 TEL (3843) 0876

### ●地方を応援しよう!説明会

時 3月30日(出)13:00～14:00 場 今戸社会教育館 内 往復はがきで地方と交流 ※はがきはNPOで用意します。 問 NPO法人SBS事務局 笠原 TEL 090 (3048) 9276

### ●台東区女流舞踊家集団「浅路会」

#### 第6回創作舞踊公演

時 4月7日(日)10:30開場、11:00開演 場 生涯学習センターミレニアムホール ※観覧希望者20人(先着順)にプログラムを送付します。 問 榊原 TEL (3876) 8723

### ●託児つき!台東区在住の二児のママが考えた「産後ママのためのケアサロン」1日イベント

時 3月23日(出)10:00～12:00、13:00～16:00 場 いいオフィス上野 by LIG(小島2-20-11) ※ベビーカー置場あり 対 産後1年以内のお母さんと赤ちゃん 内 肩こり改善マッサージ、赤ちゃん防災ワークショップなど※託児は要予約 申・問 新藤 TEL 080 (1072) 3705

## 会員募集

### ●ボンジュール・マチネ・コラル(ボイストレーニングの会)

時 月2回、原則第2・4日曜日10:00～12:00 場 根岸社会教育館ほか 費 月額3,000円 問 森岡 TEL 080 (1308) 1506

### ●台東区写真連盟

時 第3火曜日 場 雷門区民館ほか 費 年額12,000円、入会金1,000円 問 永田 TEL 090 (9108) 6679

### ●脳トレ麻雀「大四喜」(60歳以上の方・中級以上)

時 毎週土曜日13:00～17:00 場 老人福祉センターほか 費 年額1,000円 問 宗本 TEL (3873) 1024 (16:00まで)

### ●ウォーキングと読書感想会「グーの会」

時 偶数月第3土曜日14:00～16:00 ※ウォーキングは奇数月土曜日(月1回) 場 浅草文化観光センターほか 費 参加時200円 問 千葉 TEL 070 (6650) 4690

### ●地域小中学生フラダンスサークル

時 木曜日(月3回)18:00～19:00 場 たなかスポーツプラザほか 費 月額4,000円※見学・体験無料 問 鎌倉 TEL 090 (2556) 6816

### ●「漢方と太極拳」学びの市場サークル会

時 土曜日(月1回)13:00～16:00 場 入谷区民館ほか 費 月額1,000円 問 福田 TEL (5827) 4651

## 官公署だより

### ●ハローワーク上野就職支援セミナー参加者募集(予約制)

①書類作成セミナー 時 3月13日(火)14:00～15:30 ②働くための年金セミナー(60歳以上の方対象) 時 3月26日(火)10:00～11:30 ③面接対策セミナー 時 3月27日(水)14:00～15:30 ④シニア就職準備セミナー(60歳以上の方対象) 時 3月29日(金)14:00～15:15 場・申・問 ハローワーク上野 ①③ TEL (3847) 8609 41# ②④ TEL (3847) 8609 42#