



区の世帯と人口(1月1日現在)	
住民登録	前月比
世帯数	121,489 (-35)
人口	202,431 (+64)

発行 台東区 編集 総務部広報課 〒110-8615 台東区東上野4丁目5番6号
 TEL 5246-1111 (代表) FAX 5246-1029 (広報課) 区HP▶



人生100年時代— ちよきん 1人1人が貯筋する時代です。



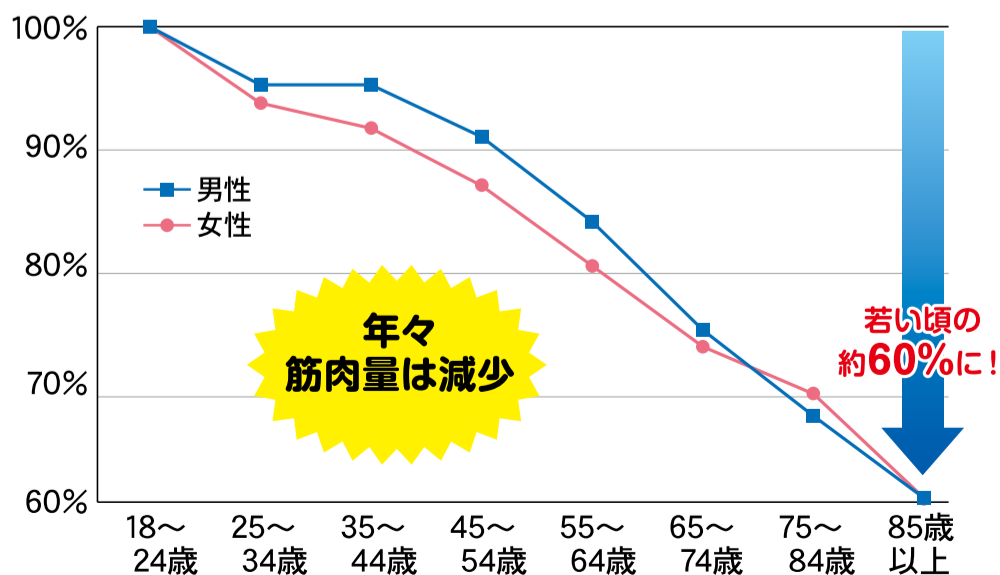
山谷堀公園での「うんどう教室」参加者

あなたの体、「まだ大丈夫」は本当ですか…?

年齢とともに筋肉量はどんどん低下していきます。筋肉にはさまざまな役割があるため、そのまましていると、転倒したり、病気にかかるリスクが高まります。

■ 年齢と下肢筋肉量の関係

※日老医誌2010「日本人筋肉量の加齢による特徴」より、18~24歳を100%とした場合



筋肉量の減少で高まる さまざまなリスク



2・3面で「筋肉とフレイル(虚弱)」について特集しています。

問合せ 介護予防・地域支援課 TEL (5246) 1295

筋肉は何歳になっても増やすことができます!!

何もしなければ、年齢とともに筋肉量はどんどん低下していきます。しかし、適度な運動によって、筋肉量は何歳になっても増やせることが近年の研究の結果わかってきました。特に高齢期は、「フレイル(虚弱)」となりやすいため、意識して予防をすることが大切です。

フレイルとは…

フレイルのうちならだいじょうぶ!
あなただけで健康な状態にもどることができます

心身の活力(筋力や認知機能など)が低下し、要介護状態となるリスクが高い状態を「フレイル」といいます。
しかし、フレイルは「運動」「栄養」「外出・交流・活動」に積極的に取り組むことで、予防・改善が可能です。

やってみよう! 簡単フレイルチェック

- 半年で体重が2~3kg減った
- 筋力(握力)が低下した
- 歩くのが遅くなった
- 疲れやすくなった
- 外出がおっくうになってきた
- お茶や汁物でむせることが増えた

1~2項目当てはまる人⇒フレイルの前段階
3項目以上当てはまる人⇒フレイルの疑い

筋肉を増やし、フレイルを予防するために… **運動**を習慣づけましょう

区では、筋力の向上に効果のある教室を多数開催しています。また、健康増進センターでは体操やエアロビクスのほか、プールを使ったアクアエクササイズなど、さまざまなプログラムを用意しています。

まずはこれくらいの運動を始めてみましょう

頻度：週に2回以上
強度：ややきつい程度
時間：30分程度
種類：筋トレ・柔軟体操・バランス練習

※運動を始める前にかかりつけ医に相談しましょう。

寒い冬でも室内でできる体操を紹介!
YouTube台東区公式チャンネル「やってみよう! ころばぬ先の健康体操」

▲アクアエクササイズ ▲トレーニングルーム ▲転倒予防体操(ふれあい介護予防教室)

栄養

バランスの良い食事と口腔機能の維持がポイントです

口腔機能

栄養をとるためにはお口の健康は大切です。しっかり食事ができていると運動できる体力がつけます。

お口を健康に保つ1・2・3

1. 毎日の歯みがき
～食後・寝る前は特に念入りに～
2. よく噛んで食べよう
～消化がしやすくなり、脳が活性化～
3. 定期的な歯科受診
～かかりつけ歯科医をもちましょう～

食

食べる量が減ると栄養状態が悪くなり、筋力や体力が低下し、フレイルが進んでいきます。フレイルを予防するためには、必要なエネルギーの補給と、筋肉量を保つためのたんぱく質の摂取が大切です。

1日に必要な「たんぱく質」の目安です。これを3食にして食べましょう。
※腎臓に疾患のある方は医師に相談してください。

鮭(焼き) 70g
納豆50g
豚ロース肉(焼き) 50g
卵50g
牛乳180g

ふくよかな体型の人は「栄養状態が良い」と思われがちですが、実は、脂質や糖質の摂取が多く、たんぱく質が不足していることがあります。バランスよく食べることが大切です。

「食欲がない」「食が細くなってきた」などお困りの方は…

少量でも栄養が摂れる飲み物やゼリー類などの栄養補助食品も選択肢の一つです。食欲が戻ってきたら、徐々に普通の食事に戻していきましょう。

1日1回の外出を目標に!!

外出・交流・活動で人や地域とつながりましょう

社会とのつながりが希薄になることが、フレイルの入口といわれています。1日1回の外出を意識し、友人や知人と交流しましょう。

YouTube台東区公式チャンネル「みんなが主役の「通いの場」づくり」

▲共通の趣味をもつ友人との交流
▲お菓子を食べながら談笑
▲仕事は社会とのつながりに有効です

ココロとカラダの元気情報紙「ココカラ」

フレイルに興味をもった方は、元気情報紙「ココカラ」をご覧ください。
2月17日(月)の朝刊に最新号を折込予定です。
区役所、各地域包括支援センター、区民事務所・同分室、地区センターでも配布します。

問合せ 介護予防・地域支援課
TEL (5246) 1295

住民税(特別区民税・都民税)の申告は3月16日(月)までに

特別区民税・都民税は、税務署や区役所に提出された申告書等に基づいて課税されます。申告書は2月上旬に郵送しますので、該当欄に記入のうえ提出してください。申告書の提出は郵送でも受け付けます。同封の返信用封筒をご利用ください。

問合せ 税務課課税係
TEL (5246) 1103~5

確定申告書の「住民税の徴収方法の選択」欄の記入をお願いします

住民税を給与から差し引かれていて、勤務先からの給与以外に所得がある方は、確定申告書第二表の「給与・公的年金等に係る所得以外の所得に係る住民税の徴収方法の選択」欄に必ずご記入ください。給与・公的年金等以外の所得に対する住民税を、合算して給与から差し引くことを希望する方は「給与から差し引き」に、給与から差し引く分とは別に個人で納付したい方は「自分で納付」に○をつけてください。

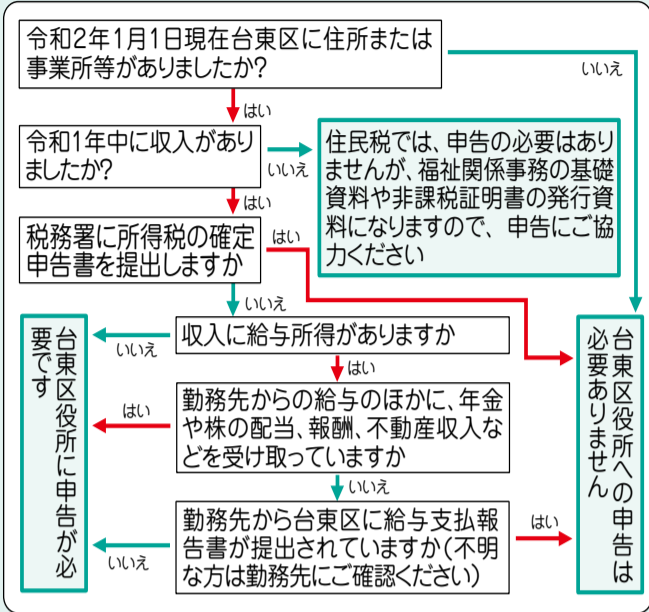
※公的年金等の収入金額が400万円以下で、公的年金等にかかる雑所得以外の所得金額が20万円以下の方は、所得税の確定申告は不要(選付を受ける場合は要提出)ですが、住民税の申告は必要な場合があります。

※上場株式等に係る配当所得等および譲渡所得等や、上場株式等に係る譲渡損失などは、住民税の納税通知書送達後に確定申告しても、住民税上は申告不要とされ、税額の算定には考慮されません。

住民税(特別区民税・都民税)の課税証明書は前年の所得を証明します

住民税は、前年の所得に対して課税されますので、令和2年度の課税証明書は、令和1年(1~12月)中の所得を証明します。令和2年度の課税証明書の発行は、所得が給与所得のみで住民税が勤務先の給与から引かれる方は5月中旬、その他の方は6月中旬からです。

申告が必要な方



※前年税務署に確定申告をした、前年被扶養者、給与から住民税を差し引かれている、前年に台東区に転入した方などには原則として申告書は郵送されません。申告書が必要な方は区HPからダウンロードしてご利用ください。

申告書の受付

受付場所	区役所3階①~⑬番税務課課税係	区民事務所・同分室
受付期間	2月17日(月)~3月16日(月)	3月2日(月)~16日(月)
	土・日曜日・祝日は除く	
受付時間	午前8時30分~午後5時(税務課は、水曜日のみ午後7時まで受付)	

※区役所1階での臨時窓口の開設はありません。

申告に必要な物

- ①マイナンバーカードまたは通知カード(番号確認書類)と運転免許証等(身元確認書類)の提示または写しの添付 ②申告書 ③印鑑 ④令和1年中の収入等を証明する物(給与所得の方は源泉徴収票や給与証明書、事業所得や不動産所得などのある方は売上(収入)・仕入・経費などの明細が分かる物) ⑤諸控除の支払証明書(源泉徴収票に記入してある物を除く国民健康保険料や介護保険料・国民年金保険料などの社会保険料の領収書・証明書、介護医療や個人年金を含む生命保険料の支払証明書、地震保険料の支払証明書、寄付金の領収書) ⑥医療費控除を受ける方は、医療費控除の明細書(令和1年支払分まで領収書可)や保険で補てんされた金額が分かる物 ※災害など雑損控除のある方は、お問合せください。

所得税及び復興特別所得税の確定申告は2月17日(月)から受け付けます

—確定申告はお早めに—

所得税及び復興特別所得税の確定申告とは

毎年1月1日~12月31日までの1年間に生じた全ての所得の金額とそれに対する所得税等の額を計算し、確定申告書を提出して、源泉徴収された税金や予定納税で納めた税金等との過不足を精算する手続です。

●下記に該当する方は、確定申告の必要はありません(住民税の申告が必要な場合があります) 対象)公的年金等の収入金額が400万円以下で、公的年金等以外の所得金額が20万円以下の方

●「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください 画面の案内に従って金額等を入力すれば、税額などが自動計算され、申告書等を作成できます。スマートフォンでも作成できます。作成した申告書をe-Taxで送信すれば手続き完了です。

▷ID・パスワード方式で送信 お近くの税務署でIDとパスワードを受け取るだけで、e-Taxを利用できます。

●郵送で提出する場合の送付先にご注意ください 作成済の申告書・申請書・届出書等を郵送により提出する場合は、下記へ送付してください。送付先 〒110-8655 台東区池之端1-2-22 上野合同庁舎 税務署事務処理センター

軽減税率制度実施後の消費税申告書作成までのイメージ

- ①区分経理(記帳) 売上は交付した請求書等の控えを、仕入れは受領した請求書等を基に区分経理をします。
- ②年間取引の集計 元帳の科目ごと・税率ごとの取引合計額から、税率ごとに区分した課税売上及び課税仕入れを集計します。(国税庁HPをご利用ください)

③申告書作成 課税取引金額計算表などで集計した内容を基にして、課税売上げと課税仕入れを適用税率ごとに消費税申告書及び付表に転記して消費税額を計算します。

●上野合同庁舎2階に確定申告書作成会場を開設します 東京上野・浅草・小石川・本郷税務署の合同会場となりますので、浅草税務署内に申告書作成会場はありません。

期間	場所	開設時間
2月17日(月)~3月16日(月) ※土・日曜日・祝日を除く	上野合同庁舎2階(東京上野税務署) 台東区池之端1-2-22	(受付) 午前8時30分~午後4時(提出は5時まで) (相談) 午前9時15分~午後5時

※会場が混雑している場合、受付を早めに締め切ることがありますので、なるべく早めにお越しください。

●東京国税局で申告書作成の相談・受付を行います 日程)2月24日(休)、3月1日(日) 午前9時15分開始(相談受付は午前8時30分~午後4時) 場所)東京国税局1階(中央区築地5-3-1)

問合せ 詳しくは、国税庁HPをご覧ください。東京上野税務署 TEL (3821) 9001(代) 浅草税務署 TEL (3862) 7111(代)

国税庁HPをご利用ください!

確定申告書等作成コーナー 検索

東京マラソン 2020

●コース沿道での応援イベント 台東区では、浅草橋から雷門にかけてコースが設定されています。雷門前では、伝統的で国際観光都市らしいイベントを行い、大会を盛り上げます(荒天中止)。日時)3月1日(日) 午前9時30分~11時40分(予定) 内容)金龍の舞、浅草太鼓、区内小学生による応援演奏、江戸芸かっぱれ、たいとう音頭ほか

●「東京マラソンEXPO 2020」に台東区が出展 ランナーの参加受付やマラソン関連商品等の展示・販売、各種アトラクションを行う「東京マラソンEXPO 2020」が豊洲市場6街区屋外スペースにて開催されます。日時)2月27日(木)・28日(金) 午前11時~午後9時

◆以降、上記記事の共通項目◆ 問合せ)台東区観光課 TEL (5246) 1447

●交通規制にご協力を

大会当日、コースとコース周辺道路は、交通規制が行われます。交通規制や迂回(うかい)については、現場の警察官等の指示に従ってください。競技状況等で、規制時間を変更することがあります。

【台東区内の交通規制日時】3月1日(日)午前9時~午後2時 場所)上図のとおり

【車両利用】コースおよびコース直近の道路は、5時間程度車両の通行が禁止されます。コース方向への車両の利用はご遠慮ください。車両を利用する場合は、通行推奨ルート()、主な通行可能ルート()等をご利用ください。

【自転車・歩行者】コース横断が規制されます。歩行者は、歩道橋、地下鉄出入口等をご利用ください。

問合せ)交通規制お問い合わせ窓口 TEL (6631) 9646

台東区スポーツ振興課 TEL (5246) 5853

●違反屋外広告物を除去します 開催日前に、コース沿道での違反屋外広告物(貼り紙・貼り札、立看板等)の除去作業を予定しています。問合せ)台東区道路管理課 監察担当 TEL (5246) 1304

●「めぐりん」が迂回します 「東西めぐりん」はバス停29~33(雷門通り~浅草消防署)、「ぐるーりめぐりん」はバス停16-2・17・18(花川戸~雷門通り)には停車しません。また、交通規制による遅れが見込まれますので、ご理解をお願いします。迂回日時)3月1日(日)午前8時30分~午後0時30分頃 問合せ)東西めぐりんは日立自動車交通株 TEL (5682) 1122 ぐるーりめぐりんは京成バス株奥戸営業所 TEL (3691) 0935 台東区交通対策課 公共交通・駐車場担当 TEL (5246) 1361

●雷門地下駐車場への入庫ができなくなります 雷門地下駐車場の周辺道路が交通規制区域になるため、下記の時間帯は、入庫ができなくなります。ご注意ください。日時)3月1日(日)午前7時~午後0時30分頃(出庫は午前7時~8時までの1時間のみ可) 問合せ)雷門地下駐車場 TEL (5827) 5660 台東区交通対策課公共交通・駐車場担当 TEL (5246) 1361

●自転車を放置しないでください コース周辺地域に放置された自転車は、保管所に移送・撤去します。

放置場所	保管場所
浅草駅周辺	千束保管所(千束3-28-13)
蔵前駅周辺	今戸保管所(今戸2-26-11)
浅草橋駅周辺	

※保管期間は1か月、移送料は5,000円です。返還の受付日時)月曜日を除く午後2時30分~6時30分 問合せ)台東区交通対策課・自転車対策担当 TEL (5246) 1305

あなたのまちの 民生委員・児童委員を 紹介します

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱を受けた非常勤の地方公務員で、ボランティアとして活動しています。昨年12月に改選があり、新たに199人が委嘱を受けました。(任期は令和元年12月から3年) 民生委員・児童委員は高齢者や障害のある方、子育て中の方などの生活上の相談を受け、必要に応じて区役所や社会福祉協議会など関係機関につなげています。主任児童委員は、地域の児童福祉施設等と連携し、子供を取り巻く問題に取り組んでいます。お困りのことがありましたら地域の民生委員・児童委員にご相談ください。相談内容の秘密は固く守られます。 民生委員・児童委員の氏名、担当区域は下表のとおりです。担当委員がわからない方は左記へお問合せください。

問合せ 福祉課 TEL (5246) 1172

Table with 4 columns: 地区, 氏名, 担当区域, and 担当区域. It lists the names and assigned areas of various community and children's committee members across different districts like 竹町地区, 東上野地区, 上野地区, etc.

令和2年度区民交通傷害保険加入者募集. Includes a table with columns: コース, 年間保険料, 最高保険金額. Lists insurance options A through CJ with their respective costs and coverage amounts.

お知らせ

幼児用ヘルメットの申込みをお忘れなく



▽対象 区内在住で平成29年4月2日～30年4月1日生まれの子ども

災害時に備えて「台東区避難行動要支援者名簿」を作成しています

▽申込方法 対象者へ送付した案内に同封の申込書

⑫その他特に支援を必要とする方

▽問合せ 危機・災害対策課 TEL(5246)1092

浅草公会堂の休館について

浅草公会堂の大規模改修工事に伴い、期間中はホール・集客室・展示ホールの利用ができません。

土曜議会を開催します

多くの方に傍聴していただけるよう、土曜日に本会議(代表質問)を開催します。

▽日時 2月15日(土)午後2時

入谷区民館の休館および入谷地区センターの仮移転について

入谷区民館・入谷地区センターの改築工事に伴い入谷区民館を休館し、入谷地区センターは仮移転いたします。

▽入谷区民館利用最終日 3月27日(金)

4月の区民館多目的ホール・集会室等の利用抽選申込日を変更します

▽抽選申込日 4月2日(木) ※時間の変更はありません。

中央図書館の雑誌スポンサー募集

社会貢献活動の一環として、図書館で購入している雑誌の費用を負担していただく制度です。

▽申込方法 申込書(左記問合せ先で配布・図書館HPからダウンロード可)を左記問合せ先へ郵送が持参

※企業の場合は、会社概要等(業種がわかる物)、広告の掲載を希望する場合は広告案(A4判まで)、個人の場合は、本人確認できる書類(健康保険証、運転免許証の写し等)が必要。

▽問合せ 中央図書館企画担当 TEL(5246)5911

環境リサイクル

2月は「不適正搬入防止強化月間」です。正しいごみの排出にご協力をお願いします。

規定外のごみや、水銀などの有害物質を含むごみが燃やすごみに

混入すると、焼却炉が停止する事故が発生し、ごみの収集時間が遅れるほか、復旧までに多大な時間と費用がかかります。

※金属製品やガラス製品、水銀を使用した器具や体温計は燃やさないごみです。

▽問合せ 清掃工場のごみの受入基準については東京二十三区清掃一部事務組合

TEL(6238)0732

TEL(3876)5771

TEL(5246)1018

精華公園ピクトープ「煙づくり友の会」会員募集

▽活動日時 第2土曜日 第4日曜日 午前10時10分～午後0時10分

▽対象 区内在住が在勤(学)の18歳以上で事前説明会に参加できる方

▽事前説明会日時・場所 3月14日(土)午後1時～2時・環境ふれあい館ひまわり5階

▽定員 4人(先着順)

先へ

※ファックスの場合、送信後に左記へ確認の電話をしてください。

TEL(3806)8098

福祉(高齢・障害等) 2月下旬に介護サービス費通知を送ります

適切に介護サービスを利用していただくために、11月利用分の明細をお知らせします。

TEL(5246)1249

TEL(5296)7000

認知症サポーター養成講座

▽日時 3月7日(日) 午後2時～3時30分

▽対象 区内在住が在勤(学)の方

TEL(5246)1225

TEL(5246)1179

TEL(5246)1222

講習みの方

TEL(3806)8099

身の回り応援サービス

買い物や電球交換・軽量家具の移動など、30分以内でできる軽作業を、有償ボランティアがお手伝いします。

TEL(50028)7541

TEL(50028)7541

令和元年度の介護慰労マツサージ券・食事券の申請期限・利用期限にご注意ください

▽申請期限 3月31日(火)

▽対象 介護保険で、要介護4・5の寝たきりの高齢者を、常時在宅で介護している家族等(高齢者・家族共に区内在住)

TEL(5246)1225

TEL(5246)1222

TEL(5246)1222

住宅 まちづくり

都市計画案の縦覧および意見書の提出

都市計画案(2月19日公告)の縦覧を行います。

TEL(5246)1303

TEL(5246)1303

子育て・教育

幼児食へのステップアップ教室(予約制)

▽日時 3月13日(金) 午前11時～正午

▽対象 区内在住の平成30年9月～31年2月生まれの子供の保護者(原則第一子、初めて参加する方優先)

TEL(3847)9440

TEL(3847)9440

TEL(3847)9440

健康

パーキンソン病患者さん
のための体操教室

▽日時 3月19日(木)
午後1時30分～3時30分

▽場所 台東保健所3階大会議室

▽対象 区内在住が在勤の方

▽定員 15人(先着順)

▽内容 マットを使用した体操、
情報交換会

▽持ち物 運動できる服装、飲み
物

▽受付開始日 2月19日(水)

▽申込み・問合せ 台東保健所保
健予防課

TEL (3847) 9405

笑って元気教室
「漫才と体操」

▽日時 3月11日(水)

午後2時～3時30分

▽対象 区内在住が在勤の40歳以
上の方

▽定員 28人(先着順)

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 3月9日(月)午後2時～4
時(1人20分程度)

▽場所 台東保健所4階

▽対象 区内在住が在勤の女性で
更年期や月経障害、不妊などで
お困りの方

▽申込み・問合せ 台東保健所保
健サービス課

TEL (3847) 9497

あなたへの体の健康度、
チェックしてみませんか
(予約制)

▽日時 3月10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3階大会議室

▽対象 台東区の国民健康保険か
後期高齢者医療制度の加入者

▽申込み・問合せ 台東保健所保
健サービス課

TEL (3847) 9497

令和元年7月31日時点で、会社
などの保険に加入していた方
加入していた健康保険にお問合
せください。

▽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、結果説明と助言

▽申込み・問合せ 国民健康保険
課 TEL (5246) 1251

▽日時 3月14日(土)午後3時～5
時(受付は4時30分まで)

▽場所 台東保健所4階

▽対象 区内在住の方

▽問合せ 台東保健所保健サービ
ス課

TEL (3847) 9481

歯科基本健康診査はお済
みですか

受診期限は、3月31日(火)までで
す。期限間際は、医療機関が大変
混み合う場合があります。また健
診を受けていない方は、早めに受
診してください。

※受診票を紛失した場合は、左記
へお問合せください。

▽問合せ 台東保健所保健サービ
ス課

TEL (3847) 9449

区民のための健康教室
講演会「歯が悪くなり、
入れ歯が合わなくなる意
外な原因」

▽日時 3月2日(月)

午後1時30分～3時30分

▽対象 区内在住が在勤の方
(院長)

▽講師 田中富一氏(田中歯科医
院院長)

※講演後、専門医による「医療な
んでも相談」を行います。

▽場所・問合せ 浅草保健相談セ
ンター

TEL (3844) 8171

令和2年度登録制アルバイト(会計年度任用職員・事務補助)募集

業務内容 書類整理、パソコンへの入力作業、簡易な電話・窓口対応等

勤務日・時間 原則週4日・午前9時～午後5時(休憩60分)

報酬 時給1,070円(令和2年2月現在) ※申込方法等、詳しくは区HPをご覧ください。(人事課 TEL 5246-1061)

2・3月の夜間・休日診療当番医・当番薬局
都合により、当番医を変更することがあります。台東区夜間・休日診療案内(TEL 5246-1277)でお確かめになるか、当番医へお問合せください。

Table with columns: 診療対象, 内科, 歯科, 当番医・薬局, 所在地, 電話番号. Lists various clinics and pharmacies for the month of February.

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。

Table with columns: 事業名, 実施会場, 台東保健所, 浅草保健相談センター. Lists various health and dental services.

健康
女性医師による女性のための健康相談「婦人科」(予約制)
あなたへの体の健康度、チェックしてみませんか(予約制)

令和元年7月31日時点で、会社などの保険に加入していた方
加入していた健康保険にお問合せください。

耳・鼻・のどの健康相談
3月14日(土)午後3時～5時(受付は4時30分まで)

区民のための健康教室
講演会「歯が悪くなり、入れ歯が合わなくなる意外な原因」

3月の保健所・保健相談センターの事業案内
3月の上野・千束健康増進センターの運動教室参加者募集

催しものなど

地域で暮らす外国人のスピーチを聴きに来ませんか

スピーチ後には外国人との交流の時間もあります。**日時**3月8日(日)午後2時～4時
場所区役所10階会議室 **定員**40人(先着順) **申込み・問合せ** 区民課
TEL (5246) 1126 (区HPから申込可)

第32回桜橋花まつり

日程3月28日(土)・29日(日) **場所**隅田公園山谷堀広場※詳しくは、広報「たいとう」3月5日号に掲載予定です。**問合せ**桜橋花まつり実行委員会(北部区民事務所清川分室) **TEL** (3876) 3566

明るい選挙推進協議会講演会「選挙をめぐる最近の情勢」

日時3月11日(水)午前10時30分～正午
場所区役所10階会議室 **定員**80人(先着順) **講師**三浦雄二氏(全国市区選挙管理委員会連合会事務局長)
申込み・問合せ選挙管理委員会事務局
TEL (5246) 1461

東京・春・音楽祭2020ミニ・コンサート「桜の街の音楽会」

日時3月10日(火)①午前11時 ②午後2時(各20分程度) **場所**①区役所1階ロビー ②生涯学習センター1階アトリウム
出演細川愛梨氏(フルート)、香川明美氏(ピアノ) **問合せ**東京・春・音楽祭実行委員会 **TEL** (5205) 6497 台東区文化振興課 **TEL** (5246) 1153

美術館で聴く子どものためのクラシック

日時3月28日(土)午後6時30分～7時
場所上野の森美術館「VOCA展2020」展示会場(上野公園1-2) **対象**4歳～低学年までの子供とその保護者 **定員**50組(抽選) **出演**鈴木絵由子氏、加藤美菜子氏、山田健史氏、佐々木大輔氏 **申込み方法**メールで住所・子供の氏名(きょうだいで参加可)・年齢・保護者の氏名(2人まで)・電話番号・メールアドレスを件名「VOCA展コンサート応募」にして下記問合せ先へ※申込締切後、1週間以内にメールで当落の連絡をします。**申込締切日**2月28日(金) **問合せ**第一生命保険㈱DSR推進室「VOCA展コンサート」担当
TEL 050 (3780) 4078
Eメール dlgallery@dl.dai-ichi-life.co.jp 台東区文化振興課 **TEL** (5246) 1153

台東アートギャラリーの展示作品をご覧ください

期間2月7日(金)～3月13日(金) **場所**区役所1階台東アートギャラリー
展示作品「敦煌莫高窟壁画第427窟 方柱北龕西側 菩薩図(隋)」橋岡昭男氏、「敦煌莫高窟壁画第323窟 南壁 西側 菩薩図(初唐)(右)」畑井智和氏、「敦煌莫高窟壁画第323窟 南壁 西側 菩薩図(初唐)(左)」湯山東氏 **問合せ**文化振興課
TEL (5246) 1153

上野学園大学による午後のコンサート「春を讃えて」

日時3月5日(土)午後1時30分開場、2時開演
出演上野学園大学音楽学部学生

入場料500円※当日会場で午後1時30分から販売、未就学児入場不可
区内在住か通勤の方を抽選で10人ご招待
申込み方法往復はがきに演奏会名・希望人数(2人まで)・住所・氏名・電話番号、在勤の方は勤務先を書いて下記問合せ先へ※応募者多数の場合は抽選 **申込締切日**2月20日(木)(必着) **場所・問合せ**〒110-0007 台東区上野公園8-43 旧東京音楽学校奏楽堂 **TEL** (3824) 1988

下町風俗資料館休館のお知らせ

特別展の終了に伴い、常設展示への切り替え作業のため、下記の期間休館します。**期間**2月25日(火)～28日(金) **問合せ**下町風俗資料館 **TEL** (3823) 7451

ママオト～親子で楽しむ音楽会2020～

日時3月1日(日)午後1時開場、1時30分開演
場所生涯学習センターミレニアムホール
入場料(全席指定)一般2,500円、3歳～小学生500円※0～2歳の膝上観覧は無料、大人1人につき子供1人まで
販売場所チケットぴあ(**TEL**0570-02-9999、Pコード165-708)
問合せママオトコンサート事務局
TEL (5685) 6290 台東区芸術文化財団 **TEL** (5828) 7591

第1期硬式テニス教室

日時(各全10回)4月8日～6月24日の水・木曜日(4月29日、5月6日、6月18日を除く)午前9時～午後9時 **対象**区内在住か通勤(学)で高校生以上の方(未経験者不可) **定員**240人(抽選) **持ち物**運動着、シューズ、ラケット **申込み方法**往復はがき(1人1枚・1クラス)に教室名・希望クラス・住所・氏名・年齢・電話番号、区外在住の方は勤務先(学校)名・所在地・電話番号を書いて下記問合せ先へ※重複申込・記入漏れ無効 **申込締切日**2月21日(金)(必着) **場所・問合せ**〒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

初心者のためのスポーツ教室「幼児運動教室第1期」

期間(各全7回)4月10日～5月23日の金・土曜日 **時間(金曜日クラス)**①3歳児コースは午後2時30分～3時30分 ②4歳児コースは午後4時～5時、(土曜日クラス)③3歳児コースは午前9時30分～10時30分 ④5歳児コースは午前11時～正午 **対象**区内在住で3～5歳の子供 **定員**各10人(抽選) **申込み方法**往復はがきに希望クラス(①～④)・住所・氏名・生年月日・性別・保護者氏名・電話番号を書いて下記問合せ先へ **申込締切日**3月15日(日)(必着) **場所・問合せ**〒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

輪投げ大会(台東区シニアクラブ連合会)

日時2月25日(火)午前9時40分受付、10時開始 **場所**区役所10階会議室 **対象**区内在住の60歳以上で、シニアクラブに加入していない方 **定員**30人(先着順) **問合せ**健康課 **TEL** (5246) 1214

環境ふれあい館ひまわり環境学習室「登録制プログラム」

①ピオトープ調査隊 **活動日時**第1日曜日・小学1・2年生は午前10時30分～正

午、小学3～6年生は午後2時～4時
対象区内在住か通勤の小学生 **定員**各15人(抽選) **申込み方法**下記問合せ先で配布する申込用紙に記入し提出
申込締切日3月12日(木)
②きっずインタープリター **活動日時**開館日 **対象**区内在住か通勤の小学生
申込み方法下記問合せ先で配布する申込用紙に記入し提出
③パケツ稲クラブ **活動日時**第2日曜日午前10時30分～正午※3月15日(日)午後1時30分、21日(土)午前10時30分の説明会に参加した方のみ申込可。説明会への参加は、電話で下記問合せ先へ。**対象**区内在住か通勤・在学(園)の4歳以上の親子 **定員**9組(抽選) **問合せ**環境ふれあい館ひまわり環境学習室 **TEL** (3866) 2011

フリーマーケット出店者募集

日時①3月1日(日)午前9時～午後3時 ②8日(日)午前10時～午後3時 **場所**花川戸公園※車で来場不可、天候により中止の場合あり **出店数(予定)**①30店 ②20店 **出店料**①②2,000円
申込み・問合せ(土・日曜日・祝日を除く)
①フリーマーケット推進ネットワーク(午前9時～午後6時) **TEL** 048 (268) 8711
②タイムマシーンカンパニー(午前10時～午後5時) **TEL** 050 (3616) 3300
問合せ台東区清掃リサイクル課
TEL (5246) 1291

区民体育祭

●陸上競技 **日程**3月29日(日) **場所**台東リバーサイドスポーツセンター陸上競技場 **申込締切日時**3月6日(金)午後5時
●サッカー・フットサル **日程**4月13日(月) **場所**台東リバーサイドスポーツセンター陸上競技場ほか※申込締切日時等詳しくは台東区サッカー連盟HPをご覧ください。
◆以降、上記記事の共通項目◆
対象区内在住か通勤(学)の方※詳しくは、区HPまたは生涯学習センター5階スポーツ振興課で配布する大会要項をご覧ください。
申込み・問合せスポーツ振興課(土・日曜日・祝日を除く午前9時～午後5時)
TEL (5246) 5853

令和2年度柳北スポーツプラザ「幼児運動教室第1期」

日程(全7回)4月8日～6月3日の水曜日(4月29日、5月6日を除く)
時間3・4歳コースは午後3時～3時45分、5・6歳コースは午後4時～4時45分
対象区内在住の3～6歳の未就学児 **定員**各30人(抽選) **申込み方法**往復はがきに希望コース・住所・氏名・生年月日・性別・保護者の氏名・電話番号を書いて下記問合せ先へ **申込締切日**3月6日(金)(必着) **問合せ**〒111-8621 生涯学習センタースポーツ振興課 **TEL** (5246) 5853

浅草高校温水プール水泳教室

内容・日程①かんたんアクアピクス・2月15日(土) ②ゆったりクロール&バタフライ・23日(祝) **時間**午前11時40分～午後0時30分 **対象**区内在住か通勤(学)の高校生以上の方 **定員**各30人(先着順) **費用**250円(プール利用料) **申込み方法**催し名(①か②)・氏名・年齢・性別・電話番号を電話かファックスで下記申込先へ
場所・申込み・問合せ都立浅草高等学校温水プール **TEL・FAX** (3874) 3019
問合せスポーツ振興課
TEL (5246) 5853

図書館のこども室から

●石浜図書館えいがとおはなし会「くまのがっこう ジャッキーのパンやさん」ほか
日時2月19日(水)午前10時30分～11時、午後3時30分～4時 **対象**幼児～小学校低学年とその保護者 **定員**各60人(先着順)
場所・問合せ石浜図書館
TEL (3876) 0854

●ぬいぐるみおとまり会 おはなし会の後、ぬいぐるみを一晩預かり、ぬいぐるみが図書館探検をする様子をアルバムにします。**日時**おはなし会・ぬいぐるみ預かりは2月22日(土)午後2時～2時45分、ぬいぐるみ・アルバムお渡しは23日(日)正午～午後5時 **対象**図書館利用登録のある幼児～小学校低学年の子供※未就学児は保護者同伴、初めて参加する子供に限る、子供1人につき1体 **定員**5人(先着順)
申込み方法中央図書館谷中分室カウンターで申込み **申込開始日時**2月8日(土)
場所・問合せ中央図書館谷中分室
TEL (3824) 4041

●根岸図書館えいがとおはなし会「くまのがっこう ジャッキーのパンやさん」
日時2月26日(水)午前10時30分～11時15分、午後3時30分～4時15分 **場所**根岸社会教育館ホール **対象**幼児～小学校低学年※親子で参加可 **定員**各60人(先着順) **問合せ**根岸図書館
TEL (3876) 2101

●あかちゃんえほんタイム **日時**3月5日(木)①午前10時15分 ②11時 **対象**区内在住の平成30年9月5日～令和元年9月4日生まれの子供と保護者 **定員**各10組(先着順)※子供1人につき1回まで、いずれの回も同内容 **申込み方法**電話か直接下記問合せ先へ※申込みは保護者に限る、中央図書館では受付しません。**申込開始日**2月20日(土) **場所・問合せ**台東子ども家庭支援センター **TEL** (3834) 4577

たいとうやまびこ塾「マジックに挑戦！」

日時(全3回)3月3～17日の火曜日午後2時～4時 **場所**生涯学習センター
対象区内在住か通勤(学)の方 **定員**15人(抽選) **講師**片山彰人氏(学習支援ボランティア) **費用**1,000円
申込み方法往復はがきに講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて下記問合せ先へ
申込締切日2月21日(金)(必着)
問合せ〒111-8621 生涯学習センター生涯学習課 **TEL** (5246) 5812

台東区ジュニアオーケストラアンサンブル部スプリングコンサート

日時3月8日(日)午後1時30分開場、2時開演 **場所**生涯学習センターミレニアムホール※入場整理券は2月5日(水)より生涯学習センター1階受付(第1・3・5月曜日休館)で配布 **曲目**パイレーツオブカリビアン、スターウォーズほか **問合せ**生涯学習課 **TEL** (5246) 5851

少年リーダー研修会

●研修生募集 グループゲームや野外活動を通じて、青少年の成長を応援します。
日程第2土曜日(8月を除く)ほか
対象区内在住か通勤(学)の4月時点で小学4年生～高校生年代(中学生以上は要問合せ) **費用**小中学生2,600円、高校生年代3,650円(キャンプやハイキング等別途)※申込方法等、詳しくは区立小学校、生涯学習セ

【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○○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。

ンター5階生涯学習課で配布する募集案内をご覧ください(区HPからダウンロード可)。**【申込締切日】**3月23日(月)

●**リー研フェスタ** 少年リーダー研修会のメンバーと、ゲームや工作を行います。

【日時】3月15日(日)午前10時～午後3時
【場所】生涯学習センター **【内容】**ゲーム、工作、少年リーダー研修会活動報告、研修会参加希望者相談・申込受付

◆ 以降、上記記事の共通項目 ◆
【問合せ】生涯学習課 **TEL** (5246) 5821

ことぶき教室 (前期)

【期間】4月～9月 **【対象】**区内在住の60歳以上の方 **【費用】**実費(教材費) **【申込方法】**老人福祉センター・老人福祉館で配布する申込用紙に記入し提出(1人1教室・抽選)
【必要な物】本人確認できる物(老人福祉施設使用登録証が健康保険証等)、84円切手
【申込締切日】3月19日(木)

場所・問合せ	教室名	定員	日時(※)
老人福祉センター TEL (3833) 6541	茶道	20人	2・4木曜日 午後
	コーラス	30人	2・4木曜日 午前
	花とはな	20人	2・4金曜日 午後
	カラオケ	30人	2・4水曜日 午後
	民謡	30人	1・3水曜日 午後
	ヨガ	20人	1・3木曜日 午前
	スマートフォン	20人	1・3木曜日 午前
	ストレッチ	20人	2・4木曜日 午前
入谷老人福祉館 TEL (3873) 9036	書道	20人	1・3金曜日 午後
	新フラダンス	20人	1・3木曜日 午後
	唱歌と昭和歌謡	30人	2・4木曜日 午後
	カラオケ	30人	1・3火曜日 午後
橋場老人福祉館 TEL (3876) 2365	絵手紙	20人	1・3金曜日 午後
	麻雀	20人	2・4木曜日 午前
	カラオケ	30人	1・3土曜日 午前
	サルサ	20人	1・3木曜日 午前
三筋老人福祉館 TEL (3866) 2417	麻雀	20人	2・4木曜日 午後
	折り紙	20人	2・4木曜日 午後
	囲碁	20人	2・4木曜日 午前
	スマートフォン	20人	2・4土曜日 午前
	新舞踊	20人	1・3木曜日 午前
	フラワーアレンジ	20人	1・3木曜日 午後
	書道	20人	2・4土曜日 午後
	カラオケ	30人	1・3土曜日 午後

(※) 日時の午前は午前10時～正午、午後は午後1時30分～3時30分

産業研修センターから

●**ファッション・マーケティング講座「国際靴見本市MICAMに見る2020年秋冬トレンドとマーケットの行方」** **【日時】**3月11日(水)午後6時30分～8時 **【対象】**区内在住か在勤(学)の方 **【定員】**30人(抽選)
【講師】大谷知子氏(靴ジャーナリスト)

【費用】1,000円 **【申込方法】**講座名・住所・氏名・フリガナ・年代・電話番号、在勤(学)の方は勤務先(学校)名・所在地をはがきかファックスまたはメール(kensyuusenta@jcom.home.ne.jp)で右記問合せ先へ
【申込締切日】3月4日(水)(必着)

●**第1回トレーニング教室**
【日時(全15回)】4月7日～7月21日の火曜日 午後1時30分～3時 **【対象】**区内在住かIn勤の方 **【定員】**20人(抽選) **【費用】**4,000円(15回分・初日に支払) **【申込方法】**往復はがきに教室名・住所・氏名・フリガナ・年代・電話番号、在勤の方は勤務先名・所在地を書いて右記問合せ先へ **【申込締切日】**3月17日(火)(必着)

●**基礎英会話教室** **【日時(全20回)】**4月7日～8月25日の火曜日 午後6時30分～8時30分 **【対象】**区内在住かIn勤(学)の16歳以上の方 **【定員】**20人(抽選) **【費用】**6,000円(教材費別) **【申込方法】**往復はがきに教室名・住所・氏名・フリガナ・年代・電話番号、在勤(学)

の方は勤務先(学校)名・所在地を書いて下記問合せ先へ **【申込締切日】**3月17日(火)(必着)

◆ 以降、上記記事の共通項目 ◆
【場所・問合せ】〒111-0023 台東区橋場1-36-2 産業研修センター
【TEL】(3872) 6780
【FAX】(3871) 9525

ハンディキャップを背負った方々との楽しい教室の集い(東京上野ロータリークラブとの協働事業)

【日時】3月24日(火)午後0時30分～2時30分
【場所】生涯学習センターミレニウムホール
【対象】区内在住の高齢者または障害者
【出演】三貴哲成氏(歌謡ショー)、柳亭市弥氏(落語)、三遊亭絵馬氏(紙切)
【問合せ】老人福祉センター
【TEL】(3833) 6541

講座・相談会など

映画「女を修理する男」上映会&トークイベント

【日時】3月7日(土)午後1時～4時 **【定員】**30人(先着順) **【講師】**米川正子氏(筑波学院大学准教授 コンゴの性暴力と紛争を考える会/NPO法人congo-RITA代表)
【申込方法】氏名・電話番号、託児(1歳以上の未就学児)希望の方は子供の氏名・年齢を電話か直接下記問合せ先へ
【申込受付開始日】2月8日(土)
【託児の申込締切日】2月29日(土)

【場所・申込み・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

Photo Voiceから防災を学ぶ～東日本大震災で被災した女性たちの写真と声(メッセージ)～ ①展示 ②ワークショップ

【日時・場所】①3月9日(月)～15日(日)・生涯学習センター1階アトリウム(14・15日のみ)、下記問合せ先 ②14日(土)午後1時30分～3時30分・下記問合せ先 **【講師】**湯前知子氏(NPO法人フォトボイス・プロジェクト共同代表) **【定員】**30人(先着順)
【申込方法】氏名・電話番号、託児(1歳以上の未就学児)希望の方は子供の氏名・年齢を電話か直接下記問合せ先へ
【託児の申込締切日】3月7日(土)
【申込受付開始日】2月8日(土)
【申込み・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

講演会「男のトイレ事情」

【日時】3月2日(月)午後1時30分～4時
【場所】台東保健所3階 **【対象】**区内在住の男性 **【定員】**30人(先着順) **【講師】**鈴木康之氏(東京都リハビリテーション病院副院長兼泌尿器科診療部長) **【申込受付開始日】**2月10日(月) **【申込み・問合せ】**介護予防・地域支援課
【TEL】(5246) 1295

ムスリム・ベジタリアン対応実践講習会

飲食・宿泊事業者向けの内容です。
【日時】3月6日(金)午後2時 **【場所】**浅草文化観光センター **【定員】**20人(先着順)
【申込方法】参加希望日・氏名・電話番号を電話かファックスで下記問合せ先へ
【問合せ】観光課 **TEL** (5246) 1447
【FAX】(5246) 1515

外国人旅行者接遇研修会「おもてなし講座」

【日時】2月22日(土)午後2時～4時 **【場所】**浅草文化観光センター6階 **【定員】**70人(先着順) **【講師】**ジェyson・ハンコック氏(俳優・タレント) **【申込方法】**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】**2月21日(金)
【問合せ】観光課 **TEL** (5246) 1447
【FAX】(5246) 1515
【Eメール】taito-omotenashi@city.taito.tokyo.jp

ひきこもりに関する①講演会「ひきこもり家族のライフプラン」 ②個別相談会 ③茶話会

【日時】3月1日(日)①午後1時～2時30分 ②午前10時～正午、午後3時～5時 ③午後3時～4時30分 **【場所】**区役所10階会議室
【定員(先着順)】①50人 ②午前4組、午後2組(1組55分程度) ③20人※②③は要申込、区内在住の方優先 **【講師】**①畠中雅子氏(ファイナンシャルプランナー) ②③臨床心理士 **【申込方法】**催し名(①～③)・希望時間(②のみ)・参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を電話かファックスで下記問合せ先へ **【申込締切日】**2月20日(木)
【問合せ】子育て・若者支援課
【TEL】(5246) 1341
【FAX】(5246) 1289

財産管理の選択肢「家族信託」を学ぶ

【日時】3月5日(木)午後2時～4時 **【対象】**区内在住かIn勤で学習会の内容に関心のある方
【定員】40人(先着順) **【内容】**事例から学ぶ家族信託の活用方法 **【講師】**松尾企晴氏(家族信託コーディネーター)
【申込締切日】3月3日(火)
【場所・申込み・問合せ】台東区社会福祉協議会 **【TEL】**(5828) 7507

シルバー人材センターの催し

●**パソコン講座** **【内容・日程(全3回)】**①「はじめてのパソコン」・3月9日(月)、12日(木)、16日(月) ②「ワードでポスターやチラシを作成」・3月10日(火)、13日(金)、17日(火) **【時間】**午前10時～正午 **【定員】**各9人(抽選) **【費用】**3,000円(3回分)
【申込方法】往復はがき(1人1枚)に講座名(①か②)・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて下記問合せ先へ
●**パソコン「無料よろず相談会」** **【日時】**3月5日(木)・25日(水)午前10時～11時、11時～正午 **【定員】**各5人(抽選)
【申込方法】往復はがき(1人1枚)に講座名・希望日時・住所・氏名・年齢・電話番号・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 ◆
【対象】区内在住の60歳以上の方
【申込締切日】2月19日(水)(必着)※募集数に達しない場合、20日(木)以降に電話で受付
【場所・問合せ】〒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

第6回ペットコミュニティエリア適正利用講習会

ペットコミュニティエリアを利用するには事前に講習会の受講が必要です。
【日時】3月4日(水)午後1時30分～4時
【場所】DOGLY愛犬E-SCHOOL(根岸3-1-10) **【対象】**次の全てを満たすこと①飼い主が区内在住で、台東区で登録をしてい

る小・中型犬(背中～地面まで約40センチメートル以内) ②今年度の狂犬病予防注射および1年以内に混合ワクチンを接種している ③犬の健康状態に問題がなく(内・外部寄生虫、伝染性疾病等にかかっていない)、他の人や犬に対して過剰に吠えたり、威嚇したり、咬傷事故を起こしたことがない ④エリアを利用する家族全員で参加できる **【定員】**15頭分(先着順)
【内容】エリア内でのマナーや知識の講習、愛犬と一緒にエリアの模擬練習(講習中は施設内で愛犬をお預かりします)

【受講上の注意】①中学生以下は保護者同伴 ②3歳以下の乳幼児は入場・受講不可 ③犬1頭につき1人以上の犬を制御できる飼い主が参加(1人で複数頭連れてくることはできません)

【申込方法】区HPから申込みか電話で下記問合せ先へ
【申込期間】2月5日(水)～26日(水)
【問合せ】台東保健所生活衛生課
【TEL】(3847) 9437

空き家等の維持管理や活用などでお困りの方へ「総合相談会」

【日時】2月18日(火)、3月17日(火)午後1時～4時(受付は3時まで) **【場所】**区役所4階401会議室 **【対象】**区内に空き家等を所有している方 **【定員】**各3組(1組60分程度・先着順・予約優先)※予約に空きがあれば当日受付可 **【相談員】**宅地建物取引士・建築士ほか
【申込み・問合せ】住宅課
【TEL】(5246) 1468

介護職員初任者研修(通学)受講者募集

【日時】講義・演習は4月10日(金)～7月6日(月)のうち44日間午後6時30分～9時30分(8時30分までの日もあり)、実習は6月8日(月)～19日(金)のうち指定する1日午前8時30分～午後5時30分、修了式は7月7日(火)午後6時30分 **【場所】**三ノ輪福祉センター
【対象】全日程通学可能な方※区内在住かIn勤の方優先 **【定員】**24人(先着順)
【費用】79,100円(テキスト代含む)
【申込方法】電話で申込書を下記問合せ先へ請求し、本人確認できる物(運転免許証・健康保険証などの写し)とともに提出
【申込締切日】3月30日(月)(必着)
【問合せ】台東区社会福祉事業団
【TEL】(5603) 2228

日本で働く外国人のための日本語講座～N4レベル～

【日時】①2月19日(水) ②21日(金)午後1時30分～4時30分 **【場所】**①区役所3階302会議室 ②区役所4階401会議室 **【対象】**介護の仕事をしているまたは関心のある外国人の方 **【定員】**10人(先着順) **【申込方法】**電話かメールで下記問合せ先へ
【申込締切日】2月18日(火)
【問合せ】台東区社会福祉事業団
【TEL】(5603) 2228
【Eメール】taitojd-somu@bz03.plala.or.jp

介護現場で外国人と働く日本人のための日本語講座

【日時】①2月19日(水) ②21日(金)午後6時～9時 **【場所】**①区役所6階603会議室 ②区役所4階401会議室 **【定員】**10人(先着順)
【申込方法】電話かメールで下記問合せ先へ
【申込締切日】2月18日(火)
【問合せ】台東区社会福祉事業団
【TEL】(5603) 2228
【Eメール】taitojd-somu@bz03.plala.or.jp

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。
台東区公式ホームページ上の「広報たいとう」にも掲載しますので、ご了承ください。掲載したい場合は、掲載することをご希望ください。※掲載基準等、詳しくは左記へお問合せください。

▽問合せ 台東区役所広報課
TEL (5246) 1021 FAX (5246) 1026

催しものなど

●浅草寿地区健康推進委員主催
「ボッチャ体験会」
▽日時 2月9日(日)午後1時～3時(0時45分受付)
▽場所 蔵前小学校体育館
▽問合せ 浅草寿地区健康推進委員 高木
TEL 090(2654)5870

●社会教育センター指定管理者主催
社会教育センターロビーコンサート「バレンタインコンサート」
古楽器「ヴィオラ・ダ・ガンバ」の音色を楽しむ
▽日時 2月14日(金) 正午～午後0時45分
▽場所 社会教育センター
▽出演 上野学園大学学生
▽場所・問合せ 社会教育センター
TEL (3842) 5355

●東京信用保証協会主催 第13回
ビジネスフェア「江戸・TOKYO
O 技とテクノの融合展2020」
▽日時 2月19日(水) 午前10時～午後5時
▽場所 東京国際フォーラムホールE(千代田区丸の内3-1-1)
▽内容 271の中小企業・支援機関・団体のブース展示販売、講演会など
▽問合せ 東京信用保証協会エグゼクティブ
TEL (3272) 2070

●外国人の先生による初心者英会話体験会
▽日時 2月19日(水)・26日(水)

●手作りミニ作り講座(大豆から
ミニ作り「ヘキログラム」)
▽日時 2月28日(金) 午後1時～4時
▽場所 社会教育センター調理室
▽対象 区内在住(勤)の方
▽定員 10人(先着順)
▽持ち物 持ち帰り用容器、スリッパ、三角巾、エプロン、ふきん3枚、筆記用具
▽費用 2千円
▽申込締切日 2月15日(土)
▽申込み・問合せ 松岡(午後1時～5時)
TEL (3841) 9087

●オレンジカフェ「認知症について」
▽日時 3月3日(火) 午後2時～3時30分
▽定員 50人(先着順)
▽講師 馬嶋貴正(神経内科医師)
▽場所・問合せ 永寿総合病院
TEL (3833) 8381(代)

●第73回浅草寺福祉会館教養講座
「やさしい字が『万葉集』」
▽日時(全4回) 3月4日(水)・6日(金)・11日(水)・13日(金) 午後2時～3時30分
▽定員 55人(先着順)
▽費用 500円(4回分)

▽申込開始日 2月5日(水)
▽場所・申込み・問合せ 浅草寺福祉会館 TEL (3844) 5225
●第5回区民公開講座「災害時における応急処置、避難所等で行えるストレッチの体験」(無料)
▽日時 3月8日(日) 午後2時～4時
▽場所 生涯学習センター
▽対象 区内在住・在勤(学)の方
▽定員 80人(先着順)
▽問合せ (公社)東京都柔道整復師会台東支部 千葉
TEL (3873) 3708

●がん患者と家族が語り合う場「いずみサロン」
▽日時 3月11日(水) 午後2時～3時30分
▽対象 がん患者と家族
▽申込み・問合せ 三井記念病院
TEL (3862) 9252

●小島社会教育館指定管理者主催
「ベビーマッサージ&春のねんねアート」
▽日時 3月10日(火) 午前10時～11時30分
▽場所 小島社会教育館
▽対象 生後2ヶ月か月頃の乳児とその保護者
▽定員 15組30人(先着順)
▽講師 武田友美(おひさま助産院院長)
▽費用 1千円
▽場所・申込み・問合せ 小島社会教育館 TEL (3861) 5063

●彩光会・土曜会「絵画展」
▽日時 3月21日(土)～25日(水) 午前10時～午後5時(最終日は2時まで)
▽場所 隅田公園リバーサイドデッキ
ヤブリー(花川戸1-1)
▽問合せ 野間
TEL (5246) 5345

●今戸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対象講座「ふらり北浅草散策〜桜と歩く江戸名所〜」
▽日時 3月21日(土)

午前10時～正午
▽対象 16歳以上の方
▽定員 20人(先着順)
▽講師 台東区観光ボランティアの会
▽費用 500円(保険料など)
▽場所・申込み・問合せ 今戸社会教育館
TEL (3873) 4140

●ヨーガサークル「お座敷ヨーガゆるい」(初心者歓迎)
▽日時 毎週木・土曜日 午前9時20分～10時40分
▽場所 馬道区民館ほか
▽会費 1回500円
▽問合せ 内村
TEL 090(9496)8621

●カラオケ「ひびい」
▽日時 日曜日(月2回) 午後1時～4時
▽場所 馬道区民館ほか
▽会費 月額3千700円
入会金3千円
▽問合せ 佐々木
TEL (3875) 7217

●700MHz利用推進協会によるFM受信障害対策講習
携帯電話での新しい電波利用開始とともに、テレビ受信障害が出る可能性があります(映像が乱れる、映らない等)。受信障害が発生する可能性が高い地域の方へは、お知らせを投函のうえ、対策員が訪問して作業内容を説明し、了解をいただいた上で対策作業を行います。対策員は、対策員証を所持しています。不審に感じられた際は、下記のコールセンターへお問合せください。
※詐欺行為や悪徳商法に、ご注意ください。
※ケーブルテレビや光ケーブルでテレビをご覧の場合は影響ありません。
※BS/CS放送に影響が出ません。

会員募集

●ヨーガサークル「お座敷ヨーガゆるい」(初心者歓迎)
▽日時 毎週木・土曜日 午前9時20分～10時40分
▽場所 馬道区民館ほか
▽会費 1回500円
▽問合せ 内村
TEL 090(9496)8621

●カラオケ「ひびい」
▽日時 日曜日(月2回) 午後1時～4時
▽場所 馬道区民館ほか
▽会費 月額3千700円
入会金3千円
▽問合せ 佐々木
TEL (3875) 7217

●700MHz利用推進協会によるFM受信障害対策講習
携帯電話での新しい電波利用開始とともに、テレビ受信障害が出る可能性があります(映像が乱れる、映らない等)。受信障害が発生する可能性が高い地域の方へは、お知らせを投函のうえ、対策員が訪問して作業内容を説明し、了解をいただいた上で対策作業を行います。対策員は、対策員証を所持しています。不審に感じられた際は、下記のコールセンターへお問合せください。
※詐欺行為や悪徳商法に、ご注意ください。
※ケーブルテレビや光ケーブルでテレビをご覧の場合は影響ありません。
※BS/CS放送に影響が出ません。

●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 3月18日(水) 午前10時
▽面接対策セミナー 3月25日(水) 午前10時
▽場所・問合せ ハローワーク上野
TEL (3847) 8609 41#

●東京都生活調査員募集
▽対象 令和2年4月1日現在都内在住で20歳以上の方
▽任期 委嘱の日々令和3年3月31日(水)
▽調査内容 ①食品の表示状況の店舗調査(5回) ②商品・サービス

●700MHz利用推進協会によるFM受信障害対策講習
携帯電話での新しい電波利用開始とともに、テレビ受信障害が出る可能性があります(映像が乱れる、映らない等)。受信障害が発生する可能性が高い地域の方へは、お知らせを投函のうえ、対策員が訪問して作業内容を説明し、了解をいただいた上で対策作業を行います。対策員は、対策員証を所持しています。不審に感じられた際は、下記のコールセンターへお問合せください。
※詐欺行為や悪徳商法に、ご注意ください。
※ケーブルテレビや光ケーブルでテレビをご覧の場合は影響ありません。
※BS/CS放送に影響が出ません。

●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 3月18日(水) 午前10時
▽面接対策セミナー 3月25日(水) 午前10時
▽場所・問合せ ハローワーク上野
TEL (3847) 8609 41#

●東京都生活調査員募集
▽対象 令和2年4月1日現在都内在住で20歳以上の方
▽任期 委嘱の日々令和3年3月31日(水)
▽調査内容 ①食品の表示状況の店舗調査(5回) ②商品・サービス

●700MHz利用推進協会によるFM受信障害対策講習
携帯電話での新しい電波利用開始とともに、テレビ受信障害が出る可能性があります(映像が乱れる、映らない等)。受信障害が発生する可能性が高い地域の方へは、お知らせを投函のうえ、対策員が訪問して作業内容を説明し、了解をいただいた上で対策作業を行います。対策員は、対策員証を所持しています。不審に感じられた際は、下記のコールセンターへお問合せください。
※詐欺行為や悪徳商法に、ご注意ください。
※ケーブルテレビや光ケーブルでテレビをご覧の場合は影響ありません。
※BS/CS放送に影響が出ません。

●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 3月18日(水) 午前10時
▽面接対策セミナー 3月25日(水) 午前10時
▽場所・問合せ ハローワーク上野
TEL (3847) 8609 41#

●東京都生活調査員募集
▽対象 令和2年4月1日現在都内在住で20歳以上の方
▽任期 委嘱の日々令和3年3月31日(水)
▽調査内容 ①食品の表示状況の店舗調査(5回) ②商品・サービス

●700MHz利用推進協会によるFM受信障害対策講習
携帯電話での新しい電波利用開始とともに、テレビ受信障害が出る可能性があります(映像が乱れる、映らない等)。受信障害が発生する可能性が高い地域の方へは、お知らせを投函のうえ、対策員が訪問して作業内容を説明し、了解をいただいた上で対策作業を行います。対策員は、対策員証を所持しています。不審に感じられた際は、下記のコールセンターへお問合せください。
※詐欺行為や悪徳商法に、ご注意ください。
※ケーブルテレビや光ケーブルでテレビをご覧の場合は影響ありません。
※BS/CS放送に影響が出ません。

●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 3月18日(水) 午前10時
▽面接対策セミナー 3月25日(水) 午前10時
▽場所・問合せ ハローワーク上野
TEL (3847) 8609 41#

●東京都生活調査員募集
▽対象 令和2年4月1日現在都内在住で20歳以上の方
▽任期 委嘱の日々令和3年3月31日(水)
▽調査内容 ①食品の表示状況の店舗調査(5回) ②商品・サービス

●700MHz利用推進協会によるFM受信障害対策講習
携帯電話での新しい電波利用開始とともに、テレビ受信障害が出る可能性があります(映像が乱れる、映らない等)。受信障害が発生する可能性が高い地域の方へは、お知らせを投函のうえ、対策員が訪問して作業内容を説明し、了解をいただいた上で対策作業を行います。対策員は、対策員証を所持しています。不審に感じられた際は、下記のコールセンターへお問合せください。
※詐欺行為や悪徳商法に、ご注意ください。
※ケーブルテレビや光ケーブルでテレビをご覧の場合は影響ありません。
※BS/CS放送に影響が出ません。

●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 3月18日(水) 午前10時
▽面接対策セミナー 3月25日(水) 午前10時
▽場所・問合せ ハローワーク上野
TEL (3847) 8609 41#

●東京都生活調査員募集
▽対象 令和2年4月1日現在都内在住で20歳以上の方
▽任期 委嘱の日々令和3年3月31日(水)
▽調査内容 ①食品の表示状況の店舗調査(5回) ②商品・サービス

俳句

台東区俳句同好会

小田野雅三
加藤昭子
北根紀子
工藤真澄
鈴木千恵
田口幸子
橋屋玉蔵
中井厚子
野中昌子
森田昌弘

今朝の冬はすっかりおかずの独り者
冬耕の影長くして日の沈み
立き笑ふ俳句遊びの年忘
癒されて猫力フェエ出れば寒暑かな
小言避け耳までかぶる冬帽子
違ふよと一言いえぬ年の暮
日差しより風の勝れる十二月
日向ぼっこくりと昼下がりに
寒そうな川向かに吉良屋敷
句に遊び句作に悩む年忘れ
▽問合せ 台東区俳句同好会
内藤潮南 TEL (3844) 1125

吉田すすむ
内藤潮南
岩浪志津子
松尾かつ子
永井さかえ
袴田恒子
橋本千恵子
齋藤初枝
小俣剛哉
諏訪員巨

「ふるさと交流ショップ 台東」 2・3月出店自治体

▷営業時間 午前10時～午後7時(水曜日定休)
▷場所 浅草4-36-5(千束通商店街内)
●出店自治体スケジュール

日程	出店自治体
2月6日(木)～11日(祝)	大分県豊後大野市(友好都市)
2月13日(木)～18日(火)	秋田県鹿角市
2月20日(木)～25日(火)	鹿児島県鹿児島市
2月27日(木)～3月3日(火)	高知県安芸市
3月5日(木)～10日(火)	秋田県にかほ市
3月12日(木)～17日(火)	岩手県大槌町
3月19日(木)～24日(火)	岩手県釜石市・宮城県気仙沼市

問合せ ふるさと交流ショップ 台東
TEL (3874) 8827
都市交流課 TEL (5246) 1016

とはありません。
▽問合せ 700MHzテレビ受信障害対策コールセンター(年中無休) 午前9時～午後10時
TEL 0120(7)00(0)12
※右記に十分な場合のみ、TEL 050(3)78(6)0700(有料)へ