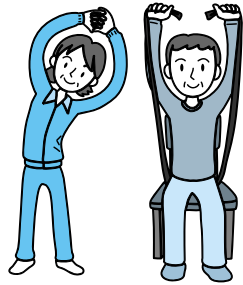


な

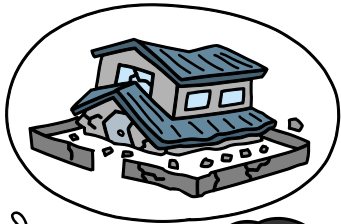


が

わ

悪質商法

ほら、そこにも



高齢者をねらう悪質業者に注意

- 知らない人を家に入れてはいけません。
- 自分や家族の話を知らない人に話してはいけません。
- 本当に契約が必要か考え、必ず家族やケアマネジャー、ヘルパーなど身近な人に相談しましょう。

高齢者をねらった悪質業者による被害は後を絶ちません。リフォーム工事などの訪問販売には、気をつけましょう。「無料」「格安」「点検」などの言葉には耳を傾けてはいけません。また、海外先物取り引き、未公開株などの「利殖商法」も財産を失う危険がありますので、詳しい説明を聞く前にきっぱり断りましょう。

あの手、この手の「悪質商法」にご用心

キャッチセールス

「アンケートに答えませんか」と誘われ行ってみたら、高額な宝石を買わされた。「モデルになりませんか」と声をかけられ行ってみたら高額な契約をさせられた。

不当請求

有料と知らずにインターネットのアダルトサイトにアクセスしただけで高額な利用料を請求された。

フィッシング詐欺

金融機関やインターネットオークション業者などを装ったホームページのサイトとは知らず、クレジットカード番号やIDパスワードなどの個人情報を入力させられた。



などなど…

5月は
消費者月間です

消費者の日 街頭啓発

日時/5月30日(火)午後2時30分から
会場/大井町駅前
共催/品川区消費者団体連絡会

ミニ青空市

マイバッグ(買い物袋)を
ご持参ください

日時/5月18日(木)午前10時から
会場/消費者センター1階啓発展示室
内容/有機・特別栽培などの安心で安全な旬の新鮮野菜・果物などの販売ほか
主催/品川区消費者団体連絡会

納得できないことがあれば
一人で悩まず、まずご相談ください

消費者センター
消費生活相談

大井1-14-1大井1丁目共同ビル
☎5718-7182 Fax5718-7183
月～金曜日 午前9時～午後4時
土曜日電話相談 午後0時30分～4時

クーリング・オフ(契約解除)は必ず書面で

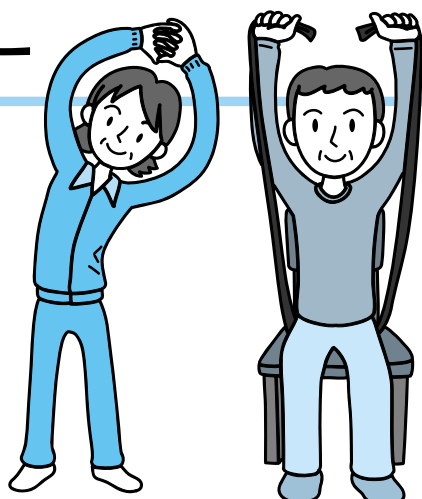
クーリング・オフは訪問販売、電話勧誘販売や路上で呼び止められ契約をした場合などに適用できます。契約内容などを受け取った日から8日以内、マルチ・内職商法は20日以内に書面で通知してください。

必ず書面のコピーを取っておいてください。配達記録か簡易書留で送り、証拠を残しておきましょう。クーリング・オフできるかどうかや様式などは消費生活相談へお問い合わせください。

介護保険による 介護予防のためのサービスが 始まりました

いつまでも元気で
暮らしていただけるように
自立支援を行います

区は、高齢の方が住み慣れた地域で安心して生活できるように、「身近でリハビリ」や「水中運動」など、介護予防・重度化予防に積極的に取り組んできました。4月から介護保険制度の見直しにより、**自立支援が必要な方は、要介護認定を受けなくても、要支援や要介護状態にならないようにするためのサービス（介護予防事業）**を利用できるようになりました。今後は独自に実施してきた事業を整備して、区内全域に広がっていきます。



日常生活の中で次のようなことは
ありませんか？

危険なサインは 7

- ① 身の回りのことをするのが面倒
- ② つまづいたり、転びやすくなった
- ③ 外反母趾やつめの変形などで歩きにくい
- ④ 尿もれすることがある
- ⑤ やわらかい物ばかり食べている
- ⑥ 食事が単調になった
- ⑦ 物忘れがひどくなった

こんなことがあったら

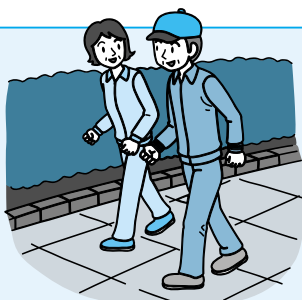
在宅介護支援センターの**ケアマネジャー（予防担当）**に相談しましょう。まずはお近くの在宅介護支援センターへご連絡ください。

問い合わせ／高齢福祉課介護予防担当 ☎5742-6737

元気で、活動的な高齢者をめざして 目標を持った生活を送りましょう。

元気に暮らし続けるには、

- ◆ 適度な運動
- ◆ バランスの取れた食事の摂取
- ◆ 人とのふれあい・支えあい が大切です。



ケアマネジャーが作成する介護予防プランに基づき、その方にあったサービス①～⑧を提供します。

品川区独自の介護予防事業

①	マシンでトレーニング	機器を使ったトレーニングで、日常生活を送るための「体力づくり」「運動習慣づくり」をめざします	週1回 6カ月間	1回 200円
②	身近でトレーニング	身近な道具を使った自宅でできる運動の方法を習得して「体力づくり」「運動習慣づくり」をめざします	週1回 6カ月間	1回 200円
③	いきいき筋力向上トレーニング	運動機器を使ったトレーニングやウオーキング、ストレッチなどを通して、運動習慣を身につけます	週2回 3カ月間	24回 7,200円
④	予防ミニデイ	体を動かしたり、交流することで、介護予防へ取り組む意欲や心身の安心感を持てるようにします	週1回 6カ月間	1回 200円
⑤	ふれあい健康塾	区民の方が運営の中心となり、健康維持と転倒骨折予防のための簡単な体操やゲームなどを行い、心身のリフレッシュをします	月1回 6カ月間	無料
⑥	いきいき脳の健康教室	教室への参加と毎日の「読み・書き・計算」を続けることで脳の活性化（認知症予防、介護予防）を図り、心身の健康を保ち社会参加を促進します	週1回 5カ月間	月3,300円 (教材費込)
⑦	配食サービス	低栄養の予防が必要な方に、在宅サービスセンターより健康状態に合わせた昼食を届けます	週2回	1食 600円
⑧	シニアのための男の手料理教室	買い物のしかたから、1人分を簡単に作れる調理の実践や低栄養を予防するための講習などを行います	週1回 7回	5,200円 (材料費別)

在宅介護支援センター一覧

	住所	電話	地区
台場	北品川3-11-16	5479-8593	北品川、東品川1・2・5
東品川	東品川3-1-5	5479-2793	東品川3(1~9)、南品川1・2・4・5(1~9)・6
東品川第二	東品川3-32-10	5783-2656	東品川3(10~32)・4、南品川3・5(10~16)
上大崎	上大崎1-3-12	3473-1831	上大崎、東五反田
西五反田	西五反田3-6-6	5740-6115	西五反田
大崎	大崎2-11-9	3779-2981	西品川、大崎
南大井	南大井5-19-1	5753-3902	南大井
南大井第二	南大井4-19-3	5767-0625	東大井、勝島
大井	大井4-14-8	5742-2723	大井1・4・5、広町、西大井1
西大井	西大井2-4-4	5743-6120	西大井2~6
西大井第二	大井3-15-7	5743-2943	大井2・3・6・7
荏原	荏原2-9-6	5750-3704	小山台、小山1~5、荏原1~4
小山	小山7-14-18	5749-7288	小山6・7、荏原5~7、旗の台1・2・6
成幸	中延1-8-7	3786-3719	中延1・2、東中延1、戸越5、西中延1・2、平塚
中延	中延6-8-8	3787-2167	東中延2、中延3~6、西中延3、旗の台3~5
中延第二	中延6-5-19	5749-2531	戸越6、豊町6、二葉4
戸越台	戸越1-15-23	5750-1053	豊町1、戸越1~4
戸越台第二	西品川1-28-3	5750-7707	二葉1~3、豊町2~5
八潮	八潮5-10-27	3790-0470	八潮

ボランティア

「ボランティア・ナビしながわ」で区やボランティアセンターの活動情報が調べられます。区ホームページの「住みよいまちづくり」をクリックしてご覧ください。

企画財政課
☎5742-6605

ボランティア募集

- 書道指導
高齢者住宅在住の方に書道の指導をします。
☎月2回、10:30~15:00
☎さくらハイツ南大井（南大井5）
- いきいきクラブの手伝い
簡単な計算や読み書きを行うクラブに参加する高齢者の、代筆補助や配布物の手伝いをします。
☎週1回木曜日、13:45~15:15
☎成幸ホーム（中延1）
- 公園の落ち葉掃き
公園内の落ち葉掃きをします。
☎随時、9:00~17:00
☎林試の森公園（小山台2）

■使用済みの切手・テレホンカード・パスネットを送ってください

- 作業手伝い
精神障害者施設の通所者と一緒にたわしなどの製品作成や下請け作業の手伝いを通して交流します。
☎週1回（月~金）
①9:30~12:00
②13:00~15:30
☎かもめ第2工房（東中延2）
- レクリエーション指導
高齢者施設の入所者の話し相手やレクリエーション活動（朗読・紙芝居・楽器演奏など）をします。
☎相談で
☎かえで荘（八潮5）

そのほか品川ボランティアセンターでは様々なボランティア活動の紹介を行っています。
※このほかホームページでも紹介しています。

さわやかサービス協力会員募集

さわやかサービスでは住み慣れた地域での生活を希望する高齢者や障害者を対象に、家事などを支援しています。だれかの役に立ちたい、主婦の経験を生かしたい、そんな思いを形にするために、はじめの一步を踏み出してみませんか。
活動内容／掃除、食事作り、外出の付き添い、入退院時のサポート、福祉車両（車いすごと乗れる車両）の運転など
対象／18歳以上の方
謝礼／1時間700円（交通費支給）
※入会の方法など詳しくはお問い合わせください。ホームページでも紹介しています。
●協力会員募集説明会
活動内容を映像などで詳しく紹介します。お気軽にお越しください。
☎5月22日(月)14:00~15:30
☎当日、社会福祉協議会会議室へ

品川区社会福祉協議会 開館日:月~土 9時~17時 | 品川ボランティアセンター ☎5718-7172 http://www.shinavol.com/ | さわやかサービス ☎5718-7173 http://www1.cts.ne.jp/shinasha/sawayaka/

●費用の記載のないものは無料
●対象は原則として区内在住・在勤・在学の方

問い合わせ

- 保健所 ☎3788-7016
☎142-0063 荏原2-9-6
- 保健センター ☎3474-2225
☎140-0001 北品川3-11-22
- 大井保健相談所 ☎3772-2666
☎140-0014 大井2-27-20

両親学級

これからパパ・ママになる方へ

日 5月27日(土)午前9時～正午
 内 実習「赤ちゃんのお風呂の入れ方」など
 講師/萩原直美
 (日本赤十字社助産師学校助産師)
 人 25組(先着)
 会 申 5月15日(月)から電話で保健センターへ

離乳食教室

日 5月25日(木)午前10時30分～正午
 内 離乳食の話と保護者の試食
 人 6～8カ月児と保護者25組(先着)
 会 申 電話で保健センター☎3474-2902へ

プレマクッキング 妊娠期の食事のとり方実践編

日 5月30日(火)午後1時30分～3時30分
 内 ママとおなかの赤ちゃんのための簡単で、おいしい料理の実習
 人 妊娠中の方10人(先着)
 会 申 電話で大井保健相談所へ

むし歯撃退教室

日 5月25日(木)午前10時～11時30分
 内 知って得するむし歯予防について、効果的な歯磨き法(実技)と歯磨きを嫌がる場合の克服法
 人 1歳前後児と保護者20組(先着)
 会 申 5月15日(月)から電話で保健センター☎3474-2902へ

難病リハビリ音楽療法

日 5月29日(月)午後2時～4時
 内 講習と歌の指導
 講師/加藤晶子(声楽家)
 人 難病患者と家族50人(先着)
 会 申 電話で保健センター☎3474-2904へ

かかりつけ薬局をご利用ください

「かかりつけ薬局」では、診療所などで処方された薬の重複投与や飲み合わせなどによる副作用を防止し、服薬者に合わせた指導や相談を行います。かかりつけ薬局に「お薬相談窓口」を開設しましたので、ご利用ください。

日 午前10時～正午、午後1時～4時
 (土・日・祝、12月29日～1月4日を除く)
 会 品川薬剤師会相談窓口(北品川3-11-16)、荏原薬剤師会相談窓口(中延2-4-2)
 問 健康課庶務係☎5742-6744

車いす同乗車両の購入・改造費用を助成します

車いすを利用している方に、車いすで容易に乗れる自動車を購入・改造するための費用の一部を助成します。
 人 次のすべてにあてはまる方
 ①区内に引き続き1年以上住所のある方
 ②身体障害者手帳または愛の手帳の所持者で常時車いすを使用する方
 ③前年の所得が所得制限基準額以内の方
 ④4月1日から19年3月31日に購入か改造をした方。または、その見込みのある方
 ⑤次の助成金額以上の費用を要すること
 助成金額・件数(抽選)/
 車両購入 300,000円 4件
 車両改造 150,000円 2件
 日 6月6日(火)までに直接、障害者福祉課障害者福祉係(本庁舎3階☎5742-6707 Fax3775-2000)へ

介護教室「本人らしさを大切に した関わり方の工夫」

日 5月27日(土)午後1時30分～3時30分
 会 荏原特別養護老人ホーム(荏原2-9-6)
 内 認知症ケア、センター方式の紹介
 人 在宅で高齢者を介護している方15～20人(先着)
 日 5月25日(木)までに、電話で成幸在宅介護支援センター☎3786-3719へ

ひきこもり家族教室

ひきこもりにかかわる家族が、共通する多くの悩みや不安について一緒に話し合える場です。個別相談もしています。
 日 5月25日(木)
 個別相談=午後1時～2時20分
 家族教室=午後2時30分～4時30分
 講師/高橋良臣
 (登校拒否文化医学研究所所長)
 人 ひきこもりでお悩みの家族
 会 申 電話で大井保健相談所へ

糖尿病の食事と運動教室

日 6月2日(金)午後1時30分～4時
 内 血糖値をコントロールする食事と運動
 人 糖尿病の方と家族、関心のある方10人(先着)
 会 申 電話で大井保健相談所へ

パーキンソン病患者・家族のつどい

日 6月26日(月)午後1時30分～3時30分
 内 情報交換、体操、レクリエーションなど
 会 申 電話で保健センター☎3474-2904へ

知っていますか? 成年後見制度 !! 認知症になったときのために

日 5月24日(水)午後2時～4時
 講師/星野美子(ばあとなあ東京委員長)
 人 20人(先着)
 会 申 5月23日(火)までに電話で品川成年後見センター(大井1-14-1☎5718-7174)へ

都民住宅あき家入居者(待機者)の募集

募集戸数/約2,100戸
 申込資格/次のすべてにあてはまる方
 ①日本国内に在住の方
 ②同居親族(内縁、婚約者を含む)がいる方
 ③都が定める所得収入基準の範囲内の方
 ④確実な連帯保証人を立てられる方(指定法人管理型を除き、保証会社の利用も可)
 日 郵送で5月25日(木)までの消印があり29日(月)までに公社に到着したものに限り受け付け
 問 住宅供給公社募集センター☎3409-2244

軽自動車税は コンビニでも納付できます!

軽自動車税の納期限は、5月31日(水)です。納期限内に必ず納付してください。金融機関・郵便局・区役所・地域センターに加え、バーコード付き納付書でコンビニエンスストア(コンビニ)でも納付できます。
 ●取り扱いできるコンビニ
 エーエム・ピーエム、コミュニティ・ストア、サークルK、サンクス、スリーエフ、セーブオン、セブンイレブン、デイリーヤマザキ、ファミリーマート、ポプラグループ、ミニストップ、ヤマザキデイリーストア、ローソン
 ※バーコードのない納付書はコンビニでは取り扱いできません。
 ○毎週火曜日は、税務課(本庁舎4階)の窓口を午後7時まで延長していますので、ご利用ください。
 ○便利な口座振替(自動払込)もご利用ください。
 問 税務課納税推進担当☎5742-6669

ご存じですか「春の行政相談週間」5月22日～28日

毎日の暮らしの中で、行政に対する疑問や要望はありませんか。総務大臣から委嘱された「行政相談委員」が無料で相談を受け付けます。
 定例相談/第1・3木曜午後1時～4時
 区民相談室(第三庁舎3階☎3777-2000)
 そのほかの相談/
 ●「行政苦情110番」総務省東京行政評価事務所☎0570-090110
 ●東京総合行政相談所(西武百貨店池袋店7階☎3987-0229)

区立保育園の非常勤職員募集

勤務内容/保育園業務(主に保育士補助)
 勤務時間/①午前7時30分～午後1時30分のうち3時間(週5日)
 ②午後1時30分～8時30分のうち3時間(週5日)
 ③午後4時～10時のうち4時間(週3日)
 人 40歳～59歳の健康で働く意欲のある方(資格は問いません)
 報酬/時給1,200円
 交通費/③のみ支給(条件あり)
 任用期間/6月以降
 募集人数/若干名
 日 5月17日(水)までに履歴書に希望時間も書いて、保育課保育計画係(☎140-8715品川区役所第二庁舎7階☎5742-6723)へ郵送か持参

障害者の方に対する職業相談

日 5月22日(月)午後1時～4時
 会 252会議室(第二庁舎5階)
 人 区内在住で就職を希望している障害者
 問 電話かFAXでハローワーク品川(☎3588-8631 Fax3589-3623)へ

こんなときには国民健康保険の届け出をお忘れなく

国民健康保険は皆さんが助け合って、健康を守るための制度です。次のようなときには14日以内に届け出が必要です。国保年金課(本庁舎4階)、品川第一・大崎第一・大井第一・荏原第一・荏原第四・八潮の各地域センターで手続きをしてください。外国人の方の手続きは国保年金課のみで受け付けます。
 保険料は資格取得日からかかります。加入の届け出が遅れると、さかのぼって保険料が請求されます(最大2年間)。ただし、届け出前の医療費は全額自己負担となります。また、やめる届け出が遅れ

た場合でも国民健康保険の資格喪失日は会社などの健康保険に加入した日にさかのぼります。喪失後に国民健康保険証を使って医療機関で診療を受けたり、薬局で薬剤の処方を受けた場合は、国民健康保険で負担した医療費を後日お返しいただきます。
 法人事業所に勤務する方は、厚生年金と健康保険に強制加入することになり、区役所の国民健康保険には加入できませんのでご注意ください。
 問 国保年金課資格係☎5742-6676

	こんなときには	届け出に必要なもの
はいるとき	品川区に転入したとき	(転出証明書) * 1
	職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をやめた証明書 * 1
	子どもが生まれたとき	世帯主の銀行預金通帳と印鑑、母子手帳 * 1
	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書 * 1
やめるとき	品川区を転出するとき	保険証
	職場の健康保険に加入したとき	保険証、職場の健康保険証
	亡くなったとき	保険証、喪主の銀行預金通帳と印鑑 喪主の氏名を確認できるもの(会葬御礼のはがきか葬儀社の領収証)
	生活保護を受けるようになったとき	保険証、保護開始決定通知書
そのほか	住所や氏名・世帯主が変わったとき	保険証 * 2
	世帯が合併・分離したとき	
	保険証をなくしたとき	保険料の領収証、または本人と確認できるもの
	保険証がやぶれたとき	

* 1 保険証の交付をお急ぎの方は、「本人確認できるもの」をお持ちください。〔①運転免許証・パスポート・品川区民カード・写真付き住民基本台帳カードのうち1点、または②郵便物・診察券・預金通帳(キャッシュカード)・年金手帳・公共料金の領収証のうち3点〕。
 * 2 世帯主が変わった場合は、世帯全員の保険証を持参してください。世帯主表示を変更します。
 ○外国人の方が加入する場合には、在留資格・在留期間に一定の要件があります。詳しくはお問い合わせください。
 ○退職を予定している方は、健康保険任意継続の制度もあります。詳しくは会社の担当者におたずねください。

応急 診療所

※行く前に必ず電話連絡を。健康保険証を忘れずに!

内 内科 小 小児科 歯 歯科 骨 接骨

休日昼間・夜間	診療時間	午前9時～午後10時	固定診療所
5月14日(日)	内 小	品川区医師会休日診療所	北品川3-7-25 ☎3450-7650
	内 小	荏原医師会休日診療所	中延2-6-5 荏原医師会館内 ☎3783-2355
休日昼間	診療時間	午前9時～午後5時	
5月14日(日)	内 小	おりしきみつるクリニック	東大井2-19-11 ☎5762-2789
	歯	カナイ歯科クリニック	西五反田6-21-7 ☎3490-0351
	歯	皆川歯科医院	二葉1-12-10 ☎5702-5888
	骨	田中接骨院	南品川2-15-3 ☎3450-2900
	骨	綱井接骨院	小山6-2-9 ☎3781-9330
平日夜間	診療時間	午後7時30分～午後10時30分	
月～金曜日	小	荏原医師会附属診療所(15歳未満)	中延2-6-5 荏原医師会館内 ☎3783-2355
●品川区テレホンサービス☎3777-1135 ※重病の方は119番をご利用ください。			
医療機関の24時間案内	東京都保健医療情報センター(ひまわり)……☎5272-0303 品川消防署 …☎3474-0119 大井消防署 …☎3765-0119 荏原消防署 …☎3786-0119 東京消防庁 …☎3212-2323		

- 区政60年のあゆみ
- しながわECO フェスティバル2006
- 住民税が改正されました

品川区は、サービス精神、チャレンジ精神、新感覚でイメージアップ運動を進めています。

やって みて みて

レッツトライ

◆スポーツ◆

■軽井沢レクの森キャンプ場開放
 日7月22日(土)～8月26日(土)泊
 常設テント使用料＝1,500円(1泊1張)
 入村料＝250円(小・中学生150円)
 保険料＝30円(1泊1人。宿泊者全員にかかります)
 貸出用具/寝袋・ナタ・炊飯用具など(現地で、無料)
 交通/軽井沢駅下車バス30分
 日5月19日(金)までに往復はがき(1グループ1枚)で住所、氏名、年齢、電話番号をスポーツ協会へ
 ※抽選で受付順を決めます(受付は6月3日(土)午前9時から)。
 ※抽選後の受付は6月5日(月)から。



■区民テニス教室(硬式)
 日6月4日(日)
 ①午前9時～午後1時 ②午後1時～5時
 会八潮北公園(八潮1-3)
 人初心者、初級者各40人(先着)
 料各1,000円(保険料込)
 主催/品川区テニス連盟
 日5月28日(日)午後5時までに費用を持って、スポーツ協会へ

■9人制クラス別バレーボール大会
 日6月11日(日)午前9時から
 会戸越体育館ほか
 試合方法/クラス別トーナメント戦(敗者戦あり)
 人家庭婦人
 料1チーム10,000円(登録チーム5,000円)
 主催/品川区バレーボール連盟
 日5月31日(水)までに費用を持って、スポーツ協会へ
 ※主将会議は6月7日(水)午後7時から戸越体育館。

■第47回品川区卓球選手権大会
 日6月18日(日)午前9時から
 会総合体育館
 種目/①一般 ②シニア(40歳以上) ③ベテラン(55歳以上) ④ジュニア(18歳未満)の各男女シングルス
 ※年齢は19年4月1日現在。
 ※一般と年齢別の2種目出場可。
 試合方法/トーナメント方式
 料1種目1,200円(登録者900円、ジュニア800円)
 主催/品川区卓球連盟
 日6月6日(火)までに、費用を持って、スポーツ協会へ

◆講座ほか◆

■家庭教育ネットワーク講習 どうする?思春期
 ～不安なのは子どもだけじゃない
 子どもの抱えている不安や危うさの状況を理解し、まわりの大人がどのように受け止めサポートしていくか一緒に考えていきましょう。
 会富士見台児童センター(西大井6-1-8)
 人思春期の子ども親、関心のある方40人(抽選)
 託児/1歳～就学前のお子さん10人(おやつ代400円)
 日6月2日(金)までに往復はがきかEメール(携帯電話からは不可)で、講習名、住所、氏名、電話番号、託児希望の方はお子さんの名前・年齢・性別を生涯学習課社会教育係E-mail:oubo-sha@city.shinagawa.tokyo.jpへ

日程(全週)	テーマ	講師
6/15(木)	親へのエール…思春期のころ不安なのは子どもだけじゃない	大河原美以(東京学芸大学助教授)
6/22(木)	思春期の危うさを受け止める 子どもの抱えるストレス	海渡玲子(NGO予防医学開発事業団代表理事)
6/29(木)	親子のメンタルヘルス 心地よい距離感を体験しよう ワークショップ	田中哲(都立梅ヶ丘病院精神科部長)
7/6(木)	思春期 揺れ動くこころと身体 必要な支援とは何か	田中哲(都立梅ヶ丘病院精神科部長)

※時間は午前10時～正午。

■高齢者と介護者のための料理教室 上手に使う冷凍食品
 日5月23日(火)午後1時30分～4時30分
 会荏原文化センター(中延1-9-15)
 人20人(先着) 料500円
 持ち物/エプロン、筆記用具
 日5月19日(金)までに電話で成幸ホーム ☎3787-3616へ

■第11回おかいもの通り春イベント
 日5月28日(日)午前10時～午後5時
 ※雨天中止。
 会武蔵小山駅前通り商店街
 会イベント・模擬店・フリーマーケットなど
 主催/同商店街振興組合
 会事務局・南嶋 ☎5788-4515

■70歳からの簡単料理教室 からだをいやす香りの料理
 日6月1日(木)午後1時30分～4時
 会きゅりあん(大井町駅前)
 会しめじと桜えびの香り豊かな黒豆ごはん、旬魚の香味焼き、にらと長芋の葉ぜんスープ、しょうがプリンなど
 人70歳以上の方30人(先着)
 料800円
 持ち物/エプロン、三角きん、ふきん2枚(食器用、台ふきん)
 主催/品川栄養士会
 日5月19日(金)までに電話で健康課健康づくり係 ☎5742-6746へ

■プラスチックごみのリサイクルに関する講習会
 日5月31日(水)午後2時～3時30分
 会環境情報活動センター(第二庁舎3階)
 会ごみの発生抑制についての取り組みやサーマルリサイクル、最終処分場の現状と課題など
 人30人(先着)
 日電話で資源循環推進課 ☎5742-6843へ

■公園で愛犬と一緒に楽しむための講習会
 日5月28日(日)午前9時30分～11時30分
 会警察犬訓練士によるデモンストラクション、実技指導ほか
 対象/飼い主と飼い犬ペア20組(先着)
 会日午前9時～午後5時にしながわ中央公園管理事務所(区役所前 ☎5740-5037)へ

- 費用の記載のないものは無料
- 対象は原則として区内在住・在勤・在学の方

問い合わせ

■生涯学習課 Fax5742-6585・6893
 ☎140-8715 広町2-1-36 第二庁舎7階
 ●スポーツ係 ☎5742-6838
 ●学習推進係 ☎5742-6837
 ●社会教育係 ☎5742-6835・6

■品川区スポーツ協会・総合体育館
 受付時間:午前9時～午後7時 ※土・日・祝は5時まで
 ☎141-0022 東五反田2-11-2
 ☎3449-4400 Fax3449-4401

■戸越体育館
 ☎142-0042 豊町2-1-17
 ☎3781-6600 Fax3781-6699

日=日時・期間 会=会場・場所 料=費用・料金
 内=内容 参=参加方法 人=対象・定員
 申=申込方法 問=問い合わせ

■メイプルセンターの講座
 ①愛唱歌を歌いながらボイストレーニング
 日5月17日～6月21日の水曜日 午後6時45分～8時45分(全6回)
 ※全11回のうち6回目からの途中入会。
 人17人(先着)
 料9,600円

②やさしく歌える英語の歌
 日5月13日～6月24日の土曜日 午後2時30分～4時(全4回)
 ※全6回のうち3回目からの途中入会。
 人18人(先着)
 料5,000円

—— 共 通 ——
 会日電話でメイプルセンター(西大井駅前 ☎3774-5050)へ

花と緑の展示会

日5月20日(土)・21日(日)
 午前9時～午後4時 ※小雨決行。
 会しながわ区民公園噴水広場(勝島3-2)
 ●花苗プレゼント(午前10時・午後2時の2回、各回先着100人)
 ●春の花・鉢物の展示販売
 ●春の花寄せ植え相談
 ●ふれあい作業所コーナー
 会同公園管理事務所 ☎3762-0655

第121回 しながわ 日曜コンサート

日5月21日(日)午後1時30分～3時
 出演/品川クラシック音楽協会
 曲目/バッハ「無伴奏ソナタ」、ベートーベン「熱情」ほか
 会当日、中小企業センター3階レクホール(西品川1-28-3 ☎3787-3041)へ

福栄会まつり

日5月21日(日)午前10時～午後3時
 会やしそば・綿菓子・ポップコーンなどの模擬店、アトラクション、介護に関する「何でも相談コーナー」、草花の無料配布
 会日福栄会(東品川3-1-8 ☎5479-2981)

おおむね55歳からの無料職業紹介所

サポしながわ

毎月第4金曜日に「再就職支援講座」を実施しています。講座の主な内容は、
 ○最新の雇用情勢について
 ○面接の受け方・備え方
 ○最新の求人情報の提供と相談
 ○パソコンでの求人検索実習
 ○履歴書・職務経歴書・添え状の書き方などです。「サポしながわ」に新規に求職登録された方が対象ですが、受講を希望の方は下記へご連絡ください。

◆今月の講座
 日5月26日(金)午後1時30分～3時30分
 会品川第一区民集会所(北品川3-11-16)
 会サポしながわ無料職業紹介所 ☎5783-5539

品川&早川 区民交流を支援しています

●協定宿泊施設の宿泊費を割引します
 早川町内の協定旅館に宿泊するときは、一般料金の1割引でご利用になれます(特定期間は割引除外の施設があります)。
 ※品川区国民健康保険に加入の方は1割引のうえ、「こくほの宿」として1泊につき2,000円の助成が受けられます。詳しくは、国保年金課保険事業係 ☎5742-6675へお問い合わせください。

●町営宿泊施設の宿泊費を補助します
 早川町の町営宿泊施設「ヘルシー美里」「ヴィラ雨畑」に宿泊するとき、区内在住の方に1泊につき2,000円(年度内3泊まで)を助成します。

●町営宿泊施設へのタクシー代を助成します
 電車利用の方が町営宿泊施設までタクシーを使用する場合、JR下部温泉駅からの片道タクシー代を助成します。
 ※事前の予約と、一部自己負担が必要です。

●町営バスを交流事業の送迎用に利用できます
 20人以上の団体で早川町内に宿泊する交流事業を実施するとき、町営バスを使用して区内から割安な料金で送迎します。
 ※事前予約が必要です。

●各種「体験教室」を利用できます
 早川町では、「南アルプス邑・技と遊の体験教室」を開催しています。
 会そば打ち、かご作り、豆腐作り、コンニャク作り、ウインナー作り、陶芸、すずり作り、木工など
 ※講師料や材料費がかかります。10人以上の団体には、講師料などの一部を助成する制度もあります。

会 区民課市町村交流担当 ☎5742-6856