

しながわ

平成22年(2010)
11/1
1770号

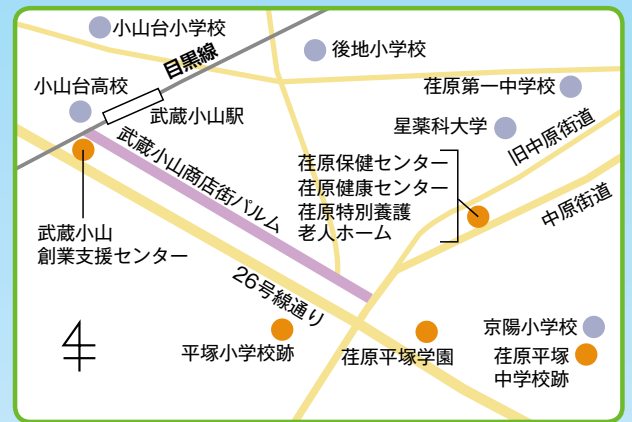
携帯電話用ホームページ
http://www.city.shinagawa.tokyo.jp/mbl/



☎140-8715 品川区広町2-1-36 代表番号 ☎3777-1111 広報広聴課 ☎5742-6644 Fax5742-6870 <http://www.city.shinagawa.tokyo.jp/>

区役所は耐震改修工事のため駐車スペースに限りがあります。車でご来庁の際はお待ちいただくことがありますので、ご了承ください。

眺望 品川 わがまち



目 黒線の線路の地下化が平成18年に完了し、地域を分断していた18カ所の踏み切りがなくなり、**「武蔵小山駅」**は昨年完成した駅前広場に続き、9月に駅ビルも完成。8月には駅から1分ほどの場所に創業希望者や起業間もない人たちをサポートする**「武蔵小山創業支援センター」**がオープンしました。ここは、1階にはチャレンジショップが3店舗、2・3階には認証保育所もあるほか、4階には休業していた**「武蔵小山行政サービスコーナー」**も再開。区立図書館で予約した図書などの受け渡しも行っています。

26 号線と並行して見える白い屋根は**「武蔵小山商店街パルク」**。昭和31年当時「東洋」と話題になったアーケードを抜けると、中原街道を越えたところに4月に開校した小中一貫校**「荏原平塚学園」**があります。同学園の児童・生徒は、9月から小・中学校が一体となった新校舎で学んでいます。「平塚小学校跡」は、地域の文化芸術・スポーツ、生涯学習、「コミュニティ拠点」として生まれ変わり、荏原地区のシンボルの施設となることが期待されています。また、「荏原平塚中学校跡」は、23年5月から荏原第三地域センター改築に伴う仮移転先として活用した後、地域の方のスポーツや憩いのための多目的の広場として整備する予定です。

神 奈川県平塚市まで続く「中原街道」とほぼ並行して「旧中原街道」があり、二つの街道沿いには、「荏原保健センター」や「荏原健康センター」、「荏原特別養護老人ホーム」、「荏原在宅介護支援センター」などの複合施設があります。

●「中原街道」の特別展を、品川歴史館で11月23日祝まで開催しています。

新しい息吹を感じる

小山・荏原地区



キッズクラブ KIDS

いろいろなスポーツを体験してみよう 種目間交流会～東京国体をめざして開催

ぜひ、この機会に色々なスポーツを体験しませんか。

日11月23日(祝)午前9時～午後0時30分

場日野学園(東五反田2-11-1)

種目/サッカー、バドミントン、ソフトテニス、卓球

人小学生～高校生50人(先着)

問11月12日(金)までに、往復はがきに「種目間交流会」とし、住所、氏名、年齢、電話番号をスポーツ協会へ

ノロウイルスに注意しましょう



毎年、冬の時期を中心にノロウイルスによる感染症・食中毒が発生しています。特に、学校や施設、病院などでは集団発生を起しやすく、区内でも毎年7～10件の集団発生があります。次のような予防対策が効果的です。実践しましょう。

- ①帰宅時、調理や食事の前、トイレの後などに流水と石けんを用いた手洗いやうがいをお願いします。
- ②特に貝類の調理は加熱を十分に行いましょう。
- ③おう吐物や便を片付ける時は、手袋、マスクをして換気を十分に行いましょう。
- ④感染した場合は、症状がなくなっても、便の中に約1カ月程度、ウイルスが排出されることがあります。その間は、手洗いなどに十分に気をつけましょう。

問保健予防課 ☎5742-9153

毎週木曜日はしながわ出会いの湯

●毎週プログラムを実施

日11月4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木)

人65歳以上の方

¥プログラムに参加した方は入浴無料

※プログラムに参加しない方も「しながわ出会いの湯カード」を提示すると、割引料金240円で入浴(当日午後7時まで)できます。

場参「しながわ出会いの湯カード」を持って区内各公衆浴場へ

※初めての方は、健康保険証など年齢と住所が確認できるものをお持ちください。

問健康課 ☎5742-6746

歩きタバコはやめましょう 喫煙マナーアップ!

五反田、大井町、大崎、青物横丁、武蔵小山各駅周辺の「路上喫煙禁止・地域美化推進地区」内では、指定喫煙所以外での喫煙は、区の条例で禁止されています。



問地域活動課生活安全担当 ☎5742-6592

健康ひろば

むし歯撃退教室

日11月17日(水)午前10時～11時30分

知って得するむし歯予防、効果的な歯みがき方法(実技)、歯みがきを嫌がる場合の克服法

人歯が8本くらい生えたお子さんと保護者20組(先着)

場日11月4日(木)から、電話で品川保健センター ☎3474-2902へ

子育て安心グループ 親と子がもっと仲よし

子育ての悩みや不安をテーマにグループワークを行います。話を聞いたり、自分自身を振り返ることで、子育てに対する自信をつけていく場です。

日11月15日(月)・22日(月)、12月6日(月)

午後1時30分～3時(全3回)

講師/渡辺弥生(法政大学心理学科教授)

人0～3歳児の保護者15人(先着)

託児/10人(先着)

場申電話で荏原保健センター ☎3788-7016へ

精神保健地域サポート講演会 考えてみよう!精神障がい者の生活支援

日11月26日(金)午後2時～4時

講師/井上悟(中部総合精神保健福祉センター保健福祉部長)

人30人(先着)

場申11月24日(水)までに、電話で品川保健センター ☎3474-2904へ

精神保健家族勉強会

日11月10日(水)午後1時30分～3時30分

講義「生活リズムの作り方について」

人精神障害者の家族、関係者30人(先着)

場申電話で荏原保健センター ☎3788-7016へ

食に関する相談

メタボリックシンドロームに関する展示など、年1回のイベントを開催します。

日時	会場
11/15(月) 10:30～14:30	第二庁舎3階ロビー
11/17(水) 12:00～16:00	武蔵小山商店街バルム会館 (小山3-23-5)

当日、会場へ

主催/品川栄養士会

問健康課健康づくり係 ☎5742-6746

難病の方のための音楽療法

日11月15日(月)午後1時30分～3時30分

ギター伴奏で歌って心身のリフレッシュ

講師/藤井洋平(音楽療法士)

人パーキンソン病・脊髄小脳変性症などの難病の方、家族20人(先着)

場申電話で大井保健センター ☎3772-2666へ

難病の方のためのリハビリ教室

日11月18日(木)午後1時30分～3時30分

グループリハビリを通した身体を動かす方法

講師/伊藤滋唯(理学療法士)

人パーキンソン病・脊髄小脳変性症などの難病の方、家族30人(先着)

場申電話で荏原保健センター ☎3788-7016へ

パーキンソン病の方と家族のための集い

日11月29日(月)午後1時30分～3時30分

情報交換、体操、レクリエーションなど

人パーキンソン病の方、家族30人(先着)

場申電話で品川保健センター ☎3474-2904へ

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 薬=薬局

小児平日夜間/午後8時～午後11時(受付は午後10時30分まで)	
月～金曜日	小 品川区こども夜間救急室 旗の台1-5-8 ☎3784-8181 昭和大学病院中央棟4階
休日昼間・夜間/午前9時～午後10時(受付は午後9時30分まで)	
11月3日祝 7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 ☎3783-2355
	薬 品川薬剤師会薬局 北品川3-11-16 ☎3471-2383
	薬 荏原休日応急薬局 中延2-4-2 ☎6909-7111
休日昼間/午前9時～午後5時(受付は午後4時30分まで)	
11月3日祝	内小 石井診療所 南大井4-5-6 ☎3761-5477
	歯 ゆうデンタルオフィス 西五反田2-29-5 ☎3495-0648
	歯 矢部歯科医院 西品川1-29-4 ☎3781-4811
	骨 梅津柔道整復所 東大井3-5-10 ☎3766-7082
	骨 須藤柔道整復院 中延5-9-5 ☎3783-0526
	11月7日(日)
歯 カナイ歯科クリニック 西五反田6-21-7 ☎3490-0351	
歯 蛇窪歯科 二葉2-4-2 ☎3781-1370	
骨 大井接骨療院 大井3-26-8 ☎3772-5847	
骨 武石接骨院 豊町2-17-8 ☎3781-4450	
土曜日夜間/午後5時～午後10時(受付は午後9時30分まで)	
11月6日(土)	内小 品川区医師会休日診療所 北品川3-7-25 ☎3450-7650
	薬 品川薬剤師会薬局 北品川3-11-16 ☎3471-2383

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
- 東京消防庁 テレホンサービス ☎3212-2323
- 救急相談センター ☎#7119
- 品川消防署 ☎3474-0119
- 大井消防署 ☎3765-0119
- 荏原消防署 ☎3786-0119

※重病の方は119番をご利用ください。

お子さんの急な病気に困ったら 小児救急電話相談 ☎#8000

月～金曜日
午後5時～午後10時
土・日曜日、祝日
午前9時～午後5時



問い合わせ

●文化スポーツ振興課 Fax5742-6585・6893
☎140-8715 広町2-1-36 第二庁舎6階
●スポーツ係 ☎5742-6838
●生涯学習係 ☎5742-6837
●文化振興係 ☎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・日曜、祝日は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

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

お知らせ



11月の区議会

本会議/16日(火)午後1時
建設委員会/2日(火)午前11時
決算特別委員会/1日(月)・4日(木)・5日(金)・8日(月)・9日(火)・11日(木)午前10時
※日程は、変更する場合があります。あらかじめお問い合わせください。傍聴券は、開会の1時間前から配布します。
区議会事務局☎5742-6809

特別区職員採用フォーラム

日12月3日(金)午後0時50分～4時
場文京シビックホール
(文京区春日1-16-21)
採用試験概要、講演、現役職員によるパネルディスカッションほか
23年度以降の特別区採用試験の受験資格がある方1,800人程度(抽選)
日11月8日(月) (必着)までに、往復はがきでフォーラム名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、希望職種を特別区人事委員会事務局(☎102-0072千代田区飯田橋3-5-1☎5210-9787)へ
※http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htmからも申し込みます。
区人事課人事係☎5742-6628

女性相談員による面接相談

1人で悩まずご相談ください(男性も可)。
●法律相談
日12月1日(水)・14日(火)午後1時～4時
20日(月)午後5時30分～8時
●カウンセリング相談
12月24日(金)午後1時～4時
共通
場相談日の1カ月前から、電話で男女共同参画センター(東大井5-18-1☎5479-4104)へ
○カウンセリグは電話相談もあります
日12月2日(木)・9日(木)・16日(木)
午前10時～午後4時
相談電話/5479-4105

高齢者向け合同就職面接会

年金などの各種相談コーナーもあります。
日11月19日(金)午後1時～4時
おおむね55歳以上の就職を希望の方
場当日、写真をはった履歴書(面接希望社分)と筆記用具を持ってきゅりあん(大井町駅前)へ
場サポしながわ☎5783-5539

特別障害者手当・障害児福祉手当をご存じですか

次にあてはまる方は申請できます。
●特別障害者手当
身体か精神に重度の障害があるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅で20歳以上の方(おおむね身体障害者手帳1・2級と愛の手帳1・2度を重複して所持。または、これらと同等の疾病、精神障害がある)
月額/26,440円
※施設に入所、3カ月以上入院、本人か扶養義務者などが所得制限を超えている方は受給できません。

●障害児福祉手当
身体か精神に重度の障害があるため、常時介護を必要とする特別の程度の状態にある20歳未満の方(おおむね身体障害者手帳1級と2級の一部。愛の手帳1度と2度の一部。または、これらと同等の疾病、精神障害がある)
月額/14,380円
※施設に入所、本人か扶養義務者などが所得制限を超えている方は受給できません。

●次にあてはまる方は受給資格がなくなりますので早めにお届けください
・特別障害者手当受給者で、施設に入所したか3カ月以上入院した
・障害児福祉手当、経過的福祉手当受給者で施設に入所した
・経過的福祉手当受給者で、障害年金(障害を事由として受け取る年金)や特別障害給付金を受給することになった
※届け出がないまま手当を受給していると、受給資格がなくなった日までの返還していただきます。

共通
手続方法/直接、障害者福祉課障害者福祉係(本庁舎3階☎5742-6707 Fax3775-2000)へ

成年後見制度の合同説明会・相談会

日11月20日(土)午後1時～4時
成年後見制度合同説明会、司法書士による相談会
講師/三浦秀樹
(リーガルサポート東京支部司法書士)
日30人(先着)
場日11月19日(金)までに、電話で品川成年後見センター(大井1-14-1☎5718-7174)へ

都営住宅入居者の募集

募集住宅/世帯向け、定期使用住宅、若年ファミリー向け
※一部単身者向けの住宅があります。
申込用紙配布期間・配布場所/
11月10日(水)まで都市計画課(本庁舎6階)、地域センター・文化センター・行政サービスコーナーで配布
※配布部数に限りがあります。
日11月16日(火)までに、郵送で渋谷郵便局に届いたものに限り受け付け
●募集申込休日窓口

日程	会場
11/6(土)	荏原文化センター(中延1-9-15)
11/7(日)	きゅりあん(大井町駅前)

※時間は、午前10時～午後4時。
共通
場都市計画課住宅運営担当
☎5742-6776

介護者教室

①健康はお口から～高齢者の口腔ケア
日11月13日(土)午後1時～3時
講師/宮坂厚弘
(戸越パーク歯科クリニック理事長)
日20人(先着)
場日11月12日(金)までに、電話で東品川在宅サービスセンター(東品川3-1-8☎5479-2946)へ
②認知症を知ろう
専門家による講義の後、質問を受け付けます。認知症について知りたいことは、何でもお尋ねください。
日11月20日(土)午後1時30分～3時30分
日30人(先着)
場日11月19日(金)までに、電話で八潮在宅サービスセンター(八潮5-10-27☎3790-0344)へ
③排せつの基礎知識
日11月24日(水)午後1時30分～3時
快適スムーズなケアとおむつの取り扱い方の説明
日15人(先着)
場日11月22日(月)までに、電話で西大井在宅サービスセンター(西大井2-4-4☎5743-6125)へ
④認知症への対応Q&A
日12月4日(土)午後2時～3時30分
講師/足立典子(東邦大学医療センター大橋病院認知症看護認定看護師)
日25人(先着)
場日12月3日(金)までに、電話でさくら会(南大井5-19-1☎5753-3900)へ

品川健康センターは休館します

日11月27日(土)
場同センター☎5782-8507

パソコン相談

身体障害・知的障害をお持ちの方を対象に、パソコンの使い方やパソコンに関する相談を受けます。
日12月2日(木)①午前10時～正午
②午後1時30分～3時30分
区内在住で65歳未満の身体障害者手帳か愛の手帳をお持ちの方各3人(先着)
場日11月24日(水)までに、電話かFAXに「パソコン相談」とし、番号、住所、氏名、年齢、連絡先、障害の程度、相談内容を心身障害者福祉会館(旗の台5-2-2☎5750-4996 Fax3782-3830)へ
※手話通訳、要約筆記が必要な方はご連絡ください。

スポーツ

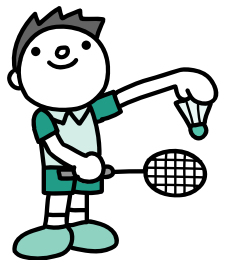


みんなでグラウンドゴルフ

障害のある方も気軽にスポーツをしましょう。家族や介助者の方も、参加・見学できます。お気軽にお越しください。
日11月3日(祝)午前9時～午後1時
運営/旗の台地区スポ・レク推進委員会
場当日、運動できる服装で旗台小学校(旗の台4-7-11)へ
※雨天時は、上履きをご用意ください。
場文化スポーツ振興課スポーツ係

第3回バドミントン大会

日12月5日(日)午前9時から
場総合体育館
日1チームダブルス3組によるクラス別の団体リーグ戦(ラリーポイント制)
日1チーム8,000円
※未登録団体は、ほかに登録料として1人700円かかります。
主催/品川区バドミントン協会
日11月17日(水)午後7時までに、費用を持ってスポーツ協会へ
※未登録団体多数の場合は抽選。



結婚サポート事業～しながわマリッジサポート

結婚セミナー

自己分析や相性分析、コミュニケーションスキルアップ、交流会、プラネタリウム鑑賞などを実施します。
日23年2月11日(祝)午後1時50分～7時40分
場五反田文化センター(西五反田6-5-1)
日区内在住か在勤で独身の男女各20人程度(抽選)
日5,000円
日12月17日(金)までに、FAXかEメールに「結婚セミナー」とし、住所、氏名、生年月日、性別、連絡先をしながわマリッジサポート事務局(Fax 3474-1775) ☎shinagawa@onet.co.jp)へ
※http://onet.jp/shinagawa/からも申し込みます。

結婚相談

結婚への悩みや不安などについて、カウンセラーによる個別相談を月に1回、日曜日に実施しています(午前10時～午後6時)。

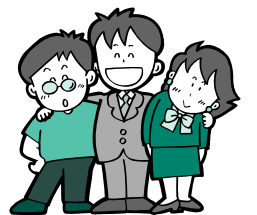
共通
問い合わせ/事務局☎3474-1771
地域活動課庶務係☎5742-6687
※ちらしは地域センター、文化センター、体育館、図書館にあります。

第3回社会貢献活動しながわ

「きっと見つかる あなたの社会貢献」
品川で出逢う・つながる・助け合う2011

参加団体募集

地域や社会的課題の解決に向けて、区内で活動している町会・自治会、NPO・ボランティア団体、商店街、企業などの皆さんの参加をお待ちしています。
日23年2月26日(土)午前10時～午後4時
場きゅりあん(大井町駅前)
日日ごろの活動の紹介、交流
日次のすべてにあてはまる団体
①区内に主たる事務所や活動拠点を有する
②原則として活動実績のある
③区民を対象とした公益活動を行っている
④宗教活動、政治活動を目的とした団体でない(ほか)
日11月30日(火) (必着)までに、はがきに「社会貢献活動しながわ」とし、団体名、事務所の住所、代表者の氏名・電話番号を地域活動課協働推進担当(☎140-8715品川区役所☎5742-6605)へ



品川区商連大商業まつり

当日、会場へお越しください

ご来場の方にもれなく
すてきな記念品を
差し上げます

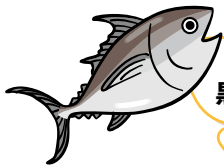
中小企業センター1~3階で、楽しくお得なイベントが盛りだくさんの
大商業まつりを開催します。皆さん、お気軽にお越しください。
品川区商店街連合会 ☎5498-5931
商業・観光課商業支援係 ☎5498-6332



11月27日(土) 午前10時30分~午後5時
中小企業センター(西品川1-28-3)



商店街のキャラクター
イッチャンと銀ちゃん



築地の
職人による
黒マグロ解体ショー
と即売会

日本各地の
名産品の
展示即売会

一流プロ選手
による
バレーボール
クリニック

楽しい
アトラクション
がいっぱい

魅力ある商品がいっぱい! おいしさ・楽しさ満載!



人力車

参加店からの
すてきな賞品
が当たる
お楽しみ抽選会

品川区内の
おいしいお店
すてきなお店
が多数出店

22年度
しながわの
マイスター店
認定証授与式



ハワイアン演奏

11月11日(木)~17日(水)は
税を考える週間です

この社会 あなたの税がいきている

問 税務課 ☎5742-6662

●くらしと税金展

日 11月15日(月) 正午
~午後4時
16日(火) 午前10時~
午後4時
場・観覧方法/
当日、TOC1階ロビー
(西五反田7-22-
17)へ
品川間税会
☎3444-8611

●区民セミナー

いざ、介護~介護保険をどう使う?

① 11月11日(木) 午後2時~4時
場 当日、きゅりあん(大井町駅前)へ
品川青色申告会 ☎3474-7564

② 11月16日(火) 午後2時~4時
場 当日、荏原文化センター(中延1-9-15)へ
品川青色申告会 ☎3783-3494

●チャリティー寄席

日 11月15日(月) 午後6時開演(午後5時開場)
出演/林家たい平ほか
人数 500人(先着)
場 当日、荏原文化センター(中延1-9-15)へ
※入場の際は、1,000円以上のチャリティーをお願いします(500円以上の未使用プリペイドカード4枚以上でも可)。
品川荏原法人会 ☎3783-9900

●税理士による「税の無料相談」 当日、会場へお越しください。

日時	会場	問い合わせ
11/12(金) 10:00~16:00	イトーヨーカドー大井町店(大井町駅前)	東京税理士会品川支部 ☎3474-0843
11/15(月) 12:00~16:00	TOC 1階ロビー (西五反田7-22-17)	
11/16(火) 10:00~16:00	武蔵小山商店街パルム会館(小山3-23-5)	
11/12(金) 10:00~16:00	荏原中延駅前	東京税理士会荏原支部 ☎3781-8070

22年分 年末調整などの説明会

年末調整に必要な用紙も渡しますので、ご出席ください(用紙は開始30分前から配布します)。内容は事業者向けです。

品川税務署 ☎3443-4171

日時	地域
11/10(水) 13:30~16:00	上大崎、東五反田、大井 西大井、勝島、八潮、東八潮
11/11(木) 9:30~12:00	西五反田、大崎、北品川、広町
11/11(木) 13:30~16:00	東大井、南大井、東品川 西品川、南品川

場 当日、きゅりあん(大井町駅前)へ

荏原税務署 ☎3783-5371

日時	地域
11/18(木) 13:30~16:00	小山台、小山、荏原、平塚 中延
11/19(金) 13:30~16:00	西中延、東中延、旗の台 戸越、豊町、二葉

場 当日、荏原文化センター(中延1-9-15)へ

※該当地域の日時に出席できない場合は、同じ税務署内のほかの日に出席できます。
問 税務課 ☎5742-6664~6

相談案内



ひとりで悩まず、ご相談ください

※祝日を除きます

*耐震改修工事が終了したため、11月より、元の第三庁舎で実施します。

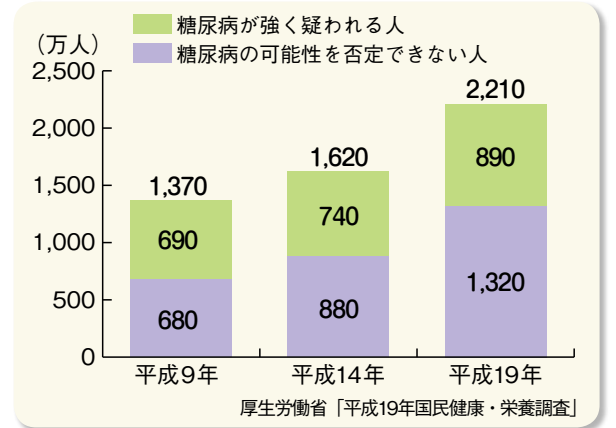
相談内容	曜日	時間	場所	相談内容	曜日	時間	場所	相談内容	曜日	時間	場所
区民相談	(月)~(金)	9:00~17:00	☎3777-2000 ※受付は午後4時30分まで	分譲マンション管理相談	第2・4(水)	13:00~16:00	都市計画課 ☎5742-6777へ予約	カウンセリング相談(電話)	(木)	10:00~16:00	男女共同参画センター ☎5479-4105
犯罪被害者等相談				家庭相談	(水)・(金)	13:00~17:00	子育て支援課 ☎5742-6589	手話による相談	(水)	13:00~16:00	障害者福祉課 Fax3775-2000
法律相談	第1(火)	18:00~20:30	区民相談室 * 当日午前9時から ☎3777-1111(代)へ予約(先着) ☎5742-6863 ☎3777-2000 ※受付は午後3時まで ☎5742-6842	ひとり親家庭相談	(木)	9:00~13:00	子育て支援センター ☎5749-1032	交通事故相談	(月)~(金)	9:00~16:00	城南交通事故相談所* ☎5742-2061
税金相談	第2・4(火)	13:00~16:00		ひとり親家庭相談	(月)~(金)	9:00~17:00	子育て支援課 ☎5742-6589	内職相談	(月)~(金)	9:00~16:00	商業・観光課振興係 ☎3787-3047
不動産取引相談	第2・4(金)			児童相談	(月)~(金)	9:00~16:00	子育て支援課 ☎5742-6959	企業法務相談	第1・3(木)	10:00~12:00	ものづくり・経営支援課ものづくり支援係 ☎5498-6333へ予約
司法書士相談	第2(木)			児童相談	(月)~(土)	9:00~18:00	子育て支援センター ☎5749-1032	特許相談	第4(金)	9:00~12:00	ものづくり・経営支援課経営支援係 ☎5498-6334
人権の上相談	第1・3(火)			子育て相談	(月)~(金)	9:00~17:45	東京都品川児童相談所 ☎3474-5442	経営相談	(月)~(金)	9:00~16:00	
行政書士相談	第1~4(金)			子育て相談	(月)~(土)	9:00~18:00	子育て相談センター ☎3778-1263	ビジネスよろず相談	第1・3(金)	16:00~19:00	ビジネス支援図書館(大崎図書館2階) ものづくり・経営支援課ものづくり支援係 ☎5498-6333へ予約
社会保険労務士相談	第1(金)			教育相談	(月)~(土)	10:00~17:00	教育相談センター ☎3490-2000		第2・4(火)	10:00~13:00	
行政相談	第1・3(木)										
外国人生活相談	英語/火 中国語/木			9:00~17:00							
消費生活相談	(月)~(金)			9:00~16:00	消費者センター ☎5718-7182						
	第4(火)電話相談		16:00~19:00								
	(土)電話相談	12:30~16:00									

増え続ける糖尿病！

11月は糖尿病予防月間です

糖尿病の増加が大きな問題となっています。糖尿病が強く疑われる人や可能性を否定できない「予備群」を合わせると4.7人に1人（おおよそ2,210万人）と推計されています。糖尿病が疑われる人は、約10年前と比べおおよそ1.3倍に増え、増加ペースが加速しています。生活習慣を見直して、糖尿病を予防しましょう。

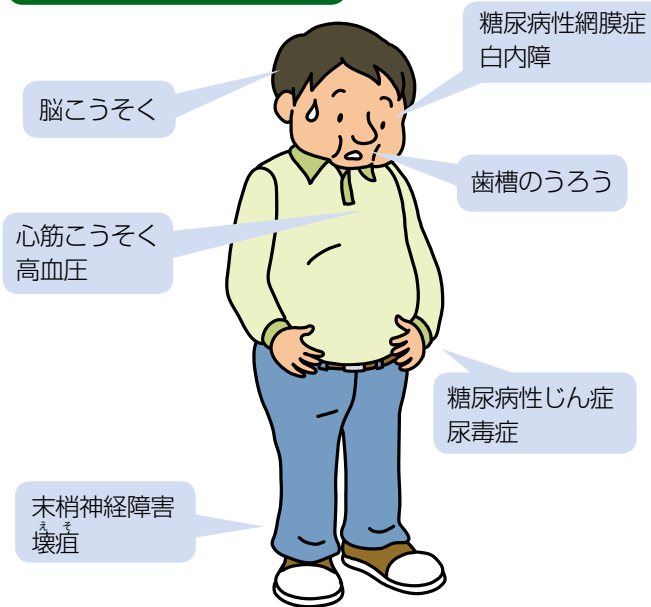
品川保健センター ☎3474-2904
大井保健センター ☎3772-2666
荏原保健センター ☎3788-7016



糖尿病って何？

糖尿病とは、血糖をコントロールするインスリンというホルモンの分泌量や働きが低下し、血糖値が高い状態が慢性的に続く状態をいいます。血糖値が高い状態が続くと、全身の血管に障害がおき、様々な合併症を引き起こします。

糖尿病が引き起こす合併症



糖尿病対策は食事コントロールで！

糖尿病予防には、バランスの取れた食事をとることが大切です。健康（適正）体重を維持して自分に必要な食事を量を知り、主食・副菜・主菜の3種を組み合わせ朝・昼・夕と3回食事をしましょう。お菓子、甘い飲み物、お酒は、コントロールができるまでは控えましょう。

食事をコントロールし、健康体重を維持しましょう

健康体重（適正体重）を計算しよう

$$\text{身長} \text{ [] m} \times \text{身長} \text{ [] m} \times 22 = \text{あなたの適正体重 (kg)}$$



運動習慣をつけましょう！

インスリンの働きを良くするためには、運動習慣をつけることも大切です。急に歩くとひざや腰を痛める原因になります。まず、ストレッチからはじめましょう。

健診を受けましょう

40歳以上の方は1年に1回特定健康診査を受けましょう。品川区国民健康保険に加入の方は、下欄をご覧ください。それ以外の方は、加入している医療保険者にお問い合わせください。*75歳以上の方は、後期高齢者医療健康診査を受診できます。



☆品川区では皆さんの健康づくりを応援しています☆

健康相談（予約制）

保健センターでは、健診を受ける機会の無い方や健康に不安のある方の健康相談を受け付けています。

品川保健センター ☎3474-2000

第1・3木曜午前9時～10時30分

荏原保健センター ☎3788-7013

第2・4火曜午前9時～10時30分

※詳しくはお問い合わせください（内容により有料）。

申込方法／電話で希望の保健センターへ

健康大学しながわ

昨年度から健康を総合的に学ぶ「健康大学しながわ」を開校し、公開講座も行っています。募集については本紙でお知らせします。

問い合わせ／品川保健センター

講師派遣

地域の皆さんが企画する健康に関する講習会などへ、講師（医師・保健師・栄養士・歯科衛生士・健康運動療法士など）の派遣を行っています。ご希望の方はご相談ください。

申込方法／電話で保健センターへ

地区健康づくり推進委員会

地域センターの管内ごとにある「地区健康づくり推進委員会」では、区民集会所などを会場に、ウォーキング教室、メタボリック予防調理講習会、健康講演会など、様々な健康づくり活動を行っています。町会・自治会専用掲示板などで募集しますので、ぜひご参加ください。

問い合わせ／保健センター

品川区国民健康保険特定健康診査をもう受診しましたか？

生活習慣病の予防と早期発見を目的とした健康診査です。10年先のあなたの健康を守るだけでなく、年々増加している生活習慣病の医療費を抑えることにもつながります。

受診した方のうち希望の方に、ハローキティオリジナル卓上カレンダーを差し上げます（在庫がなくなり次第終了）。

対象／

40～74歳の品川区国民健康保険加入者

受診期限／12月末まで

※医療機関により異なります。

受診方法／5月に送付した受診券、問診票、保険証を持って区内契約医療機関へ

※土曜の午前・午後、日曜の午前も受診できます。詳しくは、受診券に同封した医療機関一覧表が区ホームページをご覧ください。

※特定健康診査は無料で受診できます。

品川国保医療年金課保健指導係 ☎5742-6902



©1976, 2010 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. G511068

人権週間記念

講演と映画のつどい

平和で心ゆたかな人間尊重社会の実現をめざし、人権尊重思想の普及啓発活動の一環として開催します。

講演 **すべての人の笑顔を守るため 虐待・差別をなくすのは地域から**

講師／野澤和弘
（毎日新聞論説委員）
※手話通訳・要約筆記付き。



映画 **「劔岳 点の記」**
出演／浅野忠信、香川照之ほか
※字幕付き。



©2009「劔岳 点の記」製作委員会

共 通 陽きゅりあん大ホール（大井町駅前） 1,100人（抽選）

11月17日（休）までに、往復はがき（1枚で2人まで）に「つどい」とし、代表者の住所・氏名（ふりがな）・電話番号、参加者全員の氏名（ふりがな）を人権啓発課（☎140-0013南大井5-2-17総務部分室 ☎3763-5391）へ

講座・講演

武蔵小山創業支援センターのセミナー

①ランチ交流会
 まずはおしゃべりからはじめましょう!
 日11月12日(金)午前11時30分～午後1時30分
 関仕事の場面ですぐに生かせるコミュニケーション術
 関起業に興味がある方、起業を予定している方、経営者15人(先着)
 ¥2,000円(昼食代込)
 申込期限/11月11日(木)

②女性の起業力・経営力を高めるコミュニケーション術
 日11月25日(木)午後7時～9時
 関起業に興味がある・起業を予定している・事業主・経営者の女性24人(先着)
 ¥1,000円(テキスト代込)

共通
 場申込期限のあるものは申込締切日までに、ホームページの申込フォームか電話で同センター(小山3-27-5 ☎5749-4540 HP www.musashikoyama-sc.jp/)へ 関ものづくり・経営支援課 ☎5498-6334

家庭教育ネットワーク交流研修 子育ての悩み解消のため

一緒に考えてみませんか。
 日12月7日(火)・14日(火)・21日(火)
 午前9時30分～11時30分(全3回)
 ※7日は10時から。
 場荏原第五区民集会所(二葉1-3-37)
 関行動分析学から見直す親子関係など
 講師/三田地真実(星槎大学講師)ほか
 関子育て・家庭教育の学習グループの方、子育て支援などを行っている方、子育てに関心のある方30人(先着)
 託児/1歳～就学前のお子さん15人(先着)
 ※おやつ代300円。
 日11月15日(月)(必着)までに、往復はがきで講座名、住所、氏名、電話番号、託児希望の方はお子さんの氏名・月年齢を子育て支援課在宅子育て支援係(☎140-8715品川区役所 ☎5742-6720)へ
 ○区ホームページから電子申請もできます。

地域子育て・親育ち応援講座

●品川・大崎地区
 いっしょに子育て・親育ちホップ・ステップ・ジャンプ
 ①遊ぶ体験を大切にしましょう
 日11月13日(土)午前11時～午後0時15分
 関3歳～就学前のお子さんと親25組(先着)
 場電話で大崎保育園(大崎5-2-1 ☎3492-6265)へ
 ②子育ての今・昔を知りましょう
 日11月24日(水)午前10時30分～正午
 関就学前のお子さんの親25人(先着)
 場電話で台場幼稚園(東品川1-8-30 ☎3472-8378)へ
 ③自分が好きと言える子に育てましょう
 日12月11日(土)午前11時～午後0時15分
 場台場小学校(東品川1-8-30)
 関子育て中の親100人(先着)
 日電話で南品川児童センター ☎3450-5043へ

●大井・八潮地区
 親子の「きずな」をはぐむワークショップ
 ④手作りおもちゃのワークショップ
 日11月13日(土)午後1時～2時30分
 関就学前のお子さんと親30組(先着)
 場電話で浜川幼稚園(南大井4-3-14 ☎3761-6395)へ
 ⑤パパの出番だ!地域で子育てネット
 日11月20日(土)午前10時～午後1時30分
 場八潮児童センター・八潮地域センター(八潮5-10-27)
 関2・3歳児と父親15組(先着)
 ※母親も一緒に参加できます。
 日電話か直接、八潮の保育園・幼稚園・児童センターへ
 場八潮児童センター ☎3799-3000

●荏原地区
 チャイルドステーションツアー2010
 ⑥作って飾ろう!どんぐり・落ち葉製作
 日11月27日(土)午前10時～正午
 関3～5歳児と親20組(先着)
 場日11月20日(土)までに、電話で小山台保育園(小山台1-3-8 ☎3710-4415)へ

バリアフリー住宅体験セミナー
 福祉機器を体験しながらバリアフリーについて学びます。
 日①11月20日(土) ②25日(木)

午後1時30分～3時
 関各15人(先着)
 場電話かFAXでセミナー名、番号、住所、氏名、電話番号をバリアフリー住まい館*(東品川3-1-5 ☎ Fax5479-5033)へ *開館時間は、火～金曜日、第1・3土曜日、午前10時～午後3時。
 場都市計画課 ☎5742-6777

パパママ応援プログラム(0・1・2歳) 楽しくなる子育て

日12月2日(木)・9日(木)・11日(土)・16日(木)
 午前10時～正午(全4回)
 ※11日は公開講座。
 場荏原文化センター(中延1-9-15)
 関乳幼児期の心と体の育て方など
 講師/野田友子(日本子育てアドバイザー協会講師)ほか
 関区内在住か在勤で0～2歳児の保護者30人(抽選)
 託児/7カ月～就学前のお子さん20人(先着)
 ※おやつ代200円。
 ※1歳未満のおさんは保護者と一緒入室できます。
 日11月17日(水)(必着)までに、往復はがきで講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、託児希望の方はお子さんの氏名(ふりがな)・月年齢・性別を子育て支援課在宅子育て支援係(☎140-8715品川区役所 ☎5742-6720)へ
 ○区ホームページから電子申請もできます。

区民プロデュース型講演会(品川クラシック音楽協会) ぶらりクラシック音楽紀行～ウィーン編

日11月23日(祝)午後1時30分～3時30分
 場中小企業センター(西品川1-28-3)
 講師/田中洪至(日壇文化協会理事)
 関70人(抽選)
 ¥300円
 日11月12日(金)までに、往復はがきで講演会名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を文化スポーツ振興課文化振興係へ
 ○区ホームページから電子申請もできます。

ごみ・資源追っかけ隊員募集!

資源として集めた牛乳パックは、どのように、何にリサイクルしているのでしょうか?親子で、楽しくリサイクルの過程を追いかけて、取材しましょう。
 日11月27日(土)午前8時～午後6時(区役所集合・解散、往復バス)
 場品川区資源化センター、丸富製紙沼津工場(静岡県)
 関リサイクルに関心のある区内在住の親子40人(抽選) ※昼食持参。
 日11月12日(金)(必着)までに、電話かほか、FAXで参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を品川区清掃事務所(☎141-0032大崎1-14-1 ☎3490-7098 Fax3490-7041)へ

障害者カルチャー教室 書道教室

日12月8日(水)・22日(水)、23年1月12日(水)・26日(水)午後1時30分～3時30分(全4回)
 関区内在住で65歳未満の身体障害者手帳か愛の手帳所持者10人(初めての方優先)
 ¥200円(材料費)
 場日11月29日(月)までに、電話かFAXで教室名、住所、氏名、年齢、連絡先、障害の程度、パソコン経験の有無を心身障害者福祉会館(旗の台5-2-2 ☎5750-4996 Fax3782-3830)へ
 ※手話通訳、要約筆記が必要な方はご連絡ください。

障害者のためのテーマ別 パソコン教室 クリスマスカードを作ろう

日12月16日(木)
 ①午前10時～正午
 ②午後1時30分～3時30分
 関区内在住で65歳未満の身体障害者手帳か愛の手帳をお持ちの方各3人(先着)
 場日12月6日(月)までに、電話かFAXで教室名、番号、住所、氏名、年齢、連絡先、障害の程度、パソコン経験の有無を心身障害者福祉会館(旗の台5-2-2 ☎5750-4996 Fax3782-3830)へ
 ※手話通訳、要約筆記が必要な方はご連絡ください。

区民の伝言板

区民の皆さんが地域で行う自主的な活動を紹介します。なるべくたくさんの方が利用できるよう簡略な記載にご協力ください。費用の記載のないものは無料です。
 ※お問い合わせは、直接各団体へ。

(セ) = センター (体) = 体育館
 (集) = 区民集会所 (入) = 入会金

イベント

●品川区文化財史跡指定記念公演 浪曲中興の祖「桃中軒雲右衛門をしのぶ浪曲の会」11月16日(火)午後6時～8時。250人先着。前売り券2,500円、当日券3,000円。当日、きゅりあんへ。☎3844-1611日本浪曲協会
 ●第5回武士道演奏会「龍馬」11月22日(月)午後6時30分～9時。700人先着。前売り券3,000円、当日券3,500円。当日、きゅりあんへ。☎3762-5591タマチ工業・太田
 ●第16回東急沿線ハーモニカコンサート 11月28日(日)正午～午後4時。300人先着。当日、きゅりあんへ。☎3777-5748大井ハーモニカメイッ・西澤
 ●ふれあい動物園+フリマ 11月23日(祝)午前10時～午後3時。戸越公園。350円。☎090-8478-1912浅沼(夜)
 ●城南職業能力開発センター技能祭 工作教室、苗木の無料配布など。11月23日(祝)午前10時～午後3時。当日、同センター(東品川3 ☎3472-3411)へ

●ボーイスカウト品川第二団バザー 11月3日(祝)午前11時～午後2時。戸越八幡神社。☎3787-9041木村
 ●若者支援セミナー「ニート・ひきこもりを考える」12月3日(金)午後7時。中小企業(セ)。80人先着。電話かFAXで教育サポートセンターNIRE(☎・Fax3784-0450)へ
 ●暮らしを見直す家事家計講習会 11月18日(木)午前10時。きゅりあん。52人先着。400円。託児200円。電話かFAXで東京第四友の会・家原(☎・Fax6273-1739)へ

サークルなど

●平塚体操クラブ(トリム) (水)午後7時。荏原平塚学園。月750円。(入)500円。☎3781-3103香焼
 ●荏原一中トリムクラブ (火)午後7時。荏原第一中。月750円。(入)500円。☎3782-5530猪又
 ●六三暮会(囲碁) (木)午後5時30分。旗の台文化(セ)。3カ月1,000円。(入)1,000円。☎3785-8984渋谷
 ●はじめての韓国語パートII(初級) 60歳以上。第1・3(金)午後2時。荏原第五(集)。月3,500円。☎3788-4133原

●レッツ(英会話) (火)午後2時。旗の台文化(セ)。月6,000円。(入)1,000円。☎3785-1841植木
 ●ステップワン(社交ダンス) 初・中級。(土)午前10時。中小企業(セ)。月3,000円。(入)1,000円。☎3773-3946山代
 ●つくつくどうし(ポケットビリヤード) 60歳以上。初心者歓迎。(月)午後1時。ミスタースポーツマン(二葉4)。1回1,000円。月200円。☎090-2228-9054平岡
 ●子ども英語サークル 小・中学生。週1回。南大井文化(セ)ほか。月4,000円。☎3790-2464栗原
 ●優雅でゆったりとした気功 無料体験有り。(水)午後7時。東品川文化(セ)。月3,000円。☎090-1508-6222鹿島
 ●ブルーリボン(社交ダンス) (木)午後6時。東品川文化(セ)。月3,000円。☎090-7824-1900矢花
 ●フレンズ(スポーツラテンダンス) (土)午前9時。大井第三(集)。1回500円。☎090-8007-2165大津
 ●ゆりの会(三味線) 第1・3(金)午前10時。五反田シルバー(セ)。月3,000円。☎3765-8045笹本

●男の料理教室 第3(日)午前9時。きゅりあん。月2,000円。(入)5,000円。☎3445-8795小島
 ●ウクレレABC 初心者歓迎。(水)午後1時30分。西五反田シルバー(セ)。月3,500円。(入)1,000円。☎3492-5860亀山
 ●品川区をよく知る会(施設見学、勉強会など) 月1回(土)午後1時ほか。品川第一(集)など。月200円。☎080-3092-1921浅賀
 ●すすらん(社交ダンス) (月)午後7時。五反田文化(セ)ほか。月4,000円。(入)1,000円。☎3441-7647中川
 ●基礎の英語 60歳以上。第2・4(土)午後1時30分。旗の台シルバー(セ)。月2,000円。(入)1,000円。☎3492-6205阿部
 ●太極拳・剣・気功 ①(火)午後7時=御殿山小 ②(日)午後2時=延山小。月各3,000円。(入)各2,000円。☎3493-8064大久保(夜)
 ●五反田奇術会 50歳以上。第1・3(金)午後1時。大崎第一(集)。月1,500円。☎3445-8795小島
 ●フレンドシップフルートアンサンブル 第4(日)午後1時。五反田文化(セ)。月2,500円。☎3774-0427岩永(夜)

●名陶会(陶芸) 60歳以上。(金)午前9時。旗の台シルバー(セ)。月2,000円。(入)2,000円。☎3782-3332佐藤
 ●コール・エスポワール(女声合唱団) (水)午後1時45分。中小企業(セ)。月5,000円。(入)1,000円。☎3781-3937船山
 ●ゆりかもめ連(阿波踊り) 第1・3(日)、第2・4(土)、午後6時30分。二葉中央町会会館(二葉2)。月1,000円。☎3782-6045川名
 ●丙戌会(古文書) 第4(金)午後6時30分。荏原第五(集)。月1,000円。☎3782-6045川名
 ●品川陶芸クラブ 体験教室有り。(火)午後1時。南大井文化(セ)。月4,000円。(入)3,000円。☎3763-2683小谷野
 ●大正琴琴常会 初心者には楽器貸与。第1・3(土)午後1時30分。荏原文化(セ)。月3,000円、7カ月に降4,000円。☎3492-0683平山(夜)
 ●品川区短歌研究会 第3(月)。①午前10時15分=源氏物語読解 ②午後1時=短歌の創作・批評。荏原文化(セ)。月①2,000円 ②2,500円。(入)各1,000円。☎3782-6968宇佐見



●文化スポーツ振興課 Fax5742-6585・6893
☎140-8715 広町2-1-36 第二庁舎6階
●スポーツ係 ☎5742-6838
●生涯学習係 ☎5742-6837
●文化振興係 ☎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・日曜、祝日は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

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

知って役立つ図書館講座 デートDVってなに？

デートDV(ドメスティック・バイオレンス)はあなたの身近なところでおこるかもしれません。一緒に考えてみませんか？
回11月13日(土)午前10時～11時30分
定員30人(先着)
場内電話で品川図書館(北品川2-32-3 ☎3471-4667)へ
○区ホームページから電子申請もできます。

メイプルセンターの講座

- ①ハワイアンソングを歌おう
回11月6日～12月18日の土曜日
午後2時30分～4時(全4回)
※全5回のうち2回目からの途中入会。
定員17人(先着)
¥5,000円
- ②らくらく英会話
＜初級セミプライベートレッスン＞
回11月9日～12月21日の火曜日
午後1時30分～3時(全6回)
※全11回のうち6回目からの途中入会、11月9日(火)の見学可。
定員8人(先着)
¥15,300円(テキスト代別)
- ③エアロ&ピラティス
ボディバランスを整えよう
回11月10日～12月22日の水曜日
午後6時30分～8時(全7回)
※全11回のうち5回目からの途中入会。
定員18人(先着)
¥9,590円
- ④中国語会話＜初中級＞
回11月11日～12月16日の木曜日
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、

- 11月4日(木)か11日(木)の見学可。
定員18人(先着)
¥13,825円(水屋料込)
- ⑤韓国を知りたい！～韓国ドラマソングを歌おう・言葉や文化の話をお聞き
回11月16日(火)、12月7日(火)
午後6時30分～8時30分(全2回)
※全3回の2回目から。
定員12人(先着)
¥5,425円(教材費込)
- ⑥水彩色えんぴつのテクニックを学ぼう
大人の塗り絵
回11月18日(木)、12月2日(木)・16日(木)
午後1時30分～3時(全3回)
※全6回のうち4回目からの途中入会。
定員若干名(先着)
¥3,750円(教材費別)
- ⑦韓国語会話Ⅱ＜中上級＞
回11月10日～12月22日の水曜日
午後6時45分～8時30分(全7回)
※全11回のうち5回目からの途中入会、11月10日は見学可。
定員若干名(先着)
¥18,200円(テキスト代別)
- ⑧運動向上に役立つ開運術を学ぼう！
暮らしに生かす気学と風水
回11月25日(木)、12月16日(木)
午後1時～2時30分(全2回)
※全3回のうち2回目からの途中入会。
定員若干名(先着)
¥3,400円
- ⑨茶道～裏千家
回11月11日～12月9日の木曜日
午後6時30分～8時30分(全5回)
※全10回のうち6回目からの途中入会、

- 11月4日(木)か11日(木)の見学可。
定員18人(先着)
¥13,825円(水屋料込)
- ①～⑧メイプルセンター(西大井駅前)
⑨きゅりあん(大井町駅前)
場内電話で同センター☎3774-5050へ

催し

東品川文化センターまつり かもめ祭

利用者による手づくりの文化祭です。
回11月13日(土)＝午前10時～午後5時
14日(日)＝午前10時～午後3時
※模擬店は、午前10時～午後2時30分。
内容 水墨画・書道・絵手紙・染め物・編み物などの展示、大正琴・マンドリン・太極拳・ダンス・社交ダンスなどの活動発表、うどん・だんごの模擬店ほか
場内同センター
(東品川3-32-10 ☎3472-2941)

紅葉とそば祭り 品川&早川ふるさと交流

南アルプスのふもとで、色鮮やかな紅葉に囲まれて、そばとの競演が行われます。
回11月14日(日)午前10時～午後2時
場内ヘルシー美里(山梨県早川町)
交通/身延駅からバス約50分
甲府南ICから約55km
内容 そば販売、ふるさと物産展、歌謡ショー、品川区との交流親善大使委嘱式など
場内早川町振興課☎0556-45-2511

歯の健康ポスター展

区内小・中学校の児童・生徒による応募作品を展示します。
回11月2日(火)～10日(水)
午前9時～午後5時
※10日は午後3時まで。
※土・日曜日、祝日を除く。
場内第二庁舎3階ロビー
場内学務課☎5742-6829

大井在宅サービスセンター文化祭

回11月13日(土)午前11時～午後2時
内容 利用者の作品展示、模擬店、手作り作品の販売、体験コーナーなど
場内同センター
(大井4-14-8 ☎5742-2721)

八潮紅葉祭

回11月6日(土)午前11時～午後3時
※ダンスや歌などは、午後1時から。
内容 模擬店、ダンスや歌など
場内八潮在宅サービスセンター(八潮5-10-27 ☎3790-0344)

しながわキッズ写真展～絆

子どもが撮影した親子や友だちとの絆をイメージした作品を展示します。
回11月17日(水)～22日(月)
午前10時～午後7時
※17日は午後3時から、22日は午後3時まで。
※20日(土)は、午前11時30分から授賞式。
場内しながわ区民ギャラリー
(大井町駅前イトーヨーカドー8階)
場内東中延児童センター☎3785-0419
東品川児童センター☎3472-5806
旗の台児童センター☎3785-1280

東急沿線 いいもの巡り お宝発見・つまみ食いウオーク2010

東急沿線のしながわ・大田の商店街を特製マップを参考に自由に巡ります。

- 回12月4日(土)午前11時～午後3時
※受付は午後1時まで。
- コース/①戸越公園(豊町2-1)北コース
②戸越公園南コース
③大岡山(大田区北千束3-27-1)北コース
④大岡山南コース
定員各1,000人(先着)

- 回11月15日(月)(必着)までに、往復はがきかホームページの申込フォームに「つまみ食いウオーク」とし、コース、参加人数(1枚で6人まで)、代表者の住所・氏名・電話番号を同事務局(☎225-0003横浜市青葉区新石川2-5-5 ☎www.tokyuenssen.com)へ
場内しながわ・大田つまみ食いウオーク事務局☎045-904-6319、商業・観光課☎5498-6335

振り込め詐欺に 気をつけて!



警察官、銀行員、区役所職員は
キャッシュカードや通帳を
預かりません!
暗証番号をたずねることもありません!!
場内地域活動課生活安全担当☎5742-6592

文化・イベント情報 ★★

0美術館 11月の催し

●6日(土)～10日(水)／第24回メイプルメイツ
展覧会(絵画、友禅染、木彫ほか) ●12
日(金)～17日(水)／第54回幼児画展 ●20
日(土)～24日(水)／「ふるさとの田んぼと水」
子ども絵画展2010＜公募展＞
●26日(金)～12月1日(水)／吉田宏太郎自選
展(油彩、アクリル、オブジェ)
場内同美術館
(大崎ニューシティ2号館2階 ☎3495-4040。午前10時～午後6時30分)

区民ギャラリー 11月の催し

●4日(木)～8日(月)／
「めだか」パッチワークキルト展
●10日(水)～15日(月)／第39回千墨書道展
●17日(水)～22日(月)／しながわキッズ写真展
●25日(木)～29日(月)／書法会玉真書道展
場内同ギャラリー
(大井町駅前イトーヨーカドー8階 ☎3774-5151。午前10時～午後8時)

戸越公園駅前南口秋の祭典

回11月3日(祝)午後1時～4時
内容 イモ煮会、キノコおこわを食べる会、街のアーティスト発表会、抹茶を楽しむ会など
場内戸越公園駅前南口商店会・山口
☎3783-1844

市民公開セミナー 聴覚障害者の医療講演会

回11月27日(土)午後1時～4時
内容 整形外科疾患、皮膚疾患、薬について
定員250人(先着)
場内当日、昭和大学☎3784-8515へ
※字幕・手話通訳・磁気誘導ループ付き。

うしろじ祭り

回11月3日(祝)
午前10時～午後1時30分＝福引き抽選
会、模擬店、フリーマーケット
午後1時45分～4時＝後地阿波踊り、テノール歌手五郎郎俊朗の歌、品川区民吹奏
楽団演奏、地域の方による合唱など
場内後地小学校(小山2-4-6)
場内後地商店連合会・村田
☎090-1997-9790

五反田フェスティバル 五反田肉祭り

回11月28日(日)午前10時～午後4時
場内大崎橋広場(西五反田1-10)
内容 屋台、お笑いライブほか
場内五反田商店街振興組合 ☎3492-2201

東京農業大学農友会管弦楽団 第94回定期演奏会～区民ご招待

回12月4日(土)午後2時開演
(午後1時30分開場)
曲目/フランク「交響曲二短調」ほか
場内きゅりあん(大井町駅前)
定員50人(先着)
場内電話で、同団 ☎5477-2859へ
※当日券も600円で販売しています。

荏原消防署の救命講習会(AED含む)

回①11月28日(日) ②12月18日(土) ③23年1
月22日(土) ④2月19日(土) ⑤3月20日(日)
午前9時～正午
定員各10人(先着)
※詳しくはお問い合わせください。
場内電話で同署(平塚3-16-20 ☎3786-0119)へ

人権の21世紀をつくる文化の集い 2010 10周年記念コンサート

回11月15日(月)午後6時30分開演
(午後6時開場)
出演/小室等、こむろゆい、谷川賢作
※手話通訳付き。
定員1,000人(先着)
¥1,000円 ※全席自由。
場内当日、きゅりあん(大井町駅前)へ
場内同委員会 ☎3762-7176
※事前に電話予約もできます。

清泉女子大学創立60周年記念 国際フォーラム 諸文化園に見る死生観

回12月4日(土)午後2時～6時30分
講師/トーマス・シュライエック(フランクフルト・ゲーテ大学教授)ほか
場内11月25日(木)までに、はがきかFAXに
「国際フォーラム」とし、代表者の氏名(ふりがな)・電話番号、人数を同大学(☎141-8642東五反田3-16-21 ☎3447-5551 Fax3447-5493)へ

男女共同参画推進フォーラム2010

心とカラダふれあっていますか？

親子で、パートナーで、仲間で **ナットク!** 関係術

区では、区民一人ひとりが互いに人権を尊重しつつ責任を分かちあい、能力と個性を發揮できる男女共同参画社会の実現に向けて取り組んでいます。この取り組みの一環として、今年も、公募の区民の方を中心に企画した「男女共同参画推進フォーラム2010」を開催します。

今年は、昨年策定した「男女共同参画のための品川区行動計画(第4次)」の中でも、重点項目となっているワーク・ライフバランスがテーマです。自分らしい生き方を選択し、仕事と生活をバランス良く充実させるための方法を一緒に考えてみませんか。

共催/男女共同参画推進フォーラム2010企画運営委員会
問い合わせ/男女共同参画センター ☎5479-4104

知りたい! 聞きたい! 考えたい!
ヒントがいっぱい



ワーク・ライフバランス
(仕事と家庭の調和)

11月20日(土) 午後1時30分開演(午後1時開場)
きゅりあん小ホール(大井町駅前)

定員/250人(先着)
託児/1歳~就学前のお子さん10人(先着) ※手話通訳有り。
申込方法/電話かFAXに「フォーラム」とし、住所、氏名、電話番号、託児希望の有無、託児希望の方はお子さんの年齢を男女共同参画センター(☎5479-4104 Fax5479-4111)へ
※講演の定員に空きがある場合、当日受付を行います。

講演

今必要な ワーク・ライフバランス

●講師プロフィール 小室淑恵(こむろよしえ)

ワーク・ライフバランス代表取締役社長。平成18年ワーク・ライフバランスを設立。自社で「ワーク・ライフバランス組織診断」「休業復帰支援プログラムarmo(アルモ)」、若手ビジネスパーソン働き方の見直しをサポートする携帯サイト「働き方チェンジナビ」を開発。ワーク・ライフバランスコンサルタント養成講座も好評を得ている。著書に『6時に帰るチーム術』(日本能率協会マネジメントセンター)など。内閣府の委員など複数の公務を兼任。一児の母の顔を持つ。



ワーク・ライフバランスチェック

チェックボックスにいくつ が付きますか？

- 子どもともしっかり遊びたい!
- パートナーともしっかり分かちあいたい!
- 仲間ともしっかり手をつなぎたい!
- 心とカラダ、もしっかりケアしたい!
- 仕事も家庭もしっかり大切にしたい!

が一つでもついた方は、会場にお越しください。もっと自分らしく生きるためのヒントが、きっと見つかります。



電話で広報
品川テレホンガイド(知ッテル区ん)
☎3777-7500

区からのお知らせ	品川歴史散歩案内
コード番号 6350 イベントなどの最新情報をお知らせします	コード番号 6240 品川人物伝 第4回 板垣退助 11月30日(火)まで
図広報広聴課 ☎5742-6643	図庶務課文化財係 ☎5742-6839

ラジオで広報
Shinagawa Info.
しながわインフォ
午前6時56分から3分間

76.1 Mhz

- 放送内容は、区ホームページから視聴・閲覧でき、専用機器に録音もできます。
- 災害時には、災害情報や生活情報を放送します。

テレビで広報
品川区民チャンネル アナログ 5チャンネル デジタル 111チャンネル

ケーブルテレビ品川
しながわホットほっと 11月

毎日7時・10時・13時・19時・22時から5回放送(土曜切り替え)

	00分~	10分~	20分~	30分~
土			三之助 とっておきの品川 住みなれたまちで いつまでも	しながわのチ・カ・ラ 中原街道物語 東海道よりも古い道筋といわれ、徳川家康が好んで利用した中原街道。様々な伝説や歴史が息づく、中原街道のロマンと魅力に迫ります。
日			トビーが行く! アートなまち大崎	
月			しながわほっとインフォメーション 手遊び	
火			しながわほっとインフォメーション 手遊び ※多言語版	
水			三之助 とっておきの品川 祝10周年! 山中美い広場	
木	わがまち発見 大井第三地域	品川ものづくり 音散歩 24時間で届くカーテン	品川の昔ばなし 宝塔寺の元三大師の画像	
金	復活! しながわ探検隊		こだわりと技の名品を訪ねて 表具 日本の美を伝える	

区ホームページで動画配信をしています

問い合わせ 番組について 広報広聴課 ☎5742-6612
加入について ケーブルテレビ品川 ☎3788-3811

伝統工芸の実演
和 竿
大石 稔

昭和46年入門

11月12日(金)・13日(土)
午前10時~午後4時
場産業PRコーナー(西品川1-28-3中小企業センター1階)
図商業・観光課振興係 ☎5498-6335