

広報

平成18年(2006)

2.1

第1581号

毎月1・11・21日発行

☎140-8715

品川区広町2-1-36

代表番号

☎3777-1111

http://www.city.

shinagawa.tokyo.jp/

めざそう健康長寿！  
見直そう生活習慣

.....2

今後のインフルエンザ  
情報に注意しましょう

.....3

歴史を探しに  
でかけませんか

.....4・5

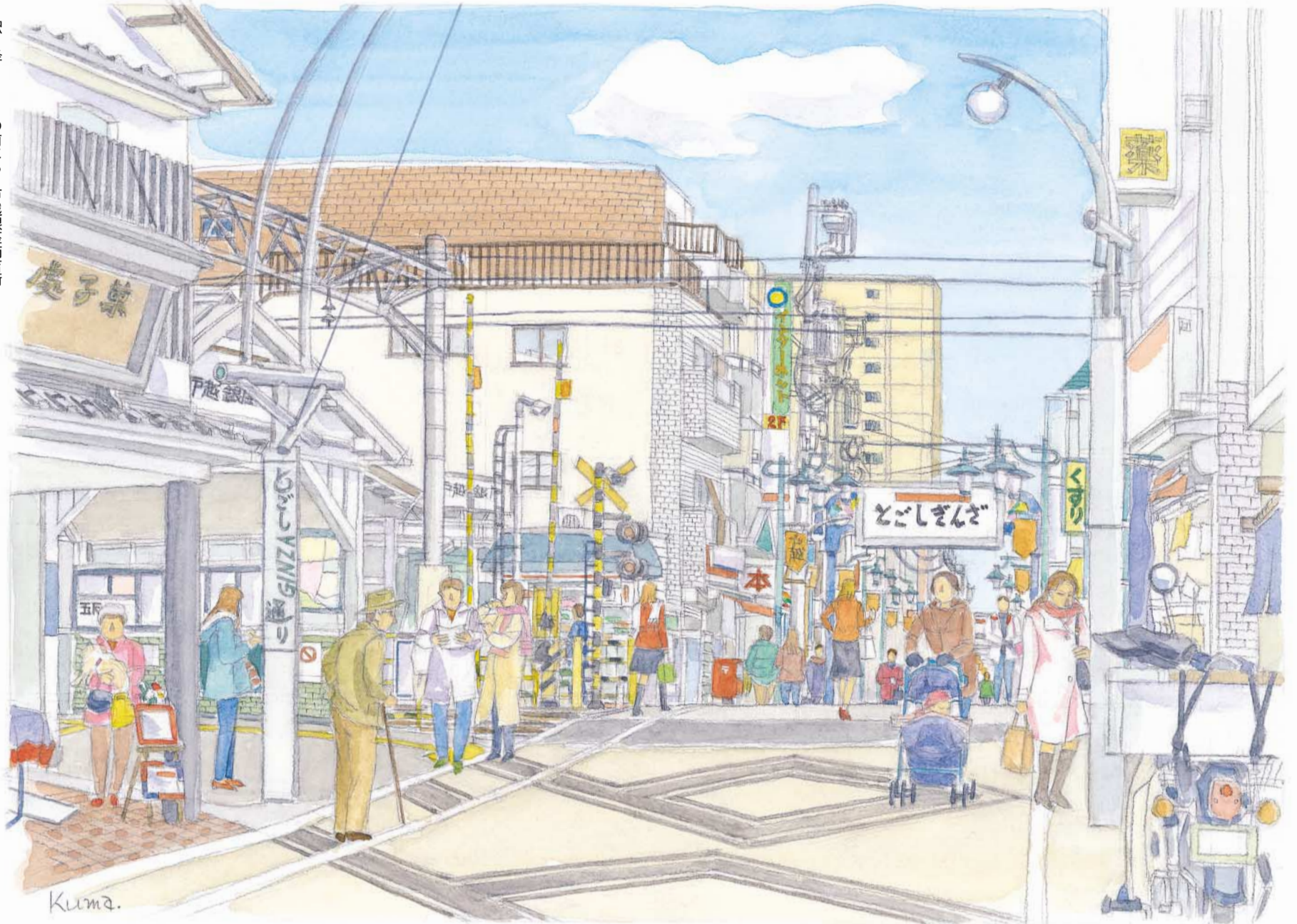


し  
な

が

わ

駅を降りると目の前には戸越銀座商店街



しながわ

スケッチ  
素描

# 活気ある中にも心温まる 戸越銀座

「戸越」という地名には歴史があり、古くは室町時代の文書にも見られ、「江戸を越えた向こう」という意味の「江戸越え」からきたという説があります。それが「トゴエ」と呼ばれ、「戸越」となったそうです。

関東大震災のとき、周囲に竹やぶが多かった戸越に、被災した人々が新しい土地を求めてやってきました。そのため人口が増え、商店街ができたということです。逆に大きな被害を受けた中央区銀座では道路を補修するため、それまで使っていたレンガの敷石が不用になりました。その話を聞きつけた戸越の人たちは、銀座からレンガを譲りうけることにしたそうです。もともと低地で水はけが悪く、雨が降るとすぐぬかるみになる戸越の道でしたが、レンガを敷けば歩きやすい道になります。このときレンガの道とともに、「戸越銀座」という地名が誕生しました。「〇〇銀座」と名付けられたのは日本で初めてだったそうです。

今ではこのレンガこそ使われてはいませんが、戸越銀座のにぎやかさは当時と変わりません。オリジナルブランドの商品も店先に並び、通りを彩る看板も個性的です。レトロな駅を出るとすぐ、商店街の呼び声が聞こえてきます。「いらっしやい！ いらっしやい！」「奥さん、今日はこれが安いわ。人情味あふれるやりとりが行き交う夕暮れ時は、一日のうちでも最も活気あふれる時間です。途中にある「お休み処」にも、買い物ついでに立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

近くにある戸越公園は、池を中心とした回遊式庭園で桜、ツツジ、キンモクセイ、梅をはじめとする四季折々の花と緑が楽しめる場所です。江戸時代、熊本藩主の細川家が下屋敷としてこの付近一帯を拝領したとき、当時の武家屋敷の建築様式を代表する数寄屋造りと庭園からなる屋敷を造りました。戸越公園はこの屋敷跡の趣を生かしながら整備しました。大名屋敷だったことから松が多く、ここの松は幹にわらをまく「こも巻き」をして冬を越します。園内の広場は防災避難所にも指定され、元氣よく遊ぶ子どもやゲートボールに興じるシニアなど、様々な人々の憩いの場としても親しまれています。



戸越公園の薬医門



# めざそう健康長寿! 見直そう生活習慣

2月1日～7日は生活習慣病予防週間です

日々を健康で生き生きと暮らし続けていくために、年に一度、健康診断などで自分のからだの状況を把握し、生活習慣を見直して「健康長寿」を手に入れましょう!

保健所 ☎3788-7016  
保健センター ☎3474-2225  
大井保健相談所 ☎3772-2666

## 生活習慣病とは

食生活・運動・喫煙などの生活習慣やストレスにより起こる病気をいいます。糖尿病や高血圧、高脂血症、心臓病、脳卒中、歯周病、肥満などがあります。

## 内臓肥満症候群 メタボリックシンドローム

肥満に糖尿病・高血圧・高脂血症が重なると、動脈硬化の進行を早め、やがて心筋こうそくや狭心症を起こす危険性が高くなります。これを「内臓肥満症候群（メタボリックシンドローム）」といい、最近話題にもなっています。自覚症状がないからとほうっておくと、病気になって膨大な医療費がかかったり、生命にも影響をおよぼします。



次の方はご注意ください。  
腹囲（へそ部の周囲径）が  
男性85cm以上、女性90cm以上

## 身近な地域で「出張健康学習」

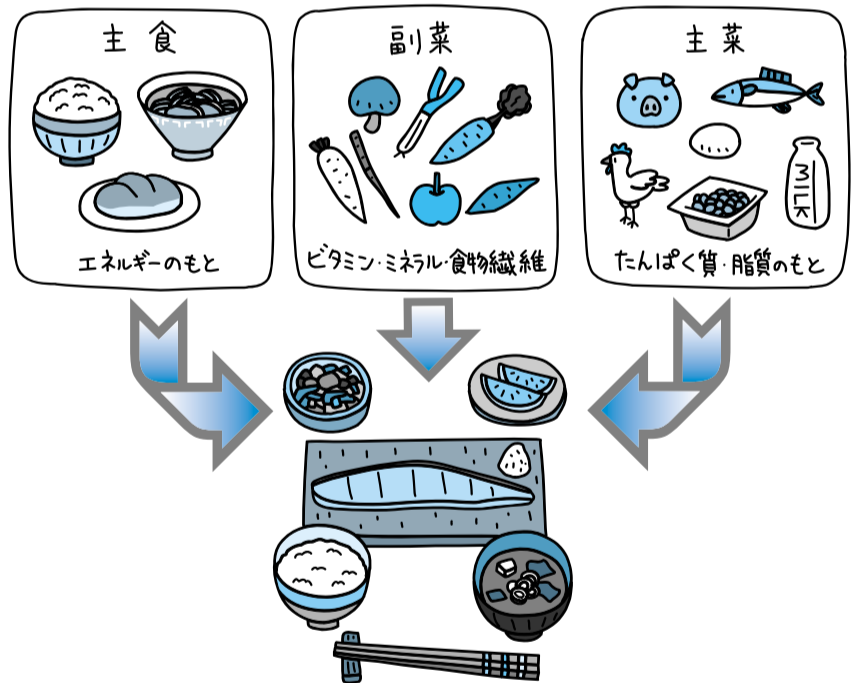
生活習慣病予防のため、食事や運動、禁煙、口腔ケアなどの具体的な方法について講習会を行っています。

町会や自治会、グループの会合の場などで、職員や専門家が健康について考えるためのお手伝いをします。詳しくはお問い合わせください。



## 生活習慣病予防のポイント

- ①食生活を見直そう  
主食（ごはん・パン・めん）、副菜（野菜）、主菜（肉・魚・卵・豆腐など）を食卓にそろえましょう。
- ②適度に運動しよう  
ストレッチや筋力トレーニング、有酸素運動で運動不足を解消しましょう。
- ③思い切って禁煙しよう  
わかっていてもなかなかできない方も多いと思いますが、健康への影響は全身におよびます。たばこは思い切ってやめましょう。
- ④適正飲酒を心がけよう  
アルコールの過剰摂取はやめましょう。
- ⑤ストレス・疲れをうまく解消しよう  
睡眠を十分にとり、自分にとって楽しいことをしましょう。
- ⑥歯を大切にしよう  
食後にはお口のお手入れを忘れずに行いましょう。



## 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

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	家庭相談	(水)・(金)	13:00~17:00	児童課 ☎5742-6589	女性のための相談(電話)	(木)	10:00~16:00	男女共同参画センター ☎5479-4105
法律相談	第1(火)	18:00~20:30	区民相談室 当日前9時から ☎3777-1111(代) へ予約(先着)	子育て相談	(木)	9:00~13:00	子育て支援センター ☎5749-1032	手話による相談	(水)	13:00~16:00	障害者福祉課
税金相談	(水)・第2・4(月)	13:00~16:00		児童相談	(月)~(金)	9:00~17:00	児童課 ☎5742-6959	交通事故相談	(金)	9:00~12:00	Fax 3775-2000
不動産取引相談	第2・4(火)	13:00~16:00		子育て相談	(月)~(金)	9:00~17:45	東京都品川児童相談所 ☎3474-5442	内職相談	(月)~(金)	9:00~16:00	城南交通事故相談所 ☎5742-2061
人権の上相談	第2・4(金)	13:00~16:00		子育て相談	(月)~(金)	9:00~17:45	子育て支援センター ☎3474-5442	経営相談	(月)~(金)	9:00~16:00	産業振興課振興係 ☎3787-3047
行政書士相談	第1・3(火)	13:00~16:00	☎5742-6863	子育て相談	(日)~(土)	9:00~18:00	子育て支援センター ☎5749-1032	特許相談	(月)~(金)	9:00~16:00	産業振興課経営相談係 ☎5498-6334
行政相談	第1・3(金)	13:00~16:00	☎3777-2000	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4(金)	9:00~12:00	産業振興課工業係 ☎5498-6333へ予約
外国人生活相談	第1・3(木)	13:00~16:00	☎5742-6842	子育て相談	(日)~(土)	9:00~18:00	子育て支援センター ☎5749-1032				
消費生活相談	英語/水 中国語/木	9:00~17:00		教育相談	(月)~(金)	9:00~17:00	児童課 ☎5742-6589		第1・3(金)	16:00~19:00	ビジネス支援図書館 (大崎図書館2階)
	(月)~(金)	9:00~16:00	消費者センター ☎5718-7182		(月)~(土)	9:00~17:00	教育相談センター ☎3490-2000へ予約		第2・4(火)	10:00~13:00	産業振興課工業係 ☎5498-6333へ予約





三ツ又  
身代わり地藏尊

## 大井コース

海に近く気候も温暖なこのあたりは、大森貝塚遺跡などがあることからわかるように、昔から暮らしやすいところでした。大森貝塚遺跡庭園では太古の人々の暮らしをしのび、品川歴史館では縄文時代から現代に至る品川の歴史にふれてみましょう。鈴ヶ森刑場跡の隣には、処刑された人々の霊を慰め、菩提をとむらうための寺も建立されています。



寒くて運動不足になりがちな季節ですが、ウォーキングで身体を動かしてみましょう。元気に歩けば身体も心もあたたかくなります。

今号では、改訂された『しながわの史跡めぐり』から2コース紹介します。この本を片手に春の足音を聞きながら、品川の歴史を訪ねてみませんか。

問い合わせ/  
生涯学習課文化財担当  
☎5742-6839

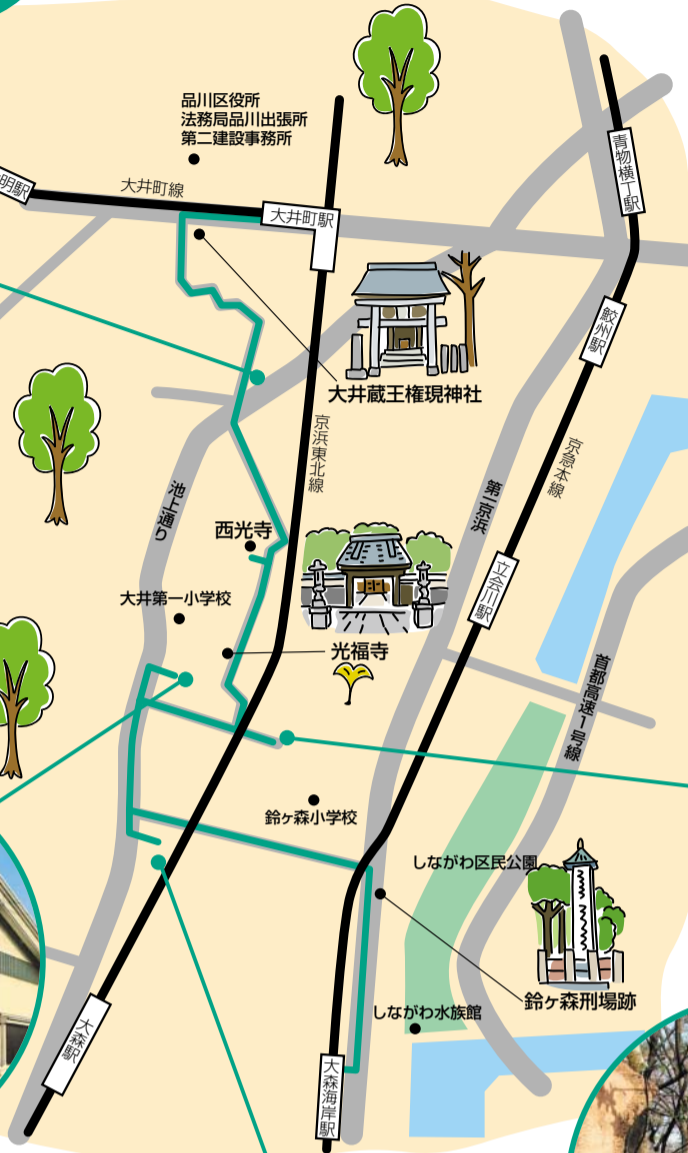
マナーを守って見学しましょう。寺院や神社で法事・祭事・行事などが行われている場合は、大きな声で話したり、物音をたてたりすると迷惑をかけることがあります。十分注意しましょう。



品川歴史館



品川歴史館



大井の水神



大森貝塚遺跡庭園

# でかけませんか

## 『しながわの史跡めぐり』

8年ぶりに改訂しました

現状と大きく変わっているところを変更し、主な大名下屋敷跡の標識の位置と解説を掲載したほか、新たに指定された文化財で見学できるところもとりあげました。また、品川と地縁のある文化財などは、区外のものでも紹介しています。

定価/700円 ※マップ付き  
販売場所/区政資料コーナー（第三庁舎3階）  
品川歴史館、生涯学習課（第二庁舎7階）ほか



しながわの史跡めぐり

## ほかにもウォーキングにぴったりの本があります

『私の散歩道』  
定価/100円  
販売場所/区政資料コーナー、地域センター、健康課（本庁舎7階）



『しながわ美術散歩』  
定価/700円  
販売場所/きゅりあん（大井町駅前）、O美術館（大崎駅前）ほか



- 詩吟—すすらん朗詠会 60歳以上。第1・3(土)午後1時30分。旗の台シルバー(セ)。月2,000円。☎3786-6290田中
- 俳句—紫幸会 初心者歓迎。第2・4(月)午後1時。東大井(集)。3カ月5,000円。☎3790-5246貝塚(夜)
- きんぷく囲碁クラブ (火)・(金)午後6時。中小企業(セ)。月1,000円。☎3781-4182眼崎
- フラダンス—フラレアの会 60歳以上。(日)午後1時。南品川シルバー(セ)。月2,000円。☎3458-1315町田
- 社交ダンス—西大井フレーザーサークル 初・中級。①(金)午後1時30分。メイプル(セ)。②(月)午後7時30分。南品川シルバー(セ)。月各4,000円。(A)各2,000円。☎3775-8706吉田
- 社交ダンス—ダンスサークル香り (金)午後7時。五反田文化(セ)。月3,000円。(A)1,000円。☎3494-1663石井

区提供番組  
ケーブルテレビ品川 5チャンネル

## 2月 しながわホットほっと

番組紹介  
品川区のボランティア

	00分～	15分～	30分～
月	区内のできごとを紹介	区の催しやお知らせ	品川区のボランティア
火			ものづくり音散歩
水			鉄道の発達とともに
木			ぼくたち・わたしたちの学校だより
金			わがまち発見
土			大崎第一地域
日			ティーンズプラザ
			ぼくたち・わたしたちの学校だより
			しながわ区民公園紹介

放送時間◆7時・10時・13時・16時・19時・22時から同じ内容を繰り返し放送  
番組については◆広報広聴課 ☎5742-6612  
加入などについては◆ケーブルテレビ品川 ☎3788-3811  
※番組ガイドは、加入者の自宅に直接配送。  
区内のできごとの紹介や区からのお知らせの内容は毎週土曜日に切り替えます。

## 2月のプラネタリウム

小惑星

日	時	入場料
土曜日 祝日	午後 3時	200円
日曜日 第2土曜日	午前11時 午後 3時	4歳～中学生50円

※小学生以下は保護者同伴。  
※2月11日(祝)は2回投影。

★★★ 天体観望会「オリオン座」★★★

日2月17日(金)午後6時30分～7時30分  
人30人(2月1日(水)午前9時から電話予約・先着)

※小学生以下は保護者同伴。曇天・雨天のときは、プラネタリウム「今月の星空」。

会間五反田文化センター  
(西五反田6-5-1 ☎3492-2451)

電話で聞けます

品川歴史散歩案内  
明治維新後の品川  
第19回  
海苔養殖をめぐる  
蒲地騒動  
2月28日(火)まで

☎3777-7500  
品川テレホンガイド(知ッテル区ん)  
コード番号 6240

※案内終了後、操作方法の案内に従って、「7」を押した後に、4けたのコード番号「6240」を押してください。

園生涯学習課文化財担当  
☎5742-6839

# 文化・イベント情報

## 〇美術館 2月の催し

- 3日(金)～8日(水)／第一美術東京展 (絵画・工芸)
- 11日(祝)～15日(水)／日本工学院専門学校グラフィックデザイン科卒業制作展
- 17日(金)～22日(水)／横冬董 書と印と展

(書・てん刻)

- 18日(土)～22日(水)／パラムピッ展 (油彩・水彩・朝鮮画など)
  - 24日(金)～3月1日(水)／写真展「海で逢いたいVol.X」
- 会場 同美術館 (大崎駅前大崎ニューシティ2号館2階 ☎3495-4040 木曜休館。午前10時～午後6時30分。入館は6時まで。展覧会名、初日の開館時間、最終日の閉館時間は変わることがあります)

## 品川区民ギャラリー 2月の催し

- 1日(水)～6日(月)／アトリエ彩油絵グループ展
  - 8日(水)～13日(月)／第19回見月会展 (南画・水墨画)
  - 15日(水)～20日(月)／第32回品川支部写真展
  - 21日(火)～28日(火)／第3回現代写真教室展 (モノクロ写真)
- 会場 同ギャラリー (大井町駅前イトーヨーカドー8階 ☎3774-5151 火曜休館。午前10時～午後8時。入館は7時30分まで。展覧会名、初日の開館時間、最終日の閉館時間は変わることがあります)

## 船の科学館 企画展「ボート免許を取ろう」

日 2月4日(土)～3月5日(日) 午前10時～午後5時 (土・日・祝日は6時まで)  
 内容 ボート免許試験を通して学ぶ船の構造・交通ルールなどを紹介 費用 入館料700円 (5歳～中学生400円) 会場 同科学館 (東八潮3-1 ☎5500-1111)

## 大田市場 フラワーアレンジメント教室

日 2月21日(火) 午後1時～3時 人数 20人 (抽選) 費用 1,000円 会期 2月13日(月)までに往復はがき (1人1枚) で住所、氏名、年齢、電話番号を同市場業務課「フラワーアレンジメント教室」係 (☎143-0001 大田区東海3-2-1 ☎3790-6522) へ

## 子どもそば打ち教室

日 2月12日(日) 午後1時30分から 会場 きゅりあん (大井町駅前) 人数 小学4年～中学生40人 (先着) 費用 200円 (保険料込) 電話で同事務局 ☎5816-2060 問い合わせ 観光協会 ☎5751-7600

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



## 品川インターネット美術館 作品募集



<http://shinagawa-artweb.jp>

2月に展示替える公募展の作品を募集しています。デジカメで撮ったあなたの作品をインターネットで応募してください。現在、公募展、常設展のほか、企画展を開催しています。ぜひご覧ください。  
 応募部門／絵画・書道・彫刻・陶器工芸・写真など  
 応募要件／1人5点まで。自己の作品であること  
 ※詳しくはホームページをご覧ください。  
 ※展示期間などは、応募状況により変更することがあります。  
 会場 〇美術館 ☎3495-4040

# 歴史を探



## 荏原南西部コース

「荏原」は、『万葉集』にも現れる古い地名で、「荏胡麻」という植物の名に由来するといわれています。8世紀終わりに編纂された『続日本紀』には、「武蔵国」に「荏原郡」が置かれたとあり、今の東京23区のほぼ西半分がこれにあたっていました。時とともに範囲が狭まり、いまは一町名となった「荏原」ですが、旗の台・源氏前など、源氏にゆかりの地名とともにこの地の歴史を伝えています。



# Mini ミニガイド

区民の皆さんの地域で行う自主的な活動を紹介しします。  
 イベントは掲載希望月の前々月25日締切(紙面の都合により掲載できない場合もあります)。会員募集は先着順。交渉は当事者間で。区は関与しません。同一団体の掲載は6カ月に1回。  
 申込方法/掲載事項と申込者の住所・氏名・電話番号・FAX番号を書いて、郵送かFAXで広報広聴課ミニガイド係 (☎140-8715 品川区役所 ☎5742-6644 Fax5742-6870) へ。掲載は無料。  
 略号/イベント ●サークルなどの会員募集 (セ) センター (体) 体育館 (集) 区民集会所 (入) 入会金

- ガールスカウト第59団入団説明会 5歳～高校生。2月19日(日)午前11時。五反田文化(セ)。☎3492-2977 白井
- 中高年向けパソコン体験 オリジナルカード作り。初心者歓迎。2月19日(日)午前10時。きゅりあん。300円。電話で高山 ☎3471-7283 へ
- 東京総合健保ミニマラソン大会 3月5日(日)午前9時。大井陸上競技場。1,500円。詳しくは東振協事務局 ☎3626-7504 へ
- 後地トリムクラブ (水)午後7時。後地小。4カ月3,000円。(入)1,000円。☎3783-7248 菅野
- 中延健康体操の会 (月)午後7時。中延小。月1,000円。(入)1,000円。☎3786-5336 高橋
- 書道・ペン習字・牛歩会 初心者歓迎。第1・3(木)午後1時15分。南大井文化(セ)。月3,000円。(入)1,000円。☎3772-3823 荻原

- 混声合唱—コール若葉 (土)午後4時。荏原第五中。月2,500円。☎3787-5010 平林
- 民謡—民友会 60歳以上。初心者歓迎。第3・4(金)午後1時。関ヶ原シルバー(セ)。月1,000円。☎3765-9828 板坂
- 囲碁四六会 (土)午後1時。五反田文化(セ)。6カ月1,800円。(入)2,000円。☎5420-9727 早田
- クラシックギター—マリオネット 月3回(土)午後2時。荏原第三(集)。月5,000円。☎3785-8665 渡辺
- ダンススポーツ—かもめDSサークル 60歳以上の経験者。(火)午後1時。総合(体)。月2,000円。(入)2,000円。☎3490-4962 二俣
- ペン・ボールペン習字—あすなる 第1・3(木)午後6時30分。荏原文化(セ)。月2,500円。(入)1,000円。☎3782-1241 山岸

- ハンドベル—あすさ会 第2・4(木)午前10時。五反田文化(セ)。月1,500円。☎5709-4399 武石
- 英語—エーデルワイス 60歳以上。(木)午前10時。小山シルバー(セ)。月3,000円。(入)1,000円。☎3785-2204 直井
- 陶芸—楽陶クラブ 月4回(火)午前10時。南大井文化(セ)。月3,500円。(入)5,000円。☎3761-2159 赤戸
- うるおいかね書道の会 見学歓迎。第2・4(火)午後1時30分。荏原第一(集)。月2,000円。(入)1,000円。☎3781-7097 立澤
- 着付け—着物のつどい (金)①午前10時②午後6時30分。旗の台文化(セ)。月2,000円。(入)1,000円。☎3773-6697 後藤
- 英会話—レッツ (火)午後2時。旗の台文化(セ)。月6,000円。(入)1,000円。☎3785-1841 植木

- 玄鳥俳句会 初心者歓迎。第1(土)午後1時。中小企業(セ)。月300円。☎3785-0496 太田
- ペン習字—ひまわり 60歳以上。初心者歓迎。第2・4(木)午前10時。旗の台シルバー(セ)。月1,500円。(入)1,000円。☎3782-9291 河瀬
- 初・中級フランス語—ボンジュール (木)午後6時45分。延山小。月6,000円。(入)1,000円。☎3787-4839 布川(夜)
- 書道・ペン習字—わかば会 60歳以上。初心者歓迎。第1・3(金)午後1時30分。大崎シルバー(セ)。月2,000円。☎3492-0570 菊田
- 折り紙—ひまわりクラブ 60歳以上。第1・2・3(木)午後3時。芳水小ほか。月100円。☎5709-4399 武石
- カラオケ—悠芸塾 (火)①午後1時30分②午後6時30分。五反田文化(セ)。月各5,000円。☎3472-2046 石井

### 2月の品川区議会

本会議/22日午後1時、23日・24日午前10時  
 常任委員会/総務・区民・厚生・建設・文教=27日・28日午前10時  
 ※日時は変更する場合があります。傍聴などの場合は、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。  
 品川区議会事務局 ☎5742-6809

### 子どもたちを守る協力者を募集しています

地域住民相互の協力によって子どもたちを守る品川区独自の新しい防犯システム「近隣セキュリティシステム」。協力者をあらかじめ登録し、万が一、子どもたちから緊急発信があった時に、発信地点近くの協力者の皆さんにメールや電話で緊急通報します。緊急通報を受けた方々は直ちに緊急発信地点に駆けつけ、児童の様子や付近の状況を確認します。  
 一人でも多くの方に協力者になっていたが、地域ぐるみで子どもたちを見守ることが、犯罪の起こりにくいまちづくりにつながります。協力者登録にご協力をお願いします。詳しくはお問い合わせください。  
 品川地域活動課 ☎5742-6592、地域センター

### 都営住宅入居者の募集

募集住宅/単身者向け、シルバーピア、ポイント方式、事業再建者向け定期使用  
 ※申込資格など詳しくは、お問い合わせください。  
 申込用紙配布期間・配布場所/2月10日(金)(土・日を除く)まで住宅課(本庁舎6階)、地域センター、文化センター、大井町・武蔵小山サービスコーナーで配布  
 ※配布部数に限りがありますので、お早めにお越しください。  
 品川郵便局(ポイント方式と事業再建者向けは東京都住宅供給公社募集センター)に届いたもの限り受け付け  
 ●募集申込の休日相談窓口  
 品川文化センター(中延1-9-15)  
 品川3階交流室(大井町駅前)  
 開設時間/午前10時~午後4時  
 品川住宅課住宅運営係 ☎5742-6776

### 荏原図書館 リサイクル市

再利用できる本を差し上げます。  
 品川文化センター(中延1-9-15)  
 品川3階交流室(大井町駅前)  
 開設時間/午前10時~午後4時  
 品川住宅課住宅運営係 ☎5742-6776

### 高齢基礎年金の受給手続きをお忘れなく!

高齢基礎年金は、公的年金の保険料納付期間や免除期間などがあり受給資格を満たした人に、生涯支給されます。受給するには請求手続きが必要です。  
**必要書類**/年金手帳、印鑑、預金通帳、住民票など ※必要書類は請求する方の年金加入記録によって異なりますので、事前にお問い合わせください。  
**受給年齢**/65歳から  
 ※希望により60~70歳の間で受給を開始することもできます。65歳より早く受給すると年金額が減額され、66歳より遅く受給すると増額されます。  
**受付日**/65歳から受給するときは、誕生日の前日から  
**手続き場所**/第1号被保険者期間の方:国保年金課国民年金係(本庁舎4階 ☎5742-6682~4)  
 厚生年金・第3号被保険者、合算対象となる期間がある方:品川社会保険事務所(大崎5-1-5高徳ビル2階 ☎3494-7831)

### 再就職をめざすパソコン基礎講座

品川文化センター(中延1-9-15)  
 品川3階交流室(大井町駅前)  
 開設時間/午前10時~午後4時  
 品川住宅課住宅運営係 ☎5742-6776

### 非常勤職員募集(調理員)

勤務形態/ローテーションによる早番・日勤・遅番  
 給与・休暇など/当法人の規定による  
**募集人数**/若干名  
**勤務場所**・品川文化センター(中延1-9-15) ☎3790-4729 ☎郵送

### 親子でフラワーアレンジメント

品川文化センター(中延1-9-15)  
 品川3階交流室(大井町駅前)  
 開設時間/午前10時~午後4時  
 品川住宅課住宅運営係 ☎5742-6776

### 住宅改修事業者研修会

品川文化センター(中延1-9-15)  
 品川3階交流室(大井町駅前)  
 開設時間/午前10時~午後4時  
 品川住宅課住宅運営係 ☎5742-6776

### 「ふれあい協働農園」の募集 品川&山北ふれあい交流

品川文化センター(中延1-9-15)  
 品川3階交流室(大井町駅前)  
 開設時間/午前10時~午後4時  
 品川住宅課住宅運営係 ☎5742-6776

### 品川福祉カレッジ公開講座

品川文化センター(中延1-9-15)  
 品川3階交流室(大井町駅前)  
 開設時間/午前10時~午後4時  
 品川住宅課住宅運営係 ☎5742-6776

### にせ国保年金課職員にご注意ください!

区役所職員を名乗り、電話で「国民健康保険証の記載内容に間違いがあるので区役所以外の住所に送ってほしい」などと不正に保険証を取得しようとする事例が発生しています。  
 区役所国保年金課の職員が、土・日曜日などの閉庁日に保険証の送付を依頼する一方的な電話をおかけすることはありません。また、自宅などに伺う場合は、身分証明書(顔写真付き)を携帯していますので、不審なときは必ずご確認ください。  
 品川国保年金課 ☎5742-6675

### 区広報紙に広告を掲載しませんか

#### 第1期分(4~7月)募集

「広報しながわ」の毎月21日号に掲載する広告(有料)を募集します。  
**広告掲載号**/4~7月の毎月21日号  
**発行部数**/17万3千部  
 品川文化センター(中延1-9-15)  
 品川3階交流室(大井町駅前)  
 開設時間/午前10時~午後4時  
 品川住宅課住宅運営係 ☎5742-6644 ☎

広告の大きさ	掲載料(1回)
2号 縦4.4cm 横15.5cm	9万円
3号 縦4.4cm 横11.6cm	7万円
4号 縦4.4cm 横7.7cm	4万5千円

※版下は広告主作成。入稿はデータ(MAC)をお願いします。

あひがらう  
 寄付を  
 お願い  
 しました

### 健康と生き方講座

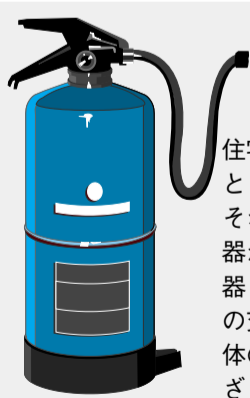
健康と生き方の両面から子どもを産むことについて考えていきます。ふるってご参加ください。

### 行動計画推進会議第2部会公開講座 産む・産めない・産まない

日程(全2回)	テーマ・講師
3月9日(木)	健康編~産む・産めない 平山恵子(産婦人科医師)
3月10日(金)	生き方編~産む・産まない 吉廣紀代子(ノンフィクションライター)

※時間は午後6時30分~8時30分。

品川文化センター(中延1-9-15)  
 品川3階交流室(大井町駅前)  
**参加費**/40人(抽選)  
**託児**/1歳~就学前のお子さん  
**申込**2月24日(金)までに、はがきか電話、FAX、Eメールで講座名、住所、氏名、年齢、託児の有無を男女共同参画センター(☎140-0011東大井5-18-1 ☎5479-4104 Fax5479-4111 E-mail: danjo@city.shinagawa.tokyo.jp)へ



## ご家庭に必ず消火器を! 今年度、最後のあっせんです

住宅火災にとって一番大切なことは、早く火を消すことです。それには消火能力の十分な消火器が必要です。また、古い消火器(おおむね5年以上)は薬剤の交換や、状態の悪いものは本体の交換が必要になります。いざという時のために家庭に消火器を備えましょう。

#### 家庭用消火器(購入・薬剤詰め替え)あっせん

	種類	薬剤重量	あっせん価格
購入	粉末消火器5型(国家検定品)	1.5kg	個人負担 /4,300円 区の補助金 /1,300円
詰め替え	粉末薬剤	1~3.5kg	3,200~6,100円
	強化液薬剤	3~4ℓ	5,300~6,100円
	中性強化液薬剤	2ℓ	6,100円

#### 配達時期/

消火器購入は3月中旬、薬剤詰め替えは3月下旬  
**申込**2月25日(土)までに、電話かはがき、FAXに「消火器購入希望」または「消火器詰め替え希望」とし、住所、氏名、電話(昼間連絡のとれる)、希望本数を防災課(☎140-8715品川区役所 ☎5742-6695 Fax3777-1181)へ

※訪問時には、区指定業者が必ず購入者本人の申込はがき・FAX・電話受付はがき(いずれも防災課収受印済)を持参します。その際に消火器の正しい使い方を説明します。  
 ※耐用年数(おおむね8年)が過ぎた消火器は専門業者による処分が必要です(処分料がかかります)。  
 ※訪問販売は一切していませんので、この消火器のあっせんに便乗した悪質な業者には、十分ご注意ください。不審な訪問がありましたら、防災課までご連絡ください。

丸山進一郎 記念碑、ホテルラフォーレ東京 20万円、  
 (敬称略・順不同)

## 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

### プレマクッキング 妊娠期の食事のとり方実践編

日2月10日(金)午後1時30分～3時30分  
 図 ママとおなかの赤ちゃんのために、簡単でおいしい料理の実習  
 図 妊娠中の方と家族30人(先着)  
 図 電話で保健所へ

### ペアで行う マタニティリラクゼーション

日2月18日(土)午前9時30分～正午  
 図 「お産の経過について」「妊娠中の疲れをとり、出産時にも役立つリラクゼーション法の練習」  
 図 安定期の妊婦と家族15組30人(先着)  
 ※妊婦1人の参加も可。  
 図 2月6日(月)から電話で保健センターへ

### 両親学級

日2月25日(土)午前9時～正午  
 図 講演「親になるってどういうこと?」、実習「赤ちゃんのお風呂の入れ方」、参加者の情報交換  
 図 初めて出産を迎える夫婦20組(先着)  
 図 2月6日(月)から電話で大井保健相談所へ

### 離乳食教室

日2月16日(木)午前10時～正午  
 図 離乳食の話と保護者への試食  
 図 6～8カ月児と保護者20組(先着)  
 図 電話で保健所へ

### むし歯撃退教室

日2月22日(水)午前10時～11時30分  
 図 知って得するむし歯予防、効果的な歯磨き(実技)、嫌がる場合の克服法  
 図 1歳前後児と保護者20組(先着)  
 図 2月6日(月)から電話で保健所☎3788-7015へ

### 子育て安心教室 2歳の子どものつき合い方

子どもとの向き合い方を振り返る機会にしませんか?  
 日2月20日(月)午前9時30分～11時30分  
 図 講演、グループワーク  
 図 1～2歳児の保護者40人(先着)  
 ※託児あり(先着20人)。  
 図 電話で保健センター☎3474-2903へ

### 乳幼児のアレルギー教室

この時期におこりやすいアトピー性皮膚炎や食物アレルギーについて専門医がお話します。  
 日2月27日(月)午前10時～正午  
 図 乳幼児の保護者40人(先着)  
 ※託児あり(先着20人)。  
 図 電話で保健センター☎3474-2903へ

### 食に関する相談

体脂肪測定と、乳幼児から高齢者までの食生活についてアドバイスをします。

日 時	会 場
2/8(水) 13:00～16:00	武蔵小山商店街パルム 会館(小山3-23-5)
2/27(月) 12:30～16:00	消費者センター1階啓発 展示室(大井1-14-1)

主催/品川栄養士会  
 図 健康課健康づくり係☎5742-6746

### 難病患者のための交流会

日2月8日(水)午後1時30分～4時  
 図 難病専門看護師からの日常生活のアドバイス、交流会  
 図 パーキンソン病・脊髄小脳変性症などの難病の方と家族30人(先着)  
 図 電話で保健所へ

### 脊髄小脳変性症患者・家族のつらい

日2月16日(木)午後2時～4時  
 図 情報交換と交流  
 図 脊髄小脳変性症の患者と家族  
 図 電話で保健センター☎3474-2904へ

### 精神保健家族勉強会

日2月8日(水)午後1時30分～3時30分  
 図 講習会「親なきあとを考える」  
 図 精神障害者の家族と関係者30人  
 図 電話で保健所へ

## 子育て 応援講座

日程	内容・講師
2/17(金)	ことばの発達について～乳幼児編 吉崎彩子(言語聴覚士)
2/23(木)	あそびと発達について～乳幼児編 黒田晶子(作業療法士)
3/9(木)	歯医者さんから見た乳幼児の歯と口の健康について 鈴木泰子(歯科医師)
3/10(金)	思春期の子どもの理解と接し方 竹前ルリ(臨床心理士)

※時間は午前10時～正午。

図 家庭あんしんセンター(平塚2-12-2)  
 図 各30人(先着)  
 託児/1歳～就学前のお子さん各10人  
 ※事前に申し込み。  
 ※3月10日は託児なし。  
 図 月～土曜の午前9時～午後6時に電話で子育て支援センター☎5749-1032へ

### 講演会「猫の正しい飼い方」

今、猫の飼い方のモラルが問われています。正しい飼い方の普及・啓発をめざして、獣医師による講演会を開催します。  
 日2月16日(木)午後6時30分～8時  
 図 100人(先着)  
 図 当日、講堂(第三庁舎6階)へ  
 図 健康課保健衛生係☎5742-6745

### 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

もし判断能力が衰えてしまった時のため、「成年後見制度」について弁護士が具体的に説明します。  
 日2月17日(金)午後2時～4時  
 講師/深澤佳己(弁護士) 図 20人(先着)  
 図 2月14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

### 介護者教室

日2月18日(土)午後1時30分～3時  
 図 高齢者の口腔ケアについて  
 図 15人(先着)  
 図 2月15日(水)までに電話で中延在宅サービスセンター(中延6-8-8)☎3787-2137へ

### 働き盛りの料理教室～魚と野菜ときのこ たっぷりのパワフルメニュー

日2月23日(木)午後6時30分～8時30分  
 図 きゅりあん調理講習室(大井町駅前)  
 図 魚のバターソース焼き、レンコンとヒジキのさっと煮、野菜の山かけなど  
 図 30～50歳代くらいの方30人(先着)  
 図 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2月14日(火)までに電話で健康課健康づくり係☎5742-6746へ

### 木工挽物

実演—黒木 昭夫



昭和35年入門

日2月10日(金)・11日(祝)  
 午前10時～午後4時  
 図 産業PRコーナー(西品川1-28-3 中小企業センター1階)  
 図 産業振興課振興係  
 ☎5498-6335

## 伝統工芸の実演

## 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!

休日昼間・夜間	診療時間	午前9時～午後10時	固定診療所
2月5日(日)	内 小	品川区医師会休日診療所 北品川3-7-25 ☎3450-7650	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	
2月5日(日)	内 小	広田医院 大井4-29-31 ☎3772-3500 ひかり歯科クリニック 西大井6-12-6 ☎5743-5167 白田歯科医院 平塚2-18-12 ☎3785-6471 清水接骨院 大崎2-6-19 ☎3779-6183 中村接骨院 中延1-2-7 ☎3782-8232	
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
-------------	-------------------------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------

## 60歳以上の方 元気づくりプログラム

## 元気づくり いきいきプラン

日光彫体験と  
こんにやく作り

日光・光林荘に宿泊し、趣味の体験を楽しんでいただく旅行会です。春の息吹を感じながら、伝統工芸・産業を体験してみませんか?

日3月7日(火)午前8時30分～10日(金)午後5時(3泊4日、区役所集合・解散)  
 ※日光までの往復や現地の移動はすべてバス利用。移動中の休憩は1時間ごと。

内7日(火)＝桐生織物センター、富弘美術館・草木湖

8日(水)＝日光彫体験、蔵の町・栃木散策

9日(木)＝こんにやく作り体験、外湯・かたくりの湯  
 10日(金)＝栃木県立美術館、宇都宮餃子共和国

区内在住の60歳以上で、プログラムに参加できる方32人(抽選)

¥26,000円(宿泊・食事代、保険料込)  
 ※70歳以上の方は23,000円。

日2月17日(金)(必着)までに、電話かはがきに「いきいきプラン」とし、参加者全員(1通につき4人まで)の住所・氏名・年齢・電話番号を、高齢事業課いきいき事業係(☎140-8715 品川区役所☎5742-6733)へ

※部屋はすべて男女別。  
 ※3月3日(金)午前に参加者説明会を実施。

## 毎週木曜日は しながわ 出会うの湯

日2月2・9・16・23日 図 65歳以上の方  
 図 プログラム参加者は無料 ※詳しくはお問い合わせください。  
 図 各浴場または高齢事業課☎5742-6733

## ネズミが好む家があります



### こんな家は要注意!

ネズミの大好きな家は、①エサがいっぱいある ②ネズミの巣の材料になる紙や布がある ③通れる穴やすきま(2、3cm)がある家です。こんな状態になっていませんか?

### ネズミを追い出す方法

ネズミは、住みにくい環境に置かれることでストレスがたまり、繁殖能力が低下します。ネズミを退治し、追い出すためには、住まいの環境を整えることを考えましょう。

①エサを絶つ  
 ネズミは毎日、自分の体重の1/3くらいのエサを食べないと生きてけません。食品は冷蔵庫やかじられない丈夫な容器に保管しましょう。

②家の内外を片付ける  
 家の片付いていない場所は、ネズミの住みかになります。不要な紙や布は処分してしまいましょう。

③通路をふさぐ  
 ネズミはわずかなすきまがあれば侵入します。壁や床のすきまや穴は、粘土や板でふさぎましょう。

図 保健所☎3788-7011  
 保健センター☎3474-2224

# しながわ

平成18年(2006)

## 2.1

第1581号

毎月1・11・21日発行

代表番号 ☎3777-1111

広報広聴課 ☎5742-6644 Fax5742-6870

http://www.city.shinagawa.tokyo.jp/

### 次号予告

#### 2月11日号

55歳からの就職をサポートする サポしながわ

人口と世帯 18年1月1日現在

- ・住民登録者数 — 334,470
- ・男 — 164,913
- ・女 — 169,557
- ・世帯 — 178,009
- ・外国人登録者数 — 10,553

やっぴん いっぴん  
みよう みよう

# レットライ

## ◆スポーツ◆

■いきいきウオーキング  
春のささやきと梅の香を楽しもう  
日2月26日(日)午前9時～午後1時 (ゴール最終受付)  
コース/旗台小学校(スタート)…西嶺町…六郷用水路…宝来公園(ゴール) ※約9km。 ¥50円(保険料)  
当日、午前9時～9時30分に費用を持って旗台小学校(旗の台4-7-11)へ  
園生涯学習課スポーツ係



■ピラティス講習会  
身体の奥深いところにある目に見えない筋肉を鍛え、全身のバランスを整えます。  
日2月25日(土)午前10時～11時30分  
総合体育館  
講師/吉岡弘美  
(フィットネスインストラクター)  
16歳以上の方40人(抽選)  
¥430円(保険料込)  
日2月15日(水)までに往復はがきかFAXで講習会名、住所、氏名、年齢、電話番号をスポーツ協会へ

■荏原水泳教室シルバーコース  
日4月13日～6月29日の木曜日  
午後1時30分～3時(全10回)  
60歳以上で健康な方40人(抽選)  
¥5,000円(保険料・プール入場料込) ※70歳以上の方は1,500円(保険料込)。  
日2月20日(月)までに往復はがきで教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を荏原文化センター(☎142-0053中延1-9-15 ☎3785-1241)へ  
説明会/3月9日(木)午後1時30分から ※後日、過去1年以内の健康診断結果の写しを提出していただきます。

■水泳指導員養成講習会と検定試験  
①講習=2月21日～3月10日の火・水・金曜日午後7時から(全9回) ※21日は6時30分から。  
②救命法講習会=3月5日(日)  
③指導実習2回と競技会実習 ※①②③の全課程修了者は検定試験が受けられます。  
④検定試験(実技・学科)=3月21日(祝) ※検定試験合格者に認定証を授与し、公認指導員として品川区水泳連盟に登録します。  
総合体育館  
18～55歳で各種泳法で泳げる健康な方30人(先着)  
¥2,500円 (プール入場料・テキスト代別)  
主催/品川区水泳連盟  
日2月15日(水)までに、費用を持ってスポーツ協会へ

■品川区サッカー協会 シニアリーグ参加チーム募集  
日4～11月(6チーム程でのリーグ戦)  
参加資格/①18年4月1日現在40歳以上(35～39歳も5人まで可)  
②チーム登録人数16人以上  
③区内在住か在勤または過去に品川区サッカー協会に登録していた方  
募集チーム数/3チーム(抽選)  
¥36,000円(年間登録費込)  
日2月19日(日)までに、FAXに「サッカーシニアリーグ」とし、代表者の住所・氏名・年齢・電話番号をスポーツ協会へ

## ◆講座ほか◆

■土曜の消費生活教室 地上デジタル放送って何?  
日2月18日(土)午後1時30分～3時30分  
講師/佐藤好英(総務省関東総合通信局放送部放送課長)  
40人(抽選)  
日2月8日(水)までに往復はがきで、教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を消費者センター(☎140-0014大井1-14-1 ☎5718-7181)へ

■視覚障害者向けパソコン講習会  
日2月26日(日)午前10時～午後3時  
インターネット検索のこつ、インターネット電話などについて  
区内在住で身体障害者手帳をお持ちの方8人(先着)  
日2月17日(金)までに電話かFAXで講習会名、住所、氏名、電話番号を心身障害者福祉会館(旗の台5-2-2 ☎3785-3322 Fax3785-3353)へ

■障害者カルチャー教室「陶芸教室」  
日3月6日(月)・20日(月)  
午後1時30分～3時30分(全2回)  
区内在住で身体・知的障害のある方10人(先着)  
日2月22日(水)までに電話かFAXで教室名、住所、氏名、電話番号を心身障害者福祉会館(旗の台5-2-2 ☎3785-3322 Fax3785-3353)へ

■メディアの海の泳ぎ方～テレビ・ネット・新聞とどう付き合っていきますか?  
第3期品川ウィメンズカレッジ公開講座  
情報の裏側を読み解き、自分にとって必要な情報を主体的に選ぶためにはどうしたらよいかを学びます。  
日3月3日(金)・10日(金)  
午前10時～正午(全2回)  
きりりん(大井町駅前)  
講師/塚本美恵子(駿河台大学教授)

### 入学準備公開講座

#### 子育ては楽しい? 少子化時代の小学生

お父さんの子育てを通して、入学前後の子どもの成長について学びます。  
日2月18日(土)午前10時～正午  
東品川文化センター (東品川3-32-10)  
講師/墨成宏 (『僕らのふたご戦争』著者)  
16歳以上のお子さんの保護者、関心のある方30人(抽選)

### 「広がる子どもの世界」公開講座

#### 子どもの安全 報道の現場から見えるもの

子どもたちの安全を守るために、地域や周りの大人が今できることを探っていきます。お父さんも一緒に参加ください。  
日2月18日(土)午後1時30分～3時30分  
教育センター(西五反田6-5-1)  
講師/小野博宣 (毎日新聞社編集局社会部副部長)  
小学生の保護者、関心のある方30人(抽選)

共通  
託児/1歳～就学前のお子さん10人(おやつ代100円)  
日2月13日(月)までに往復はがきかEメール(携帯電話は不可)で講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、託児希望の方はお子さんの名前・月齢を生涯学習課社会教育係 E-mail:oubou-sha@city.shinagawa.tokyo.jpへ

## 児童水泳教室

日4～10月 (7・8月を除く)  
表の参加費のほか年間登録費1人1,500円(保険料込)  
主催/品川区水泳連盟  
各締切日までに、往復はがきでコース、住所、氏名、年齢(新学年)、性別、電話番号、泳力(クロールで何m)をスポーツ協会へ

教室名	コース	対象	曜日	時間	参加費	回数	会場	定員(抽選)	締切日
休日児童	A	5歳～中学生	第2・4日	9:30～11:00	1回450円 帽子代450円	10	荏原文化センター 総合体育館	各30人	2/20(月)
	B	第1・3・5日							
休日親子	I	4歳～小学3年生と保護者(2人1組)	第2・4日	11:30～13:00	1組10,000円	9	荏原文化センター(中延1-9-15)	30組	2/15(水)
土曜児童	T	5歳～小学生	第2・4土	9:30～11:00	4,050円	9	戸越台温水プール(戸越1-15-23)	25人	2/10(金)
平日児童	C 2	5歳～小学2年生	水	15:30～16:30	7,560円	18	荏原文化センター	各100人	2/17(金)
	C 3	小学1～3年生		16:30～17:30					
	C 4	小学3～中学生		17:30～18:30					
	D 2	5歳～小学2年生	火・木	15:30～16:30	17,220円	41	総合体育館	各80人	
	D 3	小学1～3年生		16:30～17:30					
	G 4	小学3～中学生	火	17:30～18:30	8,820円	21	総合体育館	各80人	
H 4	木		8,400円		20				

●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  
☎141-0001 北品川5-6-11  
4月からは☎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 対=対象・定員  
申=申込方法 問=問い合わせ

40人(抽選)  
託児/1歳～就学前のお子さん  
日2月17日(金)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年齢を男女共同参画センター(☎140-0011東大井5-18-1 ☎5479-4104)へ

■救命法講習会  
日3月5日(日)午後2時～5時  
総合体育館 40人(先着)  
¥1,080円(教材費込)  
主催/品川区水泳連盟  
日2月16日(木)までに、費用を持ってスポーツ協会へ

■みどりの園芸講座  
春花の寄せ植えをしてみませんか  
日3月11日(土)  
午前コース=10時～正午  
午後コース=1時30分～3時30分  
中小企業センター(西品川1-28-3)  
40人(抽選) ¥各1,000円(教材費)  
日2月13日(月)までに往復はがきで講座名、希望コース、住所、氏名、電話番号を道路公園課みどりの係(☎140-8715品川区役所 ☎5742-6799)へ

■基礎からのワード入門教室  
日3月11日(土)・12日(日)午前10時～午後4時(全2回) 40人(先着)  
¥15,000円(テキスト代込)  
電話でメイプルセンター(西大井駅前 ☎3774-5050)へ

品川歴史館「みち」から歴史を読む

いつの時代でも人の往来と物流により、「みち」が歴史をつくって来ました。古代～近世の道を通して歴史を見直します。  
16歳以上の方100人(抽選)  
¥1,000円  
日2月14日(火)(必着)までに、往復はがきで講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を品川歴史館(☎140-0014大井6-11-1 ☎3777-4060)へ

日程	テーマ・講師
3/4(土)	「みち」から歴史を復元する 藤原良章(青山学院大学文学部教授)
3/11(土)	武蔵国府をめぐる交通 深澤靖幸(府中市郷土の森博物館学芸員)
3/18(土)	東海道再発見 斎藤司(横浜市歴史博物館学芸員)
3/25(土)	江戸内湾の海の道 滝川恒昭(千葉県立船橋高校教諭)

※全4回。時間は午後2時～4時。