しなかか

# 平成22年(2010)

がん予防………2 健康センター・総合体育館 の教室 ………3 品川歴史館特別展………8

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中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。



に参加しています。

至大崎

立正大学

右下にあるのが、「立正大学」の大崎キャンパス。こ

に通う大学生は、区立小学校で児童が放課後に過ご

らいるスクール」のボランティアとして、子どもたち

云館)」があります。

至目黒 高齢者等複合施設 高齢者等複合施設 五反田駅 ぷりすく 西五反田 目黒川 ゆうぽうと 至不動前 首都高速2号線 山手通り TOC 桜田通り 五反田文化センタ 第一日野小学校 など 品川区

300社以上が入っている複合ビル「T0C」です。 速2号線と桜田通りの間にあるのが、卸売業を中心 〈崎広小路駅」の左には 「ゆうぽうと(東京簡易保険

の高齢者施設、地域センター、区民住宅などが併設されています。専用施設や在宅介護支援センター、高齢者の安心の住まいなどんで向かい側に建つのは、「西五反田高齢者等複合施設」。介護幼保一体施設「ぷりすくーる西五反田」があります。川をはさ幼保一体施設「ぷりすくーの機能をあわせ持つ、公設民営の黒土 黒川沿い、写真の左側には、保育園と幼児教育施設、地



## がん予防はよく知ることから!

2人に1人ががんになると言われています。がんは恐ろしい病気だと考えられがちですが、その多く は早く見つけて、治療すれば治るものです。早期発見のために、がんを知り、積極的に検診を受け ましょう。 **間健康課保健衛生係☎5742-6743** 

●詳しくは区ホームページ「がん予防の達人になろう」をご覧ください。区が行っているがん検診などについても紹介しています。



#### がんは生活習慣病の一つです

がんの原因については、喫煙、飲酒、食 事、ストレスなどとの関係が明らかとなっ ています。アメリカでの研究によると、が んになる原因は、喫煙30%、運動不足5%、 飲酒3%で、全体の68%になります。日本 では、飲酒の影響が大きいといわれてい ます。

### どうして、がん死亡が増えて いるのか?

がんは正常な細胞が、がん細胞にかわるこ とによって発生します。年齢を重ねるにつ れて、がん細胞はできやすくなります。が んにより死亡が増えている原因の一つは 高齢化です。

#### 日本人のためのがん予防法

#### 1. がんにならない生活習慣

がんにならないために、次のようなことに気をつけましょう。

- ①たばこは吸わないようにし、たばこの煙はできるだけ避ける
- ②食事は偏らずバランス良く取る。
- ・塩分を取り過ぎない
- ・野菜や果物不足にならないようにする
- ③運動不足にならない、ストレスをためない。
- ④太りすぎない、やせすぎない。
- ⑤飲酒は適度に。1日あたり日本酒で1合まで。







### 2. 肝炎ウイルス対策

日本人の肝がんの多くが、肝炎ウイルスの感染が原因です。肝炎ウイル ス感染の有無を知り、感染している場合はその治療をすることで肝がん の予防になります。一度も肝炎ウイルス検査を受けていない方は、検診を 受けましょう。



### 子宮がんと乳がんの検診を受診しましょう!

区では、国の「女性特有のがん検診推進事業」により、一定の年齢に達した方を対象に、「検 診手帳」と「無料クーポン券」をお送りしています。

区内在住で22年4月1日現在、次の年齢にあてはまる女性

- ●子宮がん検診 20歳、25歳、30歳、35歳、40歳
- ●乳がん検診(マンモグラフィ検診) 40歳、45歳、50歳、55歳、60歳

※無料クーポンの有効期限は23年2月28日。

子宮がん検診は、直接実施医療機関へ 連絡してください。乳がん検診は、事 前に健康課へ申し込みが必要です。 ※乳がん検診は申込状況により2・3カ 月後の受診になることがあります。

偶数年齢誕生日前月に送付している子宮がん・ 乳がん検診の受診券をお持ちの方へ

クーポン券と一緒に、受診時にお持ちください

クーポン券の対象で、22年4月1日以降すでに 品川区乳がん検診(マンモグラフィ検診)を有 料で受診した方へ

自己負担額(1,000円)を払い戻します。手続 き方法など、詳しくはクーポン券に同封する案 内をご覧ください。

#### 子宮がん・乳がん検診の受診は 2年に1回が目安です

無料クーポン券の対象でない方でも、区では2 年に1回、偶数年齢時に子宮がん検診(20歳以 上)、乳がん検診(34歳以上)の受診券を送付 しています。子宮がん検診は無料、乳がん検診 は1,000円で受診できます。

※71歳以上の方の乳がん検診は視触診検査 (無料) になります。

※がん検診は、職場などで検診機会のない方が 対象です。



10月は乳がん月間!~ピンクリボン運動~

ピンクリボンは、乳がんの早期発見、早期診断、 治療の大切さを伝えています。

## 相談案内



※祝日を除きます

\*第三庁舎耐震改修工事中は、第二庁舎3階に仮移転

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 犯 罪 被 害	(月)~(金)	9:00~17:00	☎3777-2000 ※受付は午後4時	分譲マンション 管 理 相 談	第2·4 冰	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 25479-4105
者等相談	(1)		30分まで		(水)・(金)	13:00~17:00	子育て支援課	手話による相談	( <b>7K</b> )	13:00~16:00	
	第1火	18:00~20:30		家庭相談	(水)。(亚)	15.00 17.00	<b>☎</b> 5742−6589	) mico o inix	(金)	9:00~12:00	Fax3775-2000
法 律 相 談	(水)、第2・4(月)	10.00 20.00	   <sub>区</sub>  当日午前9時から	水 庭 怕 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 不動産取引相談	第2・4(火)		区 当日午前9時から 民 ☎3777-1111(代) 相 へ予約 (先着) 変	ひとり親	(月)~(金)	9:00~17:00	子育て支援課	内 職 相 談	(月)~(金)	9:00~16:00	商業・観光課振興係 ☆3787-3047
司法書士相談	第2休		談     室	家 庭 相 談	, , ,		<b>☎</b> 5742−6589	A # 1+ 75 +D =v	第1・3	10.00 10.00	小 ものづくり・経営
人権身の上相談	第1・3火	13:00~16:00			(月)~(金)	9:00~16:00	子育て支援課	企業法務相談	(木)	10:00~12:00	企業支援課ものづくり
	,		<b>* ☎</b> 5742−6863		( )		<b>☎</b> 5742−6959	特許相談	第4金	9:00~12:00	
行政書士相談	第1~4金		<b>☎</b> 3777−2000	児 童 相 談	(月)~(土)	9:00~18:00	子育て支援センター	73 H H EX	N1-1/m/	9.00 12.00	∑ ☎5498−6333へ予約
社会保険労務士相談	第1金		※受付は午後3時   まで	九 至 旧 畝		3.00 10.00	<b>☎</b> 5749−1032	<b>♦</b> ▼ <del>24</del> ±□ =₩	(D) (A)	0.00 10.00	タ ものづくり・経営
行 政 相 談	第1・3休		a (		(月)~(金)	9:00~17:45	東京都品川児童相談所	経営相談	(月)~(金)	9:00~16:00	□ 支援課経営支援係 □ <b>☎</b> 5498−6334
外国人生活相談	英語/火	9:00~17:00	<b>☎</b> 5742−6842		(月), (重)	9.00/917.45	<b>☎</b> 3474−5442				
7日八工石1100	中国語/休	3.00 17.00	23742 0042	IR - (-) (1)		0.00 40.00	子育て相談センター		第1・3	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	N/ # # / /	子育て相談	談 (月)~(土)	9:00~18:00	<b>☎</b> 3778−1263	ビジネス	()		(人崎凶音郎Z陌)   ものづくり・経営支援課
	第4火電話相談	16:00~19:00	消費者センター ☎5718-7182	±1 ± 10 =11	(月)~(土)	10:00~17:00	教育相談センター	よろず相談	第2・4	10:00~13:00	ものづくり支援係
	(土)電話相談	12:30~16:00	<b>■</b> 3/10-/102	教育相談			<b>☎</b> 3490−2000		火	10.00~13.00	☎5498-6333へ予約

▼15歳以上の方(抽選) ※No.35~38・84~137は除く。 ■10月10日(日)(必着)までに、**往復はがき**(1コース1枚)でコ ース、No.、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、区内在勤 か在学の方は会社名・学校名と所在地・電話番号、No.35~38・ 84~137はお子さんの氏名(ふりがな)・生年月日を、№1~38 は荏原健康センター(〒142-0063荏原2-9-6☎3788-7017)、No.39~353は品川健康センター(〒140-0001北品川3 -11-22**☎**5782-8507) へ

#### [荏原健康センター]

No.	費用
1~13 · 34~38	各 7,000円
14~33	各 8,400円

#### [品川健康センター]

	No.		費用
111	~137	各	7,000円
39~	~47 · 84~110	各	8,400円
51^	~63	各	9,800円
	~50 · 64~68	各1	1,200円
69~	~83 · 301 ~ 353	各1	4,000円
201	~239	各1	6,800円

※★は同一種目内で1人1通。 ※No.36~38・84~110は親1 人子ども1人で1組。 ※No.35~38・84~137の月齢・ 年齢は、11月30日現在。

※区内在住・在勤・在学の方 を優先し抽選。 ※申請者以外は入室不可(託 児なし)。

※コースの変更・振り替え・返 金は不可。 ※定員に満たないコースは11月 3日(祝午前9時から受け付け(先 着。3日は電話予約のみ)。 ※定員の半分に満たないコー

スは開講しない場合があります。

荏原健康センター(荏原2-9-6)

コース	No.	曜日	開始時間	定員	コース		No.	曜日	開始時間	定員
ストレス解消!のびのび体操	1	月	13:15		ボクシングフィットネス	ζ	20	火	19:45	各
朝の健康リズム体操	2	金	9:15		ボクシングトレーニング	ブ	21	木	19.45	35人
朝の健康体操	3	木	9.15		はじめてフラダンス		22	火	14:10	
肩こり・腰痛解消体操	4	金	11:35		1 4 C W ( ) / Y / A		23	金	17:05	各
中高年の健康運動	5	水	16:00		ステップアップフラダン	ンス	24	火	13:00	30人
さわやか体操&背骨ケア	6	月	14:30		フィットHula (フィット	·ネスフラダンス)	25	木	13:30	
燃えろ!! 脂肪	7	金	15:30	]	はじめて太極拳		26	火	15:20	
ステップ DE シェイプ	8		15:45	]	ステップアップ太極拳		27		16:30	
はじめよう!からだメンテナンス	9	月	9:15	各	はじめて太極拳		28	木	16:00	
	10		11:30	35人			29	] ^	10:25	, E
ステップ&スーパー引き締め	11	水	9:15					金	10:25	各 · 35人
	12	金	19:45	]	ヨーガでリラックス	<b>*</b>	31	並	14:15	35/
エアロ&スーパー引き締め	13	月	19:55				32	土	20:00	
はじめてピラティス	14	水	14:50	]			33	日	12:45	]
骨盤調整エクササイズ	15	木	14:45	]	グループセンタージー		34	金	18:35	
骨盤エクササイズ	16	日	11:30	]	キッズダンス(6~8歳	)	35	月	17:00	20人
ピラティスムーブメント	17	木	18:30	]		(1歳)	36	金	12:55	45
骨盤ピラティス	18	土	15:45	]	親子で頑張ろう	(2歳)	37	±	12:10	各 20組
グループパワー(バーベル系筋トレ)	19	水	20:00	30人		(3歳)	38	] <u>-</u>	13:20	乙〇作出

#### 品川健康センター(北品川3-11-22)

П	川健康ピンター(心面川ご		1 1 7	-22																
	コース	No.	曜日	開始時間	定員		コース	No.	曜日	開始時間	定員	=	コース	No.	曜日	開始時間	コース	No.	曜日	開始時間
	シェイプアップエアロ	39	月	10:45	各		親子でヨーガ	88	木	11:45	各		初中級	201		14:00		222	$\Box$	14:00
	911779717H	40	水	13:15	42人		(1歳6カ月~4歳) ★	89	金	11.45	21組		中 級	202		18:00	初級	223		15:00
	シェイプ&ボディリメイク	41	月	20:00					月		各		初級	203	月		初中級	224	金	18:00
	ステップシェイプ	42	水		20人			91	火	12:00	30組		初中級	204		20:00		225	<u> </u>	19:00
体操	健康リズム体操	43	火	13:15	36人		赤ちゃん親子・ママボディメイク	92	水		COME	_	上級	205		21:00		226		20:00
1 <del>   </del>	モーニングストレッチ	44		9:30	各		(1~11カ月) ★	93		13:30		スカ	初級	206		14:00		227	oxdot	21:00
Ϊ́	肩こり・腰痛解消教室	45	木	10:45	25人	親子		94	木	14:15		ッ	中級	207		15:00		228		10:00
<u> </u>	筋肉トレーニング(初級)	46	日	9:30		子		95	丰	12:35		ンフ	初級	208	火		初中級	229		11:00
ーニン	姿勢改善! ウオーキング体操	47	水	10:45	_	親		96		13:15	_		初中級	209	<b>-</b>   ´ `	19:00		230	±	12:00
グ	骨盤調整エクササイズ	48	火	19:00	各	11	よちよち親子・ママビューティー	97	火	11:45	各	*	上級	210		20:00		231	-	14:00
		49	木	15:30	20人	스	(1歳~2歳6カ月) ★	98	水土	12:00	20組	2	中級	211	-		初中級	232		15:00
	ストライクボクシング ボクシングフィットネス	50	金土	21:00	4E	子		99	木	0.20		(定員	初中級	212		18:00		233	$\vdash\vdash$	16:00
	<u>ホッランケットャス</u>   グループパワー	51 52		19:30 20:00	45人 35人	1 1		100	<u>金</u> 火	9:30 13:15		は	中級 初中級	213 214	水	20:00	初中級中級	234 235	1	10:00
	やさしい一楽庵太極拳	53	水	9:45	40人	수	   わんぱく親子・ママビューティー	102	水	10:30		各	初級	215		21:00		236		12:00
	はじめて太極拳	54	火	13:00	20人	11	(2・3歳) ★	103	木	12:15	30組	ļβ	初級	216	+	14:00	初中級	237	日	14:00
		55	月	9:30	各	組	(2 0/9%)	104	7 1	11:20	COME	0	初中級	217			初級	238		15:00
	やさしい気功	56	火	10:45	40人		よちよち親子・元気パパ(1~3歳)	105	土	11:45			初級	218	1	18:00		239		16:00
		57	月	19:00	各	1	わんぱく親子・元気パパ(3~7歳)	106		13:00	_		中級	219	╅	19:00				. 0.00
		58	火	11:15	25人		親子・ (1~4歳) 107 元気ファミリー ★ (3~6歳) 108 親子で楽しく (3・4歳) 109	_	11:00	各		上級	220		20:00					
l リ		59	木	20:00		1			日	12:15	20組		初中級	221		21:00				
ーフレ	ヨーガでリラックス ★	60	金	10:00	各 50人				金	15:00							_			
ッ		61	並	20:00	307		フラダンス (5~8歳)	110	土	10:00										
ッシュ		62 63	±	14:00				111	月		15人	コース	No.	曜日 開	時間	No.	曜日 開始時間	引 No.	曜日	開始時間
				18:45		7	ヒヨコ(3・4歳)	112	火	14:30	22人		301		:00	317	14:00			10:25
	アロマデトックスヨーガ	64	木	19:00	各	子ども体操		113	木		16人		302		:05	318	15:05			11:30
	ピラティスストレッチ	65	水	12:00	25人	Į į	ウサギ(5・6歳)			22人		303		3:10	319	16:10			12:35	
	ペルヴィスピラティス	66		18:50		1本		115	火	15:45	15人				3:00	320				14:00
	ピラティス	67	月	11:15		375		116	木		22人	ゴル	305		00:0	321	19:00			15:05
	けいカブカニミ・・カバーエ	68	木	13:00		*	5 ( ± ( 1) 1 0 )	117	月	10.55	15人	ルフ	306	_	00:0	322	20:00		_	16:10
1,30	はじめてクラシックバレエ	69 70	火金	18:40 11:15	4		タイガー (小1~3)	118 119	<u>火</u> 木	16:55	16人 22人		307		:00	323 324	21:00 10:25		$\dashv$	18:00 19:00
バ	(初級)	71	並	13:45	各 40人		キッズビート体操(3歳6カ月~6歳)	120		15:45	30人	*	309		:30	325	11:30		-	20:00
I	クラシックバレエ   (初中級)	72	±	12:15	40/		ジュニアビートフィットネス (6~10歳) ★	121	水	13.43	307	<u>~</u>	310		2:35	326	12:35		_	21:00
	(中級)	73		17:15		1	キッズヒップホップ (5~7歳)		金			疍	311		1:00	327	14:00	_	+	9:15
		74	月	15:45	各	子	キッズダンスコンボ (小2~6)	123	月	16:55		は	312		:05	328	15:05		-	10:20
	はじめてフラダンス	75	火	19:50	20人	2	キッズ空手 (新極真会) (5歳~小4)	_	木			各	313		3:10	329	16:10		_	11:25
	フニップフップフニ <i>が</i> ンフ	76	月	14:25	35人	子どもダン	(4~7歳)	125	-	15:30	各	(定員は各8人)	314		9:00	330	18:00		7	12:30
H	ステップアップフラダンス	77	火	18:40		] ス	キッズチア (小1~4)	126	月	16:45	20人		315	20	0:00	331	19:00			14:35
ダ	フィットHula(フィットネスフラダンス)		土	16:00		^	(4~7歳)	127	水	15:30			316	21	:00	332	20:00	349	]=	15:40
	はじめてタップダンス	79	水	18:40	各		(/J\1~4)	128		16:45						333	21:00			16:45
``	はじめてフラメンコ	80	月	18:45	20人		キッズビート体操・ホップ(4~6歳)	129		15:45								351		17:50
	ステップアップ・フラメンコ	81	木	18:30	20/	-	ガーネット(3歳6カ月~4歳)	130		12:40								352	_	18:55
	はじめてベリーダンス	82	金	19:30		子	チューリップ(3歳6カ月~6歳)	131	火	15:45	各			W				353	$\bot$	20:00
	はじめてヒップホップ	83		19:45		子どもご		132	金	14:45	25人									
+5	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	84	月	13:45	4-	バレ	マーガレット(5歳6カ月~小1)	133	<u>水</u>	15:45	各 20.1									
親子	ベビーヨーガ   (6カ月〜1歳5カ月) ★	85	火	10:00	各 21組	I		134	土		20人				,,					
J	(ロカロ・1	86	木金	10:30	∠□和土		(小4~中3) (小1~3)	135 136	ナ	16:55	各				) ,, "	· )				
	1	01	亚		l	*	(小学生)	137		16:00	25人				11					
							(小子工)	101	<u> 11</u>	10.00		ı								

#### 総合体育館コース型プログラム 400 00

人16歳以上の方(抽選)  $N0.1 \sim 4 \cdot 8 \cdot 9 \cdot 16 \cdot 17 \cdot 21 \cdot$ 22・25・26・33・38は除く。 場申10月15日金(必着)までに、往 復はがき(1コース1枚)でコース、 No.、住所、氏名(ふりがな)、年齢、 電話番号、区内在勤か在学の方は 会社名・学校名と所在地・電話番 号、No.1~4・8・9・16・17・21・ 22・25・26・33・38はお子さん の氏名(ふりがな)・生年月日を総 合体育館(曇141-0022東五反田 2-11-2**3**3449-4400) ^

%No.1~4・16・17・21・22・38は大 人1人・子ども1人で1組。

\*No.1~4 · 8 · 9 · 16 · 17 · 21 · 22 · 25・26・33・38の年齢は、12月1日 現在。

※託児なし。

※コース変更・振り替え・返金は不可。 ※定員に満たないクラスは、10月22日 金午前10時から受け付け (先着。電話 申込不可)。

人型ノ	ロクフム	12	2月	~23	年3月							各コー	ス1時	間
	コース	No.	曜日	開始時間	費用	回数	定員	コース	No.	曜日	開始時間	費用	回数	定員
	ことり(2・3歳)	1		9:45				ボディヒーリング	27	水	19:00			各
親子体操	ひよこ(1歳)	2		11:00	— X6000 —	各	ジャズダンス入門	28	71	20:15	各8,400円		20人	
林儿 1 件3未	たまご(0歳)	3		12:15	_0,000i j		30組	ピラティス入門	29		9:30			各
		4		13:30					30		10:45			30人
ヨーガ入門		5		9:45			ヨーガ入門	31		11:00	9,800円	]		
	ステップ&筋トレ	6	月	11:00		100		腰痛肩こり改善体操	32	木	12:15			各
ボディヒー	<del>, ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' ' '</del>	7		13:00	各6,000円	6,000円	各	小学生のヒップホップ	33		16:45	各7,000円		20人
	キューピット(4~6歳)	8		16:00	Д 0,0001 ]		20人	肩・腰・足 すっきり体操	34		18:50			20/
バレエ	エンジェル(小1~4)	9		17:15				ボディヒーリング	35		20:00			
ビランクス	<b>スコーガ</b>	10		18:50	7,000円			朝の太極拳	36		9:15			30人
		11		20:00	6,000円			ボディコンディショニング	37	]	9:40	各8,400円	各 14回	20人
	スストレッチ	12		9:45	各8,400円		各	親子体操 ひよこ(1歳)	38		10:30			30組
ピラティス		13		11:00		-	30人 20人	ピラティス入門	39	金	10:50	HO,+001 J		20人
	<b>ずて脂肪を落とす教室</b>	14		11.00	7,000円			やさしいフラダンス	40	312	12:00			各
やさしいこ		15		12:15	-		30人	少し慣れたフラダンス	41		13:05			25人
親子体操	たまご(0歳)	16	火	12.13	各8,400円		各	はじめてのHIP HOP	42		19:00			
水元 」 147末	ひよこ(1歳)	17		13:30	_0, <del>4</del> 001 ]		20組	ビランクスヨーガ	43		20:15	9,800円		各
やさしいオ		18		13.30		各	30人	バレエストレッチ&エクササイズ	44		9:25	各8,400円		20人
	策!運動不足解消教室	19		19:00	7,000円	14回	各	はじめてのバレエ	45	±	10:30			
ボディパン		20		20:15		14151	20人	タヒチアンダンス	46	—	18:15	9,800円		25人
親子体操	ことり(2・3歳)	21		10:00	各8,400円		各	ボディコンバット	47		19:30	8,400円		
	ひよこ(1歳)	22		11:20	亩0,400□		20組	メタボ対策!運動不足解消教室	48		9:30	7,000円		各
ピラティス		23	水	13:30				ボディパンプ	49	日	10:45	各8,400円		20人
ヨーガ入門	9	24	^\	14:45			各	はじめてのロックダンス	50		15:30			
こども	キューピット (4~6歳)	25		16:00	各8,400円	9.4000								
バレエ	エンジェル(小1~4)	26		17:15	□'0,400□									

●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

■ = 日時・期間 場 = 会場・場所 内 = 内容

人=対象・定員

¥ = 費用・料金 参 = 参加方法 申 = 申込方法 問 = 問い合わせ・主催

IP=ホームページ(http://) M= E-mail

情報館は4~7ページです

## K I D S

#### 環境学習講座~ペットボトルで顕微鏡をつくろう!

上手に作れば150倍以上の倍率で見られます。

■10月31日(日)午後2時~4時

踢252会議室(第二庁舎5階)

講師/仲上美和(環境教育指導者)

人小学生20人(抽選)

※小学3年生以下は保護者同伴。

**申10月18日**(月)(必着) までに、往復はがきかFAX で講座名、住所、氏名、年齢、電話・FAX番号を環 境情報活動センター(®140-8715品川区役所☎・ Fax5742-6533) ^

※IPIshinagawa-eco.jp/からも申し込めます。

#### **( めざせ国体!サッカージュニアユース強化教室**)

■11月7日~23年1月16日の日曜日(全10回) 場鈴ヶ森中学校(南大井2-3-14)ほか

人中学生30人(抽選)

¥2,000円 (保険料込)

10月25日(月)までに、往復はがきかFAXで教室名、 住所、氏名、年齢、電話·FAX番号、学校名、学年、 サッカー歴をスポーツ協会へ

#### イベント体験!お店やさんごっこ つくろう!遊ぼう!楽しもう!

■11月3日(祝)午前10時~午後2時

陽原っぱ公園(西大井6-1)

※雨天は冨士見台児童センター(西大井6-1-8)。

人次のいずれかの5人以下のグループ20組(抽選)

①小学1~3年生と親

②小学4~6年生と保護者 ※保護者の人数が、子どもの人数を超えないこと。 ③中学生以上

¥500円(保険料込)

**主催**/品川区青少年委員会

**車**10月12日火(必着)までに、**往復はがき**に「イ ベント体験」とし、代表者の住所・氏名・電話番号、 参加者全員の氏名・年齢(学年)を青少年育成課 青少年育成係(☜140−8715品川区役所☎5742− 6692) ^

※参加者説明会は、10月23日生)午後7時から荏原 第五区民集会所(二葉1-3-37)。

#### 第2回シニアのための男の手料理教室 自分で作る料理で暮らしをいきいきと!

日時(全10回)	会場	定員
11月10日~ 23年1月19日の水曜日	品川介護福祉専門 学校 (西品川1-28-3)	20人
11月5日~ 23年1月21日の金曜日	荏原文化センター (中延1-9-15)	16人

※時間は午前10時30分~正午。

人次のすべてにあてはまる方(抽選)

- ・おおむね65歳以上で区内在住
- 料理経験があまりない
- 1人暮らしか、自分で食事を作る必要がある ※女性も可。

内買い物の仕方、調理、栄養の話、食事会

¥10,000円(材料費込)

**申10月14日**休までに、本人が**電話**で高齢者い きがい課いきいき事業係☎5742-6733へ

#### 二人で子育て(両親学級)~もく浴編

■10月26日(火)午後1時30分~3時30分 人初めての出産を控えたカップル12組 (先着)

場 車電話で大井保健センター☎3772-2666^

#### むし歯撃退教室

①10月19日火午前10時~11時30分 場 10月4日(月)から、電話で大井保健セ ンター☎3772-2666へ

②10月22日 金午前10時~11時30分 場頭電話で荏原保健センター☎3788-7015^

-共 通-

内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

人歯が8本くらい生えたお子さんと保護 者①15組 ②20組 (先着)

#### 食に関する相談

子育で中の食の悩みから高齢者の食生 活までをアドバイスします。

日時	会場
10/13(水) 13:00~16:00	武蔵小山商店街パルム会館 (小山3-23-5)
10/18(月) 13:00~16:00	消費者センター (大井1-14-1)

参当日、会場へ

**主催**/品川栄養士会

間健康課健康づくり係☎5742-6746

#### 難病の方のための音楽療法

音楽を通して心身のリフレッシュを図り ます。

■10月19日火午後1時30分~3時30分 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 の難病の方と家族30人(先着)

**陽田電話**で荏原保健センター☎3788-7016^

#### 難病患者・家族のためのリハビリ教室

■10月25日(月)午後1時30分~3時30分 内理学療法士による体操

人難病の方と家族30人(先着)

場 申 電話で品川保健センター☎3474ー 2904^

○後縦靭帯骨化症・脊髄小脳変性症の方 は情報交換など交流会も行います。

#### 40代からの健康塾

コース	曜日	時間	会場	定員
Α	金	13:30~14:30	品川健康	各
В	土	10:30~11:30	センター	25人
С	火	19:30~20:30	荏原健康	20人
D	水	11:20~12:20	センター	30人
	A B C D	<del></del>	A 金 13:30~14:30 B ± 10:30~11:30 C 火 19:30~20:30	A 金 13:30~14:30 品川健康 B 土 10:30~11:30 センター C 火 19:30~20:30 荏原健康

※Dコースは、運動量が多いクラス。

■12月~23年3月(全16回)

人生活習慣病の改善に取り組む40歳以 上の方(抽選)

#### ¥各3,200円

**1**0月10日(日)(必着)までに、**往復はが** き(1コース1枚)で講座名、コース、住 所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を A・Bは品川健康センター (〒140-0001 北品川3-11-22☎5782-8507)、C・ Dは荏原健康センター(☞142-0063荏 原2-9-6☎3788-7017) へ ※コースの変更・振り替え・返金は不可。

#### もっと知ろう自分のからだ〜健康測定会

■10月23日出①午前11時 ②午後0時 30分 ③1時30分 ④2時30分

闘きゅりあん (大井町駅前)

内健康測定(身長・体重・腹囲・握力・ 体脂肪・骨密度・足指力・血管年齢・そ しゃく力測定、片足立ち)、健康相談など 人区内在住で20歳以上の方200人(抽選) **1**0月12日火)(消印有効)までに、**はがき** かFAX(1通2人まで)に「健康測定」と し、番号、参加者全員の住所・氏名・電話 番号を健康課健康づくり係(〒140-8715 品川区役所☎5742-6746 Fax5742-6883) ^

#### 薬と健康の無料相談とパネル展示

■陽10月18日(月)~22日(金)午前10時~午 後3時=第二庁舎3階ロビー

10月24日(日)午前10時~午後4時=イトー ヨーカドー大井町店(区役所通り側入り口) 内医薬品の適正使用や健康食品など る当日、会場へ

※相談希望の方は、お薬手帳をお持ちく ださい。荏原・品川薬剤師会が相談に応じ ます。

間生活衛生課医薬担当☎5742-9137

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 藥=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) ● 品川区こども夜間救急室 旗の台 1 - 5 - 8 ☎3784-8181

#### 月~金曜日 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) 🙆 🕕 品川区医師会休日診療所 北品川 3 − 7 −25 🕿 3450 − 7650 10月3日(日) 🔼 🕕 荏原医師会休日診療所 中 延 2 − 6 − 5 ☎3783 − 2355 10日(日) 北品川 3 -11-16 ☎3471-2383 ② 品川薬剤師会薬局

摩 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) 🔼 🕕 藤川医院 大 井 7 −29− 2 ☎3771−1764 👜 阿南歯科医院 大 崎 4 − 1 − 2 ☎3492−2233 10月3日(日) 歯 荏原グランアート歯科医院 荏 原7-5-3 ☎3787-8888 骨 みやび接骨院 葉2-8-9 ☎3786-7949 上條接骨院 🔯 🗥 内科鈴木医院 西大井 6 - 7 - 6 ☎3772-2160 🗓 西元歯科医院 東五反田 1 −21−8 ☎3449−2345 10月10日(日) 歯 トミヤマ歯科クリニック 旗の台 5 −14− 3 ☎5498−1184 骨 つじ接骨院 南品川 2 - 8 - 13 ☎3471 - 0263 骨 中村接骨院 中 延1-2-7 ☎3782-8232

#### 土曜日夜間/午後5時~午後10時(受付は午後9時30分まで)

🖄 🕕 品川区医師会休日診療所 北品川 3 − 7 −25 🕿 3450 − 7650 10月2日(土) 北品川 3 -11-16 ☎3471-2383 (票) 品川薬剤師会薬局 🕕 品川区こども夜間救急室 旗の台 1 − 5 − 8 ☎3784-8181 10月9日生

#### 医療機関の 24 時間案内

昭和大学病院中央棟4階

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

※重病の方は119番をご利用ください。



●文化スポーツ振興課 Fax5742-6585・6893 ѿ140-8715 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。 ѿ141-0022 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 「

#### 10月の区議会

本会議/21日休午後1時、22日金午前10時 総務・区民・厚生・建設・文教委員会/ 25日(月)·26日(火)午前10時

行財政改革特別委員会/27日(水)午前10時 環境対策特別委員会/28日(木)午前10時 決算特別委員会/29日金午前10時 ※日程は、変更する場合があります。 間区議会事務局☎5742-6809

#### 10月18日月~24日日は 行政相談週間です

国の仕事などについて、「説明に納得できな い」「処理が間違っている」などの苦情や 要望を受け付けます。

#### ●特設相談所

当日、会場へお越しください。

日時	会場
10/9生) 10:00~16:00	しながわ夢さん橋2010会場 (大崎駅周辺)
10/21休	イトーヨーカドー大井町店
13:00~15:30	(大井町駅前)

※受付は終了時間30分前まで。 ※雨天中止。

#### ●区の行政相談委員

倉持俊治 **☎**3781-0828 鈴木ヤスノ ☎3491-0817 松山直樹 **☎**3765−3741 小野澤賢一 ☎3786-1783 小林良子 **☎**3471−8031 野口清彦 **☎**3764-6967

●総務省「行政苦情110番」

**☎**0570−090110 **Fax**5331−1761

#### ●区の定例相談

第1・3木曜午後1時~4時 ※受付は3時まで。 -#

圊広報広聴課区民相談室☎3777-2000

#### 荏原健康センターは休館します

■10月3日(日)

間同センター☎3788-7017

### おもちゃの病院はお休みです

■10月9日(土)

間消費者センター☎5718-7181

#### 83運動にご協力を

83運動とは、小学校PTA連合会が進めて いる通学路の安全対策です。登下校時刻の 午前8時と午後3時に散歩や買い物などで外 に出る機会がありましたら、児童を見守っ てください。引き続きご理解とご協力をお 願いします。

間庶務課庶務係☎5742-6823

#### しながわ環境大賞の募集

対象/区内で環境活動をしている団体・企 業・学校・個人

※自薦・他薦を問いません。

■11月1日(月)(必着)までに、環境課(第 二庁舎4階)か環境情報活動センター(第 二庁舎3階)で配布する応募用紙を同課(電 140-8715品川区役所☎5742-6749☑ kankyo@city.shinagawa.tokyo.jp) へ郵送 かEメール、持参

※応募用紙は、区ホームページからダウン ロードもできます。

○23年2月19日(土)にきゅりあんで行われる 授賞式で、優れた活動を紹介します。

#### 国民健康保険医療費を 通知します

国民健康保険の加入者の方へ、1~6月 に医療機関・柔道整復師(接骨師)で受 診したときの医療費・施術費の月額をお知 らせします。ただし、医療(施術)費の月 額(10割)が10,000円未満の場合と医療 機関などからの請求が遅れている場合は除 きます。

この通知は皆さんの健康づくりに役立て ていただくためにお送りするもので、特に 手続きは必要ありません。

間国保医療年金課給付係☎5742-6677

#### 介護者教室 腰痛予防と正しい移乗

■10月27日(水)午後1時30分~3時 場特別養護老人ホームロイヤルサニー (西大井2-4-4)

内ベッドから車いすへの楽な移動方法など 人25人(先着)

**1**10月26日火までに、**電話**で西大井在宅 サービスセンター**☎**5743-6125へ

#### 介護者激励のつどい

対象となる方に、案内状を10月中旬までに 送ります。

■11月22日(月)午前11時~午後1時

場ホテルラフォーレ東京(北品川4-7-36) 内顕彰式、体験発表、交流会など

人要介護1以上の高齢者を在宅で介護して いる方200人(抽選)

問高齢者福祉課庶務係☎5742-6728

#### 第64回赤い羽根共同募金に ご協力を!

集めた資金は、地域福祉などに活用されま す。町会・自治会の役員が共同募金協力員 (募金ボランティア) として、皆さんの自宅 を訪問します。「助け合い精神」に支えられ る共同募金運動にご協力ください。

■10月31日(日)まで

問高齢者福祉課庶務係☎5742-6728

#### 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

■11月9日(火)・10日(水)=午後1時~4時 15日(月)= 午後5時30分~8時

#### ●カウンセリング相談

■11月26日金午後1時~4時

一共 通-

場面相談日の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**) ∧

○カウセンリングは電話相談もあります。

**■**11月4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木) 午前10時~午後4時

相談電話/☎5479-4105

#### 第191回東京都都市計画審議会

**1**1月18日(木)午後1時30分

場特別会議室A(都庁第一本庁舎42階) 人15人(抽選)

10月20日(水) (消印有効) までに、往復 はがき(1人1通)で住所、氏名、電話番号 を東京都都市整備局都市計画課(〒163-8001都庁) へ

※詳しくは都ホームページをご覧いただくか 同課☎5388-3225へお問い合わせくださ

固都市計画課計画調整担当

**☎**5742−6760

#### メイン州立サザンメイン大学 留学生の募集

品川区と姉妹都市であるポートランド市の メイン州立サザンメイン大学(4年生留学) への留学生を募集します。

願書受付期間/11月12日金まで

人次のすべてにあてはまる方

①区内在住か友好協会の賛助会員と家族 で、高校を卒業(23年3月に卒業見込みも可) ②トーフルiBT80以上取得

※入学の時期は23年9月です。

※選考日時、費用など、詳しくはお問い合 わせください。

問品川区国際友好協会☎5742-6517

#### パソコン相談

■11月4日休①午前10時~正午 ②午後1時30分~3時30分

人区内在住で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**申**10月27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、連絡先を心身障害者福祉会館(旗 の台5-2-2**☎**5750-4996 **Fax**3782-3830) ^

※手話通訳、要約筆記が必要な方はご連絡 ください。

#### 五反田文化センター駐車場のご案内

五反田文化センター・教育センター・五反 田図書館の利用者は30分無料です。五反 田文化センターの貸室利用者は、1室につき 1台、利用時間内無料となります。それ以外 の方は有料となります。

間同センター☎3492-2451

#### 早川町交流親善大使募集 品川&早川ふるさと交流

委嘱状授与式/11月13日(土)・14日(日)の早 川町「紅葉とそばまつり」に派遣

内大使の活動(1年間)=早川町の施設見 学、交流事業への参加、早川町のPR、交 流行事への参加など

特典=特別町民として特産品を贈呈、早川 町広報紙の毎月送付

人区内在住か在勤の方5人程度(選考)

■10月12日火までに、作文「親善大使の抱 負」(400字程度)、住所、氏名(ふりがな)、 年齢、性別、電話番号を地域活動課市町 村交流担当(140-8715品川区役所第2 庁舎6階☎5742-6856) へ郵送か持参

## スポーツ



#### 選手権バレーボール大会

11月3日(祝)午前9時から

陽日野学園(東五反田2-11-1)ほか

種目/6人制男子・女子、9人制家庭婦人 試合方法/ブロック別トーナメント戦

¥1チーム12,000円

連盟登録チーム6,000円

主催/品川区バレーボール連盟

■10月20日休までに、費用を持ってスポー ツ協会へ ※主将会議は、10月27日(水)午 後7時から総合体育館。

#### 体力測定

■10月11日(祝)午前9時~11時30分

**種目**/握力、シャトルラン、立ち幅跳びなど 運営/スポクラ・しながわ事務局

場参当日、運動のできる服装で、上履きを 持って第一日野小学校(西五反田6-5-32) ^

間文化スポーツ振興課スポーツ係

## しながわ出会いの湯

●毎週プログラムを実施●

**1**0月7日(木)・14日(木)・21日(木)・ 28日(木)

場区内各公衆浴場 人65歳以上の方

間健康課☎5742-6746

#### ご寄付を ありがとう ございました

京陽小学校開校130周年を祝う会会長小野喜ー=プラズマTV式 電子黒板一式、品川区異業種交流研究会グループ21会長岸靖夫 =車いす5台、池田代表取締役池田久子=割りばし1,000ぜん

[地域振興基金] 御殿山ガーデンホテルラフォーレ東京=120,000円、文化堂= 200,000円、石井俊雄=3,000円

## しながわ水族館で水中パフォーマンスショー公開中

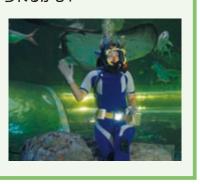
トンネル水槽で餌付けのパフォーマンスがみられるかも!

■23年3月31日(株)まで

¥ 1,300円 (800円)、小·中学生600円 (400円)、4歳以上300円(200円)、65 歳以上の方1,200円(700円)

※区内在住の方は、各自住所確認できるも のの提示で()内の料金となります。65 歳以上の方は、年齢の確認ができるものを 提示した料金です。

場間同館(勝島3-2-1しながわ区民公園 内☎3762-3433)



### 体育館の無料公開 体育の日

どなたでも ご来場ください

	総合体	育館	戸越体	本育館
	午前	午後	午前	午後
競技場	バウンドテニス 9:30~12:00	バドミントン 13:30~15:30	ソフトバレーボール バドミントン・卓球 9:30~12:00	バスケットボール (一般開放) 13:30~16:00
レ卓 ク球 室	民踊 <b>*1</b> 10:00~12:00			簡単リズム & アロマストレッチ 13:30~15:00
武道場	空手道 <b>*1</b> (剣道場) 10:00~12:00	柔道 <b>* 1</b> (柔道場) 13:30~15:30	剣道 (小・中学生) 9:30~10:30 剣道 (一般) 10:40~11:40	
グ室	ボディバイブ 10:00~11:00 ボディコンバット 11:15~12:15	ボディヒーリング 13:00~14:00 ボディパンプ 15:00~16:00	*1 指導員による 有り *2 教室参加者に	・ デモンストレーション こよる発表会
プ温ー水ル	障害者水泳教室 *2 9:30~11:30	ー般開放 12:30~15:00 水中エアロビクス 教室 15:00~16:00		ま、プールは一般公 場などは団体貸し出

●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

■ =日時・期間 場 =会場・場所 内 =内容

¥ = 費用・料金 参 = 参加方法 申 = 申込方法 問 = 問い合わせ・主催

人=対象・定員

M= E-mail IP=ホームページ(http://)

キッズクラブ・シニアクラブ・健康ひろばは、4ページです

#### スポーツ

## **\**9/

#### 第60回品川区民スポーツ大会(秋季)

#### ●区民フォークダンスの集い

■10月30日(土)午後6時から ¥300円

町2-1-17) へ

#### ●ライフル射撃

10月31日(日)午前9時から

内立射の部、伏射の部(各60発)

¥エアーライフル1,500円

スモールボアライフル2,500円

場参当日、長瀞総合射撃場(埼玉県)へ ※弾と銃砲等所持許可証を持参してください。

#### ●区民グラウンドゴルフ大会

11月7日(日)午前8時30分から

圆天王洲公園(東品川2-6) 人16歳以上の方 ¥500円

※個人対抗戦4ラウンド32ホールプレイで、 男女別優勝有り。

**10**月19日火までに、費用を持ってスポ ーツ協会(東五反田2−11−2☎3449− 4400) ^

#### ●区民ダンススポーツ大会

■11月7日(日)午前9時から

**場品川健康センター(北品川3-11-22)** 内(1)スポーツダンス(2)ベーシック(3)ニュー スター ④ビギナーズ ⑤スタンダード (ワル ツ・タンゴ複合) ⑥ラテン (チャチャチャ・ ルンバ複合) ※①~④はスタンダード・ラ テン。 ※Aリーグ登録者は除く。

¥1ペア800円

**車10月25日**(月)までに、費用を持ってスポー ツ協会へ

○スポーツ協会は、10月18日(月)休館。

講座・講演

第5回再就職をめざす

午前9時15分~午後4時(全2回)

場中小企業センター (西品川1-28-3)

■区内在住で就労をめざし、パソコンで

**1**0月22日金までに、**往復はがき**で講座

名、住所、氏名、年齢、電話番号、応募

の動機、託児希望の方はお子さんの年齢・

性別を男女共同参画センター(☎140-

0011東大井5-18-125479-4104) へ

あなたの読書~今年は国民読書年

秋の読書フェア~応援します

■10月31日(日)まで

荏 原 品川の魅力発見!

ゆたか 品川の今昔

八 潮 日本の秋を読む

●国民読書年記念講演会

人70人(先着)

**☎**3784−2557) ^

南大井 幕末、明治の置き土産

大 井 | 芥川賞受賞現代作家選

問品川図書館☎3471-4667

■10月30日生产後2時~4時

五反田 心のふるさとをみつけよう

大 崎 さがそうあなたの心の一冊

東海道品川宿~港町から宿場町へ

陽荏原文化センター(中延1-9-15)

国電話か直接、荏原図書館(中延1-9-15

源氏前|歴史と伝統が生きる街〜品川

図書館

簡単な文書が作成できる方20人(抽選)

パソコン基礎講座

国11月10日(水)・11日(木)

内ワード・エクセルの基礎

¥2,000円

託児/2歳~就学前のお子さん

#### 資格ちょっぴり入門講座

各仕事の内容と資格の取り方を知り、再就 職や新しいことにチャレンジしませんか。

日程	内容						
①11/2(火)	社会保険労務士						
②11/9(火)	介護福祉士・ホームヘルパーなど						
③11/16火	カラーコーディネーター・色彩士など						
※時間は、午後1時30分~3時30分。							

場きゅりあん (大井町駅前)

及各30人(先着)

託児/1歳~就学前のお子さん各10人(先着) **国電話**か**FAX**で講座名、番号、住所、氏名、 年齢、電話番号、託児希望の有無を男女共 同参画センター (☎5479-4104Fax5479 **−4111**) **ヘ** 

#### 障害者のためのテーマ別パソコン 教室~年賀状を作ろう

■11月18日休①午前10時~正午 ②午後1時30分~3時30分

人区内在住で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 **1**1月8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、パソコン経験を心身障害者 福祉会館(旗の台5-2-2-2-2-5750-4996 Fax3782-3830) ^

#### 学校図書館ボランティア養成講座

日時	内容
①10/25(月) 10:00~12:00	人形を作って飾ろう! 絵本『そらまめくん』より
②11/2伏) 10:30~12:00 ③11/2伏) 13:30~15:00	本の簡単な修理の仕方
④11/12金 10:00~12:00	学校図書館めぐり

※複数講座申し込み可。

人14各20人 23各15人 (抽選) 場**申**10月11日祝(必着)までに、**往復は** がきで講座名、番号、参加者全員の住所・ 氏名・電話番号、活動している方は学校 名を品川図書館(〒140-0001北品川2 -32-3**2** $3471-4667) \land$ 

※④は品川小学校(北品川3-9-30)ほか。 ○区ホームページから電子申請もできます。

#### 区民大学教養講座 シューマン~音楽、その「詩」

■11月12日~12月17日の金曜日 午後7時~9時(全6回)

陽五反田文化センター (西五反田6-5-1) 内ウィーン大学名誉教授の前田昭雄監修 の演奏も交えた音楽講座

人16歳以上の方100人(抽選)

¥ 1,500円

**11**10月29日金)(必着) までに、**往復はが** きで講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、 性別、電話番号、手話通訳希望の有無を 文化スポーツ振興課生涯学習係(電140 -8715品川区役所☎5742-6835) へ

#### 地域子育ち・親育ち応援講座

●品川・大崎地区~いっしょに子育ち・ 親育ちホップ・ステップ・ジャンプ わが子が自立するまでのちょっと先を見

た子育てを考えてみましょう。 ■10月16日生产前11時~午後0時15分

【▼子育で中の方、中高生、大学生25人(先着) 陽耳電話で、中原児童センター(小山1-4-123492-6119) ^

## ●荏原地区~チャイルドステーションツ

人未就園児と親20組(先着)

場面電話で、二葉つぼみ保育園(二葉1 -3-24**☎**3785-3423) へ

②11月6日出午前11時~11時30分=幼 児親子向け観劇会など

人2~5歳児と親50組(先着)

場 目電話で、富士見台児童センター(西 大井6-1-8☎3785-7834) へ

#### パパママ応援プログラム (3歳コース)公開講座 のびのび育て!元気な3歳

日時	内容	講師	
①10/16(±) 13:30~15:30	成長する心と身体	鈴木博 (鈴の木こどもク リニック院長)	
②10/23(±) 10:00~12:00	自分も育て る子育て	植松紀子 (臨床心理士)	

▲3歳児の保護者、育児に興味のある方 各20人(先着)

※託児はありません。

※1歳未満のお子さんは入室できます。 場参当日、荏原文化センター(中延1-9 **−15**) へ

**間子育て支援課在宅子育て支援係 ☎**5742−6720

#### パパママ応援プログラム (就学前コース)~もうすぐ1年生!

**国**11月11日休・18日休・25日休・27日仕) 午前10時~正午(全4回)

陽五反田文化センター (西五反田6-5-1) 内子どもを伸ばすしかり方・ほめ方など

講師/塩澤雄一(目白大学教授)ほか ▼4~6歳児の保護者30人(抽選)

※27日(土)は親子参加ですまいるスクール 体験。 託児/1歳~就学前のお子さん15人(抽選)

※おやつ代400円。 **1**10月18日(月)(必着)までに、**往復はが** 

きで講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、 性別、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。

#### パパママ応援プログラム (小学校3・4年生コース) 本当は大切にしたいとき

**国**11月9日(火)·16日(火)·24日(水)·27日(土) 午前10時~正午(全4回)

圆南大井文化センター(南大井1-12-6) 内子どもの気持ちへの寄り添いなど

講師/矢吹陽子(しながわチャイルドラ イン副代表)ほか

▼小学3・4年生の保護者、関心のある方 40人 (抽選)

託児/1歳~就学前のお子さん15人(先着)

※おやつ代400円。 ※1歳未満のお子さんは入室できます。

**1**10月18日(月)(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 援課在宅子育で支援係(電140-8715品

○区ホームページから電子申請もできます。

#### 産業技術高専オープンカレッジ 化学の知識で暮らしを豊かに 2010

■11月6日(土)・7日(日)

午後1時~3時30分(全2回)

川区役所☎5742-6720)へ

内草木染め、香りの化学の体験など 人高校生以上の方16人(抽選)

¥3,700円(材料費・保険料込)

場**申**10月22日金)(消印有効)までに、**は** がきかFAX、Eメールで講座名、住所、氏 名(ふりがな)、年齢、学年、性別、電話 番号を同校(〒140-0011東大井1-10-40 Fax3471 —6338 ☑ office@s.metro-cit. ac.jp) ^

間文化スポーツ振興課生涯学習係 **☎**5742−6835

## 催



#### シルバーダンス・パーティー

■11月21日(日)午前10時30分~午後4時 **園**初心者ダンス講習、交流ダンスタイム、 ダンスコンテストなど

人区内在住か在勤の60歳以上の方 300人(先着)

**陽参**当日、きゅりあん(大井町駅前)へ

#### ●ダンスメイトと運営スタッフ募集

当日、ボランティアでお手伝いしてくれる 方を募集します。

**1**10月15日金(必着)までに、**電話**かは **がき**に「ダンスメイト」か「スタッフ」とし、 住所、氏名、年齢、性別、電話番号を高 齢者いきがい課いきいき事業係(ѿ140-8715品川区役所☎5742-6733) へ

#### 第14回しなふく紅葉まつり

■10月31日(日)午前11時~午後3時 **園利用者作品展示、模擬店、手作り品販** 

売、コンサート、体験コーナー、福祉資 料コーナーなど

●当日のボランティア募集中 時間/午前10時~午後4時

※時間は相談で。

内模擬店販売や会場誘導など **-**#

通-**圆間品川総合福祉センター** (八潮5-1-1☎3790-4839)

#### 西丹沢もみじ祭り 品川&山北ふれあい交流

■11月20日生产前11時~午後2時 陽中川バーベキューセンター

(神奈川県山北町) ※小田急線新松田駅下車、富士急バス約1時間。

内シシ鍋(酒1合付き)、芸能大会、カラ オケ大会、地元特産品販売ほか

人850人(先着)

¥3,200円 ※新松田駅からの専用バス 利用の場合は3,800円。

**車電話**で山北町観光協会☎0465-75-2717^

#### ウエルカムセンター原・交流施設 第2回原まつり

■10月23日仕)午前9時~午後4時 囚利用団体発表会、人形劇、フリーマー ケット、産直野菜販売など

陽縁当日、同施設(西大井2-5-21)へ 間大井第三地域センター☎3773-2000

#### 打ち水百景写真展

7月23日~8月23日に行った「打ち水大作 戦しながわ2010」の写真を展示します。

■10月21日休まで ※21日は正午まで。 陽第二庁舎3階ロビー

間環境課環境推進係☎5742-6755

#### 第28回品川区住宅まつり

■10月24日(日)午前10時~午後3時 圆西大井広場公園(西大井駅前) **团**住宅相談(設計、施工、融資、耐震、 住宅エコポイント)、工作、包丁とぎ(1 人2本・午後2時30分まで) ほか 間東京都建設組合☎3786-2233

都市計画課住宅運営担当☎5742-6777

#### まち歩き観光イベント しながわ発見お宝さがし

■10月16日(土)午前9時~正午

コース/山内容堂の墓・浜川砲台跡・立会 川の龍馬像など土佐藩関連の旧跡、羽田空 港周辺(船)、しながわ水族館 ※約5km。 人小学生以上の方50人(先着)

¥1,000円(船代・水族館入館料込)

車電話でしながわ観光協会☎5498-5314^

#### 品 川 秋に楽しむ作家のつぶやき 葉ふるさとの想い

## アー2010

①10月21日(木)午前9時45分~11時45 **分=**幼稚園・保育園ってこんなところ

## しながわ見守り ホットライン

地域の中で、子どもや高齢者の「虐待では?」と感じたら、迷わずお電話ください。秘密は守ります。

24時間専用ダイヤル

- ●児童やDVに関すること ☎3772-6622
- ●高齢者に関すること **☎3772**ー**6699**

## 国勢調査

#### 日本の今を知り未来をつくるための調査です

提出期限は10月7日休です。ご協力お願いします。

間地域活動課統計係☎3492-3771

## 明るい選挙推進協議会地区教養講座

日時	内容	会場	定員 (先着)
10/21休 18:30~20:00	介護保険の現状とこれからの品川区の介護について	荏原第一区民集会所 (小山3-22-3)	90人
10/21休 19:00~20:30	龍馬が世界と出会っ たまち品川	大崎第一区民集会所(西五反田 3-6-3)	125人
11/6(±) 14:00~16:00	UNHCR(国連難民 高等弁務官)の難民 支援活動について	荏原第五区民集会所 (二葉1-3-37)	90人
11/28(日) 14:00~15:00	後期高齢者医療制度 について	八潮区民集会所 (八潮5-10-27)	110人

参当日、会場へ

問選挙管理委員会事務局☎5742-6845

#### 区広報紙に広告を 掲載しませんか

第3期分 (12月~23年3月)募集

広報しながわの毎月21日号に掲載する広告を募集します。

広告掲載号/ 12月~23年3 月の21日号 発行部数/ 15万6千部

発行節数/ 15万6千部 10月25日 月までに、広報広聴課で配 布する申込書

広告の大きさ 掲載料(1回) 1号 縦 4.4cm 横 23.4cm 14万円 縦 4.4cm 横 15.5cm 2号 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 5号 縦 9.0cm 横 11.6cm 14万円

Fでに、広 ※版下は広告主作成。入稿はデータ(MAC) 「聴課で配 でお願いします。

と原稿の見本を同課(本庁舎5階☎5742-6644Fax5742-6870)へ郵送かFAX、持参

#### 

#### イベント

- ●行政書士街頭無料相談会〜相続・離婚・成年後見・会社の契約書など 10月9日(出午前10時〜午後4時。当日、しながわ夢さん橋2010会場(大崎駅周辺)へ。☎5460−5455東京都行政書士会品川支部
- ●絵手紙体験・展示 10月7日休 ~12日似午前10時30分~午後5 時。当日、大崎ウエストギャラリー (大崎3)へ。☎3242-7880日本 絵手紙協会
- ●講演「建築トラブル例と予防 および解決法」 10月27日(水)午 後6時30分。きゅりあん。96人先 着。1,500円。電話かFAXで東京 都建築士事務所協会(☎3766-6104Fax3766-6120) へ
- ●高次脳機能障害の勉強会 11月7日(日)午後1時30分。昭和大学看護専門学校(旗の台1)。100人先着。電話で高次脳機能障害者と家族の会・渡辺☎3781-0921へ

- ●琴・尺八教室 10月30日~23年 1月30日の仕川。①尺八=午前9時 30分②琴=午後1時。全16回。荏 原文化(セ)。各10,000円。電話で 邦楽ネット品川☎6421-5143へ
- ●ワルツ・タンゴ・ルンバ体験 11月1日~29日の(月)午後7時。旗の 台文化(セ)。電話で小山☎090-5501-8120へ
- ●TCKお客様感謝デー 騎手との 交流や馬とのふれあいなど。10月 23日仕午後1時~9時。当日、大井 競馬場へ。☎3763-2151東京シ ティ競馬
- ●ネイティブスピーカーと英会話を 通してアメリカ文化に触れてみませんか? ①10月23日出②24日(日)。 午後1時。大崎第一(集)。各50人先 着。電話でアレキサンダー☎6450ー 3071へ
- ●中高年の初級英会話 10月8日 (金午前10時。大崎第一(集)。10人 先着。1,000円。電話で鈴木☎090 -1265-8623へ

- ●しながわチャイルドライン 受け 手養成講座 10月5日~11月16日 の火午後7時。全7回。立正大学。 20人先着。3,000円、学生1,500円。 10月4日(月)までに、電話かFAXで 浅川(☎5769-8870 Fax5769-8955) へ
- ●住まいに生かす知恵セミナー 11月19日(金)午後1時。きゅりあん。 1,000人先着。11月10日(水)までに、 電話で同事務局☎3292-5541へ
- ●やさしい詩吟講座 10月7日~11 月11日の休午後1時30分。全5回。西 大井いきいき(セ)。20人先着。電話 で秋山☎090-3003-0447へ
- ●子どもダンスクラブ初心者講習会(社交ダンス) 10月2日~30日の(土)午後5時30分~7時30分。全5回。4~15歳20人先着。当日、南大井文化(セ)へ。☎3766-5183田辺
- ●マジック&ミュージックフェア 2010 10月31日(日)午後0時30分~ 3時30分。当日、南大井シルバー(セ) へ。☎3762-1071山本

●TOCビル40周年記念ファッションショー 10月12日火件後5時。 TOCビル (西五反田7)。30人先着。 10月6日火までに、電話でテーオーシー ☎3494-2141へ

(体) =体育館

(セ) =センター

- ●林試の森フェスタ 10月24日(日) 午前10時30分~午後4時。当日、 林試の森公園へ。☎080-1239-8743同実行委員会
- ●大森ベルポートで第9を歌おう 参加者募集 12月25日(土)午後4時。 10月16日(土)から練習開始。全10回。 200人先着。6,000円、小中高生 3,000円ほか。10月10日(日)までに、 電話かFAXで同実行委員会事務局 (☎・Fax3762-6403) へ

#### サークルなど

●着物のつどい 第1・3(金)。着付 け=①午前10時 ②午後6時。③茶 道=午後2時。荏原第四(集)。①② 月各2,000円 ③3,000円。☎3754 -8837後藤 ●一日野太極拳クラブ 金午後7時。第一日野小。1回400円。(入1,000円。な3490-3880大谷

(集) =区民集会所 (入) =入会金

- ●上神明体操クラブ (トリム) (木) 午後7時。上神明小。月1,000円。(入) 1,000円。☎3781-1595太田
- ●浜川トリム 火午後7時。浜川小。 1,000円。(入) 1,000円。☎3761-2372 渋谷
- ●れっつ碁!!クラブ (水)午後5時30 分。大井第三(集)。月100円。☎3777 -4285河路
- ●品川延友会(船釣り) 月1回。月 8,000円。年6,000円。☎3781-7239 平森
- ●鶴友会(気功・太極拳) (月午後 2時30分。大井第三(集)。月4,000円。 ☎5709-1169佐藤

会費を訂正します 9月1日号 ●Try it Mommy (子育て英語) 月各3,000円

## 文化・イベント情報 ★★

#### 【0美術館 10月の催し

- ●2日仕)~6日休/アイヌ工芸作品コンテスト作品展
- ●8日(金)~13日(水)/キルト工房「バスケット」30周年記念作品展
- ●16日仕〜21日休)/第10回・21世紀オール青山美術展(絵画、工芸、写真) ●23日仕〜28日休)/ GOLDEN COMPE-
- TITION 2010〈公募展〉 ●30日仕~11月3日祝/公募第22回国際
- 墨絵展〈東京展〉 園間同美術館(大崎駅前大崎ニューシテ

圆間同美術館(大崎駅前大崎ニューシティ2号館2階☎3495-4040。午前10時~午後6時30分)

#### 【区民ギャラリー 10月の催し

- ●7日(木)~11日(紀)/漫画展「中国からの引揚げ~少年たちの記憶」
- ※この催し物のみ入場料500円。
- ●13日(水)~18日(月)/第17回彩遊会展(絵画)
- ●20日(水)~25日(月)/第一美術協会東京支部小品展(洋画、日本画、工芸)
- ●27日(水)~11月1日(月)/ MONOアトリエ 絵画教室作品展(絵画、造形)

圆間同ギャラリー (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)

#### | 新春きゅりあん寄席 | 三遊亭圓楽・春風亭昇太・ | 林家たい平三人会

■23年1月7日金午後7時開演 (午後6時30分開場)

¥3,800円 (全席指定)

**発売開始/10**月23日(土)

午前9時から=きゅりあん・メイプルセンター 午前10時から=O美術館

※電話予約は、午前10時からきゅりあんへ。 ※発売初日は、1人4枚までです。

※電話予約では座席の指定はできません。 ※就学前のお子さんの入場はご遠慮ください。 ※託児はありません。

場間きゅりあん (大井町駅前☎5479-4140)

## ■東京食肉市場まつり2010

■10月16日仕→17日(日)午前10時~午後4時 ※17日は午後3時まで。

図常陸牛などの試食、販売ほか 場図当日、中央卸売市場食肉市場(港区

港南2-7-19) へ 圆同事務局☎3472-9259

#### 東芝病院市民公開講座

■10月16日(土)午後1時~3時 図甲状腺の病気、脂肪肝

**人**90人 (先着)

**園**図当日、同病院(東大井6−3−22☎ 3764−0511)へ

#### ┃いきいき野菜健康家族フェア

■10月10日(日)正午~午後3時

図模擬店、花鉢・野菜配布、ガラポン、 大抽選会、ゲーム、吹奏楽演奏

場局で配布するイベント券を持って中央リパーク駐車場(旗の台駅南口)へ

間旗の台中央商店街・谷口 ☎3781-5210

#### |清泉女子大学英語英文学科 第六回演劇ワークショップ |シェイクスピアの女主人公を演じて

■11月17日冰午後2時50分~4時15分■100人(先着)

#### ■秋の平和坂まつり

**☎**3491-2826

■10月10日(印)午後2時~5時■ジャンボ輪投げ、模擬店、マジックバルーン、コーヒーサービス など■週平和坂通り商店会・田中

#### 東京医療保健大学公開講座 浦島太郎伝承の成立

■10月16日(土)午後1時30分~3時30分 ■50人(先着)

**陽園**10月14日休までに、**電話**で同大学(東 五反田4−1−17☎5421−7655)へ

#### | 羽田空港国際化記念イベント | 海上から羽田空港を観よう!

屋形船・観光船から、羽田空港新滑走路と東京消防庁による放水を見学します。

■10月21日休午後0時15分~3時

▲100人 (抽選)

**主催**/品川・大田地域観光まちづくり推 進協議会

■10月11日紀(必着)までに、往復はがき(1枚2人まで)に「羽田」とし、参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号をしながわ観光協会(〒141-0033西品川1-28-3☎5498-5314)へ

#### 立正大学仏教学部公開講座 はなさんと仏像を語る

タレントのはなさんと仏教学部教授がパネルディスカッションをします。

■10月13日(水)午後3時15分~5時

▲500人(先着)

**園 図**当日、同大学(大崎4-2-16**☎**3492-8528)へ

#### ■広尾病院公開講座 現代のうつ病

■10月8日(金)午後4時~5時

講師/新谷昌宏(同病院神経科部長) **№**60人(先着)

場割当日、同病院(渋谷区恵比寿2−34 −10☎3444−1181内線2116)へ

次号予告 10月11日号

3R月間

● ふれあいサポート 特定健康診査

人口と世帯(平成22年9月現在)

10月10日(日)~11月23日(祝)

※10月4日(月)~9日(土)・11月24日(水)~29日(月)は、展示替えのため休館します。

※20人以上の団体は2割引。70歳以上の方、障害のある方、品川区立の

住民登録者数……350,832 ・世帯……… 191,599 ······172,441 · 外国人登録者数·····11,606

· 女······· 178,391

午前9時~午後5時(入館は午後4時30分まで)

※月曜日・10月12日火は休館(10月11日紀は開館)。

※イベント参加の方も、観覧料が必要です。

## 品川歴史館 特別展

東海道とともに、江戸を起点に西へ向かう中原街道は、興味深 い歴史の道です。

品川を経由して平塚(神奈川県)に至る街道は、「将軍のみち」 「伝説のみち|「庶民と物流のみち|<mark>など多くの顔を</mark>持ちます。様々 な資料から中原街道の歴史を振り返ります。

#### おもな展示資料

伝説の みち

「新羅三郎源義光」 奥州の戦いに向かう途中の足柄 峠の様子を描いた浮世絵



「平塚の碑」 中延にある新羅三郎伝説 を伝える碑

観覧料/300円、小・中学生100円

小・中学生は無料。

「旗岡八幡神社絵馬」 米と酒を運ぶ荷車



「酢甕」

中原街道を運ばれたとされる甕

#### 場間品川歴史館(〒140-0014大井6-11-1☎3777-4060)

- 交通案内 ・大井町駅西口から東急バ ス池上行・蒲田行で「鹿 島神社前」下車徒歩1分
- ・大森駅北口から池上通 り徒歩10分
- ・京浜急行立会川駅から 徒歩13分





「中原御宮記」 中原街道の風景



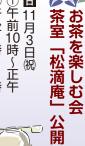
## かもめ工房、第二しいのき学園特製のクッ 中原街道 野菜ものがたり」販売

**国 2**は10月20日別までに「記念講 ※イベントごとに申し込んでください。所、氏名、年齢、電話番号を同館へ「史跡探訪」とし、**往復はがき**で住

▼ 1,000円 ▲ 高校生以上の方40人( ※雨天は室内見学中心。・ 号ュージアム、 場小杉御殿跡( 日11月14日(1)午 原街道沿いの史跡を歩きます。 日田午前9時~午後5時 (川崎市)、川崎市民

| ・ ・ ・ 史跡探訪バスツア/中原街道

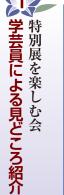
場<br />
響<br />
当<br />
目<br />
い<br />
同<br />
記<br />
書<br />
に<br />
い<br />
こ<br />
こ<b ②午後2時~4時 ※雨天は茶室公開中止 |11月3日祝



人 100人 同館講堂 **講師/鈴木章生(目白大学教授** 10月31日⑪午後2時~4時 (抽選) (目白大学教授)

道の歴史と役割 記念講演会 東海道と中原街道

場 10月24日 日本 10月24日 日 10月24日 10月 ~ 4 時 「中原街道



### 品川テレホンガイド(知っテル区ん) **☎3777 −7500**

区からのお知らせ ′ベントなどの最 新情報をお知らせ

します 問 広報広聴課 **☎**5742−6643 品川歴史散歩案内

品川人物伝 第3回 山内容堂 10月31日(日)まで

問 庶務課文化財係 ☎5742-6839





10月8日(金)・9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) 問商業・観光課振興係☎5498-6335



## Shinagawa Info.

インターエフエム放送 76.1 Mhz 3分間

●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

	<b>5.</b> 7 0	
松	(月)	中国語・日本語
送	(火)	韓国語・日本語
言語	( <b>7</b> K)	<b>タガログ語</b> ・日本語
亩	(木)・(全)	<b>英語・</b> 日本語

#### 今月の内容

- しな水のハロウィーンフェスティバル
- •品川区民管弦楽団~区民コンサート • '10区民のいけばな展

問 広報広聴課☎5742-6612 HP psa.interfm.jp/shinagawa/

#### 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



品川歴史探訪 品川の下屋敷

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~	
±	出川区 週間ニュース 取材には区民の皆さんが 活躍しています しながわのチ・カ・ラ 目黒川大探検		三之助 とっておきの品川 品川区民芸術祭記念合唱団		
日			私たちの"まちや人々"の暮らしを記録しよう ビデオ撮影講習		
月			資源循環都市しながわを目指して	区からのお知らせ	
火			品川歴史探訪 品川の下屋敷		
水			三之助 とっておきの品川 SKIPではずむ子育て 広がる輪	の お 知	
木	<b>わがまち</b> <b>発見</b> 大井第二地域	品川ものづくり 音散歩 世界一 をめざせ!品川 生まれの技術	品川の昔ばなし 東海寺の七不思議	らせ	
金	復活!しながわ探検隊		こだわりと技の名品を訪ねて 刺繍 布地に命を吹き込む		

んの大名屋敷がありました。 その中の「下屋敷」にスポッ トをあて、歴史と今に残る 面影を、マンガコラムニス トの夏目房之介さんとたど

江戸時代、品川にはたくさ

ります。

区ホームページで動画配信をしています

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