



篆書日下部鳴鶴墓碑銘軸
呉昌碩筆
中華民国11年(1922) 79歳
京都国立博物館蔵

日本の友の死を悼み



「村鉞」朱文方印 呉昌碩刻
清~中華民国時代・19~20世紀
台東区立書道博物館蔵

中村不折(鉞太郎)の印も彫りました



呉昌碩尺牘集 (沈石友に宛てた手紙) 呉昌碩筆
清~中華民国時代・19~20世紀
ふくやま書道美術館蔵

大親友と手紙のやりとり



挫折と栄光
まろ〜ん呉昌碩ワールド!



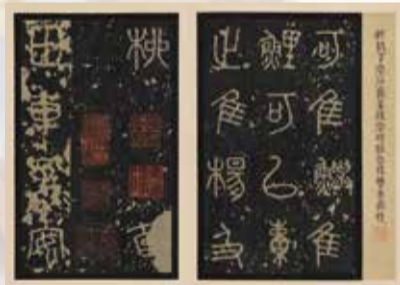
生誕180年記念 呉昌碩の世界

清時代の末期から中華民国の初期に活躍した呉昌碩。

その生誕180年を記念して、現在書道博物館で特別展を開催しています。

今回の特別展は、東京国立博物館との連携企画であるとともに、朝倉彫塑館、兵庫県立美術館、ふくやま書道美術館(広島県福山市)とも連携しており、日本の東西で「呉昌碩の世界」を繰り広げます。

在世中から現代にいたるまで、内外において高い評価を博した呉昌碩作品の魅力と、かたちを超えた呉昌碩オーラを存分にご堪能ください。



石鼓文-後勁本-
戦国時代・前5~前4世紀
三井記念美術館蔵

私のパイブル石鼓文



この作品は臨書と言って、石鼓文を手本にして書き写したものです



臨石鼓文四屏 呉昌碩筆
中華民国7年(1918) 75歳
兵庫県立美術館蔵
(梅舒適コレクション)



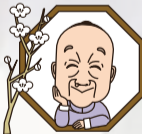
呉昌碩(1844~1927)ってどんな人?

清時代の末期から中華民国の初期に活躍した文人で、詩・書・画・印の4芸に優れており、日本でも多くの愛好者がいます。

幼い頃から勉学にいそしんだ呉昌碩でしたが、太平天国の乱によって凄惨な避難生活を送りました。乱の収束後は師友に恵まれ、古代文字の研究に励みます。中でも石鼓文(*)は晩年まで臨書し続けました。呉昌碩の作風は多くの人々を魅了し、後年、上海芸術界の中心人物となりました。また、日本人との交流も深く、日本に現存する作品からその一端を窺うことができます。

(*) 紀元前5世紀頃の春秋戦国時代のもので、石に彫られた資料としては現存する最古のもの。

梅は私の十八番です



紅梅図軸 呉昌碩筆
中華民国6年(1917) 74歳
兵庫県立美術館蔵
(梅舒適コレクション)

書道博物館

- 所在地 根岸2-10-4
- 開館時間 9:30 ~ 16:30 (入館は16:00まで)
- 休館日 月曜日(祝休日の場合は翌日)
- 入館料 一般500円、小中高生250円
- 障がい者手帳、療育手帳、精神障がい者福祉手帳、特定疾患医療受給者証をお持ちの方とその介護者は無料
- 毎週土曜日は区内在住・在学の小・中学生とその引率者は無料
- 問合せ 書道博物館 TEL 03-3872-2645



詳しくはこちら

生誕180年記念

呉昌碩の世界-その魅力と受容-

- 期間 前期2月12日(月・祝)まで
後期2月14日(水)~3月17日(日)
- ※上記以外にも展示替えあり



区公式HP▶

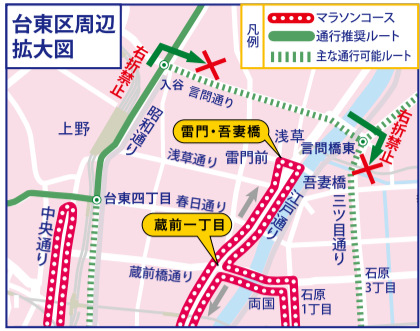


区公式SNSの一覧▶



東京マラソン 2024

●交通規制にご協力を



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

- ▶**台東区内の交通規制日時** 3月3日(日)8:55～14:25(予定)
- ▶**場所** 上図のとおり
- ▶**車両利用** コースおよびコース直近の道路

は、5時間程度車両の通行が禁止されます。コース方向への車両の利用はご遠慮ください。車両を利用する場合は、通行推奨ルート(—)、主な通行可能ルート(——)等をご利用ください。

- ▶**自転車・歩行者** コース横断が規制されます。歩行者は、歩道橋、地下鉄出入口等をご利用ください。
- ▶**問合せ** (一財)東京マラソン財団 **TEL** (6705) 0668
台東区スポーツ振興課 **TEL** (5246) 5853

●「めぐりん」が迂回します

「東西めぐりん」はバス停31～35(雷門通り～浅草消防署)、「ぐるーりめぐりん」はバス停16～2～18(花川戸～雷門通り)、「南めぐりん」はバス停10、11(柳橋中央通り～柳橋分院入口)には停車しません。また、交通規制による遅れが見込まれますので、時間に余裕をもってご利用ください。ご理解

をお願いします。

- ▶**迂回日時** 3月3日(日) 東西・ぐるーりめぐりんは始発～12:45(予定)、南めぐりんは始発～14:30(予定)
- ▶**問合せ** 南・東西めぐりんは日立自動車交通株 **TEL** (5682) 1122
ぐるーりめぐりんは京成バス株奥戸営業所 **TEL** (3691) 0935
台東区交通対策課 **TEL** (5246) 1361
- 雷門地下駐車場への入出庫ができなくなります**
雷門地下駐車場の周辺道路が交通規制区域となるため、交通規制時間帯は入出庫ができなくなりますので、ご注意ください。詳しくは、区HPをご覧ください。
- ▶**問合せ** 雷門地下駐車場 **TEL** (5827) 5660
台東区交通対策課 **TEL** (5246) 1361

●自転車を放置しないでください

コース周辺地域に放置された自転車は、保管所に移送・撤去します。

放置場所	保管場所
浅草駅周辺	千束保管所(千束3-28-13)
蔵前駅周辺	今戸保管所(今戸2-26-11)
浅草橋駅周辺	清川保管所(清川2-24-26)

- ※保管期間は1か月、移送料は5,000円です。
- ▶**返還の受付日時** 千束・今戸保管所は14:30～18:30、清川保管所は13:00～19:00(月曜日を除く)
- ▶**問合せ** 台東区交通対策課 **TEL** (5246) 1305
- 違反屋外広告物を除去します**
開催日前に、コース沿道での違反屋外広告物(のぼり旗・立看板・貼り紙等)の除去作業を予定しています。
- ▶**問合せ** 台東区道路管理課 **TEL** (5246) 1304

Web申込可 令和6年度区民交通傷害保険加入者募集

加入者が車両による交通事故でけがをした場合、入院・通院の治療日数と期間に応じた保険金を支払います。

また、国内で自転車または身体障害者用車いすの所有、使用または管理に起因して、他人にけがを負わせたり、

他人の財物を壊したり、誤って線路に立ち入って電車等を運行不能にさせたこと等によって発生した損害賠償金

等を補償する「自転車賠償責任プラン」セットコースもあります。

2年4月に「東京都自転車条例(東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例)」が施行され、自転車利用者は、自転車事故に備えた保険への加入が義務化されました。自転車を利用する方は、自転車賠償責任プランセットコースへのご加入をおすすめします。

- ▶**対象** 補償開始日時時点で、区内に住民登録のある方(年齢不問)
- ▶**保険期間** 4月1日0:00～7年3月31日24:00※専用Webサイトで4月以降に中途加入した場合は、申込みの翌月1日～7年3月31日
- ▶**申込方法** 申込書に保険料を添えて申込場所へ(専用Webサイトからも申込み可)
- ▶**申込書配布・申込場所** 区民課(区役所3階③番)、区民事務所・同分室、区内金融機関
- ▶**申込締切日** 3月29日(金)※専用Webサイトのみ、4月以降も7年1月31日(金)まで中途加入可能
※詳しくは、引受保険会社か問合せ先へ
- ▶**引受保険会社** 損害保険ジャパン(株) 東京公務開発部営業開発課 **TEL** (3349) 9666(土・日曜日・祝日を除く9:00～17:00)
- ▶**問合せ** 台東区区民課 **TEL** (5828) 6446



コース	一時払保険料	最高保険金額
XJ	1,500円	35万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)+1億円(自転車賠償)
AJ	2,200円	150万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)+1億円(自転車賠償)
BJ	3,000円	350万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)+1億円(自転車賠償)
CJ	4,300円	600万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)+1億円(自転車賠償)
A	1,200円	150万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)
B	2,000円	350万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)
C	3,300円	600万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)

(SJ23-11579 令和6年1月31日)

マイナンバーカードをお持ちの方へ 転出届はオンラインで!

毎年3～4月頃の引越しシーズンは、区役所1階の窓口が大変混雑します。台東区から引越しを予定している方は、オンラインの転出届をぜひご利用ください。

スマートフォンにマイナポータルアプリをインストールした方はこちら▶

※転入の際には、転入先の市区町村の窓口で手続きが必要です。

スマホ用電子証明書の利用登録をした方は、マイナンバーカードの読み取りをしなくても手続きが可能です。

マイナポータルのスマホ用電子証明書のページはこちら▶

- ▶**問合せ** 戸籍住民サービス課 **TEL** (5246) 1164



申請期限 2月29日(木) 自転車用ヘルメットの購入費用助成の「割引券」の申請期限が迫っています

自転車用ヘルメットの着用促進のため、一定の安全基準を満たしたヘルメットを購入する場合に、購入金額に関わらず1人に1個まで3,000円を上限に助成を行っています。

- ▶**対象** 申請時に台東区に住民登録がある満2歳以上の方
- ▶**対象品** 次の全てを満たすもの
・区内販売協力店で販売されている
・SGマーク等、安全基準を満たしている
・新品で販売されている

▶申請・購入方法

- ①電子申請等で「割引券」の交付を申請
※電子申請ができない場合は、問合せ先や区民事務所・分室で申請できます。
 - ②「割引券」が郵便で自宅に届く
 - ③販売協力店でヘルメット購入時に、購入者の本人確認書類と割引券を持参し、助成額を割り引いた金額で購入(購入期限は3月31日(日))
※ヘルメットの在庫は、各販売協力店にご確認ください。
- ▶**問合せ** 交通対策課(区役所5階②番) **TEL** (5246) 1288 詳しくはこちら



雷門通りで社会実験を実施します

多くの人で混雑している雷門通りの歩道の一部を広げ、仮設の滞留空間(パークレット)を設置し、くつろげる空間を提供します。

- ぜひお立ち寄りください。
- ▶**期間** 3月7日(木)～13日(水)
- ▶**場所** 雷門通りの一部(浅草1～3先)
- ▶**問合せ** 地域整備第二課 **TEL** (5246) 1366



※色・デザイン等は変更になる場合があります。

第42回台東区善行青少年表彰 表彰式を行いました

区では、日頃からその行動が他の模範となると認められる青少年および団体を表彰しています。5年12月11日に表彰式を行い、褒状と記念品を贈りました。

- ▶**問合せ** 子育て・若者支援課 **TEL** (5246) 1341



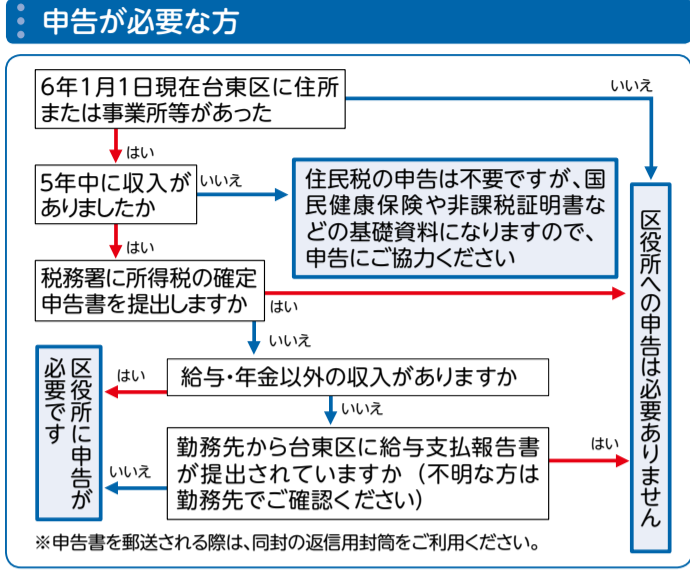
▲表彰式の様子

活動内容	氏名(敬称略)
事故防止	上野交通少年団 岩下遼、平川慶、平川福、上河内紀歩、阿久澤知伯
	上野消防少年団 岩崎優花、根本伊古、左座うらら、秋田彩那、青木聖佳、大貫結衣、石川文翔
防火	浅草消防少年団 柿澤咲花、中村灯里、辻岡洸太郎
	日本堤消防少年団 酒谷叶、酒谷冬芽、梶瑛茉莉、小笠原優香
	文化・スポーツへの貢献 青少年指導 柔道 澤明音
	ボーイスカウト 林晃一

住民税（特別区民税・都民税）の申告は**3月15日（金）**までに

問合せ 税務課課税係
TEL (5246) 1103～5

特別区民税・都民税は、税務署や区役所に提出された申告書類等に基づいて課税されます。申告書は、前年度申告した方へ2月上旬に郵送しますので、作成のうえ3月15日（金）までに提出してください。



※前年税務署に確定申告した、前年被扶養者、給与から住民税を差し引かれている、前年に台東区に転入された方などには原則として申告書は郵送されません。申告が必要な方は問合せ先へご連絡いただくか、区HPから申告書をダウンロードしてご利用ください。

申告書の受付

受付場所	区役所3階 ①～⑬番窓口 税務課課税係	区民事務所・同分室
受付期間	3月15日（金）まで 土・日曜日・祝日を除く	3月1日（金）～15日（金）
受付時間	8:30～17:15 （税務課は、水曜日のみ19:00まで受付）	
送付先	〒110-8760 台東区役所税務課課税係	

※窓口混雑緩和のため、可能な限り郵送での提出をお願いします。

- 申告に必要な物**
- ①特別区民税・都民税申告書
 - ②個人番号確認書類（個人番号カード、通知カード等）、本人確認書類（個人番号カード、運転免許証等）
 - ③所得資料（給与と所得の源泉徴収票等）
 - ④控除資料（社会・生命・地震保険料の控除証明書、医療費控除の明細書、寄附金の領収書等）

住民税を勤務先から徴収され、その給与以外に所得がある方

確定申告書第二表「給与、公的年金等以外の所得に係る住民税の徴収方法」で、特別徴収（給与天引）か「自分で納付」に○印をつけてください。

公的年金等の収入金額が400万円以下で、公的年金等にかかる雑所得以外の所得金額が20万円以下の方

所得税の確定申告は不要（還付を受ける場合は提出可能）ですが、住民税の申告は必要な場合があります。

確定申告について

問合せ 東京上野税務署
TEL (3821) 9001(代)
浅草税務署
TEL (3862) 7111(代)



詳しくはこちら

中学生の「税についての作文」の受賞者が決まりました

全国納税貯蓄組合連合会および国税庁共催による第57回中学生の「税についての作文」の募集について、区内の中学生から1,836編の応募があり、浅草・上野納税貯蓄組合連合会、浅草・東京上野税務署等の審査の結果、次の方が受賞しました（敬称略）。

問合せ 税務課 TEL (5246) 1114

浅草納連管内の表彰

- 公益財団法人全国法人会総連合会長賞 太田智教（白鷗高校附属中1年）
- 東京国税局管内納税貯蓄組合連合会会長賞 市川紗帆（白鷗高校附属中1年）
- 浅草納税貯蓄組合連合会会長賞 高橋礼那（桜橋中3年）、松村千史（駒形中2年）
- 浅草税務署長賞 添田大貴（浅草中2年）、細谷英司（白鷗高校附属中1年）
- 台東区長賞 久松優理（白鷗高校附属中1年）
- 台東都税事務所長賞 丸井裕仁（浅草中1年）
- 台東区教育委員会賞 白井みり（白鷗高校附属中1年）

上野納連管内の表彰

- 東京国税局長賞 本間貴子（柏葉中1年）
- 東京納税貯蓄組合総連合会会長賞 宮田恵理子（御徒町台東中1年）、古澤彩子ソフィア（上野中3年）
- 上野納税貯蓄組合連合会会長賞 加藤紗那（御徒町台東中1年）、高橋凧咲（上野学園中2年）
- 東京上野税務署長賞 小林万桜（忍岡中3年）、佐原虹（上野学園中1年）
- 台東区長賞 加藤あや（上野学園中1年）
- 台東都税事務所長賞 安田光央（上野中2年）
- 台東区教育委員会賞 曾根瑞希（御徒町台東中2年）

お知らせ

災害救援用資材が配備されました

日本赤十字社から、災害救援用（5年度配備）として、屋外用テント（6本柱、4本柱）各1張、LED投光器1台、自動ラップ式トイレ10台が配備されました。

問合せ 区民課
TEL (5246) 1122

4月の区民館（多目的ホール・集会室等）の抽選申込日を変更します

抽選申込日 4月2日（火）
※時間の変更はありません。

問合せ 区民課
TEL (5246) 1123

子育て・教育

6年度石浜橋場こども園保育士（会計年度任用職員）募集

- ▷受験資格 保育士資格をお持ちの方
- ▷採用予定人数 5人前後
- ▷任期 4月1日～7年3月31日
- ▷勤務日時 月20日（土曜日含む）7:15～19:30の6時間（実働6時間、休憩時間60分）

▷**週休日** 4週間ごとの期間につき8日の週休日（日曜日を含む）を設けるものとし、勤務表によって定める。

▷**給与** 月額218,164円（地域手当相当額を含む）

※通勤手当（月額上限あり）、期末手当（ただし、6か月以上勤務する場合）あり
※健康保険・厚生年金・雇用保険加入あり

▷**申込方法** 履歴書（写真貼付）、作文（題名「保育についてのあなたの考え方」・400字程度）、保育士証の写しを問合せ先へ郵送か持参

▷**申込締切日** 3月1日（金）（必着）

▷**選考方法** 書類選考の上、面接試験

▷**問合せ** 〒110-8615

台東区役所学務課（区役所6階②番）
TEL (5246) 1414



詳しくはこちら

次世代育成支援地域協議会（台東区子ども・子育て会議）区民委員募集

次世代育成支援施策について広く意見を聴くため「次世代育成支援地域協議会」を設置しています。委員の任期満了に伴い、区民委員を募集します。

▷**対象** 区内在住で15歳未満の児童を養育し、年2～4回程度の会議に出席できる18歳以上の方

※公務員（特別職含む）を除く

▷**募集人数** 2人

▷**任期** 9年3月31日まで

▷**選考方法** 書類審査、面接（3月14日

（木午後予定）※面接時、託児あり

▷**申込方法** 申込書（問合せ先で配布・区HPからダウンロード可）を問合せ先へ郵送か持参（電子申請可）



詳しくはこちら

▷**申込締切日** 2月22日（休）（必着）

▷**問合せ** 〒110-8615

台東区役所子育て・若者支援課（区役所6階⑥番）
TEL (5246) 1237

幼児食へのステップアップ教室（予約制）

▷**日時** 3月8日（金）13:30～14:30

▷**場所** 台東保健所3階大会議室

▷**対象** 区内在住の令和4年11月～5年4月生まれの子供の保護者（第1子、初めて参加する方優先）

▷**定員** 20組（先着順）

▷**内容** 幼児食へステップアップする頃のポイント、試食（保護者のみ）

▷**申込開始日時** 2月5日（月）9:00

▷**申込み・問合せ** 台東保健所保健サービス課
TEL (3847) 9440



詳しくはこちら

ふたごちゃん・みつごちゃん！集まれ！～オンライン交流会～

▷**日時** 2月26日（月）14:00～15:30

▷**対象** 区内在住の多胎児（就学前まで）の親子または多胎児を妊娠している方とパートナー

▷**定員** 5組（先着順）

▷**申込方法** 電子申請

▷**申込期間** 2月5日（月）9:00～19日（月）

▷**問合せ** 浅草保健相談センター

TEL (3844) 8172
台東保健所保健サービス課

TEL (3847) 9497



詳しくはこちら

保険・年金

20歳になったら「国民年金」

日本に住む20歳以上60歳未満の全ての方は、就職して厚生年金に加入している方を除き、国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。

国民年金は老後の生活の保障だけでなく、万が一、病気やけがで障害が残ったときの障害基礎年金や、一家の働き手が亡くなったときの遺族基礎年金など、あなたや家族を守ってくれます。

学生や収入が少なく納付が困難な方は、「学生納付特例制度」や「免除・納付猶予制度」がありますので、ご相談ください。手続きが遅れたり、保険料の納め忘れがあると障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなったり、将来の老齢基礎年金の額が少なくなります。詳しくはお問合せください。

▷**問合せ** 区民課国民年金係

TEL (5246) 1262

環境 リサイクル

エコ環境フェスタ実行委員（出展団体）募集

環境フェスタたいとう2024（11月16日（土）・17日（日）開催予定）の実行委員として活動し、出展してみませんか。

▷**応募資格** 区内で環境保全・清掃・リサイクルに関し、自主的に活動を行っている団体（審査あり）
※申込方法等、詳しくはお問い合わせください。



▷**問合せ** 環境課
TEL (5246) 1284 [詳しくはこちら](#)

精華公園ビオトープ「畑づくり友の会」ボランティア募集

土作り、種まき、収穫などの畑作業と展示作成やイベント実施による区民への普及啓発を行います。

▷**期間** 4月～11年3月（5年間）
▷**日時** 毎月第2土曜日・第4日曜日 10:10～12:10

▷**場所** 環境ふれあい館ひまわり、精華公園ビオトープ

▷**対象** 区内在住か在勤（学）の18歳以上で事前説明会が見学に参加できる方

▷**定員** 若干名（抽選）

▷**事前説明会日時・場所** 3月9日（土）13:30～15:00・環境ふれあい館ひまわり5階

※活動（2月10日（土）・25日（日）、3月9日（土）の見学可（各4人）

▷**説明会等申込方法** 氏名・電話番号を各開催日前日までに電話かファクスまたは直接問合せ先へ

※説明会等参加時に申込用紙を配布

▷**問合せ** 環境ふれあい館ひまわり
TEL (3866) 8098
FAX (3866) 8099

ウミネコによる被害を防ぐために事前の対策を



4～8月はウミネコの繁殖期です。鳴き声やファンによる被害を防止するため、早めの防鳥対策を講じることが大切です。

▷**問合せ** 環境課
TEL (5246) 1283 [詳しくはこちら](#)

福祉（高齢・障害等）

身の回り応援サービス

はつらつサービス協会の有償ボランティアが30分以内でできるちょっとした困りごと（買い物・電球交換・軽量家具の移動・簡単な衣替え等）をお手伝いします。

▷**対象** 区内在住で65歳以上の高齢者のみの世帯または障害者のみの世帯

▷**費用** 300円

▷**問合せ** 台東区社会福祉協議会
TEL (5828) 7541

障害等のある方へ図書館のサービスを利用してみませんか

●**バリアフリー資料コーナー（中央図書館1階）**
障害関連の本や大活字本、点字本、マルチメディアデジタイズ図書（音声と一緒に、文字や画像が表示されるデジタルの本）等を集めたコーナーです。

●**宅配サービス（要利用登録）**
図書館に行くことが難しい方に、本やCDなどを自宅までお送りします。

▷**対象** 区内在住でいずれかに該当する方
①身体障害者手帳（下肢・体幹・移動機能障害1～2級、心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸機能障害1・3級、免疫・肝臓機能障害1～3級）をお持ちの方
②要介護1～5で介護保険被保険者証をお持ちの方

▷**利用できる資料（貸出点数）** 図書・雑誌（7冊まで）、CD（2点まで）、DVD・ビデオ（1点まで）

●**オンライン（Zoom）による遠隔対面朗読（要利用登録）**

▷**対象** 区内在住で視覚障害等の理由により活字等をそのまま読むことが困難な方（身体障害者手帳の有無は問わない）

▷**問合せ** 中央図書館
TEL (5246) 5911 [詳しくはこちら](#)

ヘルプマーク・ヘルプカード等を配布しています

ヘルプマークとは、外見から分からなくても援助や配慮を必要としていることを周囲に知らせることで、援助を得やすくなるよう作成されたマークです。ヘルプカード、ヘルプマークホルダー等も併せて配布しています。



▷**配布場所** 問合せ先、松が谷福祉会館、台東保健所保健予防課等

※「ヘルプシール」と「伝言・連絡パターン集」を作成しました（シール紙に印刷すれば、ヘルプカードの自由記入欄や身に付けているもの等に貼ることができます）。

▷**問合せ** 障害福祉課（区役所2階⑩番）
TEL (5246) 1058 [詳しくはこちら](#)

元気情報誌「ココカラ」第14号発刊します

60代から始めるこれからの人生を自分らしくイキイキと過ごすための元気情報誌です。第14号は「フレイルサポーター特集号」です。



▷**新聞折り込み日** 2月9日（金）

▷**折り込む新聞** 毎日・朝日・読売・産経・東京・日経の朝刊

▷**配布場所** 問合せ先、各地域包括支援センターなど

▷**問合せ** 高齢福祉課（区役所2階⑥番）
TEL (5246) 1295

特別養護老人ホームの入所申込を受け付けています（6年度第1回分）

▷**対象** 在宅生活を続けることが困難であ

り、原則要介護3以上と認定された方（入院治療の必要な方、特別養護老人ホームに入所中の方は除く）

※要介護1・2で申込み場合は、申込書の「特例入所要件に該当することの申請書（要介護1・2の方用）」を記入

▷**対象施設** 区立特別養護老人ホーム

施設名	住所
浅草	浅草4-26-2
谷中	谷中2-17-20
三ノ輪	三ノ輪1-27-11
蔵前	蔵前2-11-7
台東	台東1-25-5
千束	千束3-28-13

民間特別養護老人ホーム

施設名	住所
浅草ほうらい	清川2-14-7
フレスコ浅草	浅草5-33-7
橋場すみれ園	橋場1-1-10

区外協力特別養護老人ホーム

施設名	住所
白楽荘	多摩市
みずほ園	西多摩郡瑞穂町
良友園	西多摩郡日の出町
ひのでホーム	西多摩郡日の出町
新清快園	西多摩郡日の出町
第2カントリービラ青梅	青梅市
青梅愛弘園	青梅市
成蹊園	あきる野市
福楽園	あきる野市
和敬園	あきる野市

▷**必要な物** 介護保険証、過去3か月分のサービス利用票およびサービス利用票別表等

▷**入所のご案内・申込書配布・申込場所** 地域包括支援センター、高齢福祉課（区役所2階⑤番窓口）

※申込書は区HPからもダウンロード可
※郵送申請不可

※申込みの際は、家族やケアマネジャーと相談してください。

▷**申込締切日** 2月29日（休）

▷**問合せ** 高齢福祉課
TEL (5246) 1205

2月中旬に介護サービス費通知を送ります

適切に介護サービスを利用させていただくために、11月利用分の明細をお知らせします。介護サービス事業所・種類・事業所に支払った自己負担額等をご確認ください。

▷**問合せ** 介護保険課
TEL (5246) 1249

台東区患者の声相談窓口

区では、患者と医療機関との信頼関係の構築をお手伝いするため、患者の声相談窓口を開設しています。医療に関する相談や、区内の診療所・歯科診療所等に関する相談に対し、中立的な立場から助言を行います。

こんなときにご相談ください
・医療のことでどこに相談したらよいか分からない。
・医師や看護師など医療機関従事者の対応が気になる。
・治療についての説明がよく分からなかった。
・自宅に近い医療機関を知りたい。
※相談内容によっては、適切な担当部署をご案内します。

相談前の注意事項
・医療機関とのトラブルは、まずは当事者間での話し合いが原則です。
・医療行為における過失や因果関係の有無、責任の所在の判断・決定はできません。
・医療機関との紛争の仲介や調停は行いません。
・医療機関の良し悪しの判断や評価はできません。

問合せ 台東保健所生活衛生課 **TEL** (3847) 9416

認知症サポーターフォローアップ講座

▷**日時** 3月12日（火）13:30～15:00

▷**場所** 区役所10階会議室

▷**対象** 区内在住か在勤（学）で認知症サポーター養成講座を受講済みの方

▷**定員** 30人（先着順）

▷**講師** 齊木三鈴氏（たいとう診療所院長）

▷**申込締切日** 3月8日（金）

▷**申込み・問合せ** 高齢福祉課
TEL (5246) 1225

認知症高齢者位置確認システム

位置情報専用探索機（GPS発信機）の貸出しと位置確認システム使用料の一部を助成しています。

▷**対象** 認知症のある区内在住の65歳以上の高齢者を在宅で介護している方

▷**費用** 月額800円（消費税別）

▷**問合せ** 高齢福祉課
TEL (5246) 1225 [詳しくはこちら](#)



福祉施設でボランティア活動をはじめませんか

区では、介護支援ボランティアポイント事業を実施しています。本事業に参加している福祉施設でボランティア活動をした方には、奨励品と交換できるポイントが付与されます。



▷**対象者** 区内在住で18歳以上の方（要会員登録）

▷**活動場所** 区が指定した高齢者・障害者福祉施設

▷**活動内容** ①介護職員のお手伝い（配膳・配茶・洗い物、レクリエーション等の指導・補助など）、各種慰労活動（芸能の披露など）、施設利用者の話し相手など ②台東区社会福祉協議会が実施するはつらつサービスの活動

※ポイントが付与される活動は、施設によって異なります。

▷**ポイント付与** ボランティア活動1回につき1ポイント

▷**ポイント交換** 10ポイントごとに1,000円分の奨励品と交換できます（最大5,000円分まで）。

▷**問合せ** 台東区社会福祉協議会
TEL (5828) 7541

インターネットで区内介護サービス事業者の求人情報が見られます

区HPに「介護サービス事業者の求人情報」を掲載しています。
※仕事内容・採用等、詳しくは各事業者にお問合せください。



詳しくはこちら

▶**問合せ** 介護保険課
TEL (5246) 1243

民生委員・児童委員が変わりました

▶**担当地域** 浅草橋1丁目2～6・11～16・22～26・36 (4・5号の一部、6・7号の一部)
▶**退任委員** 鈴木美千代氏

▶**新任委員** 半谷祐子氏
▶**問合せ** 福祉課 **TEL** (5246) 1172



歯科基本健康診査はお済みですか

受診期限は、3月31日(日)です。期間間際は、医療機関が大変混み合う場合がありますので、早めに受診してください。
※受診票を紛失した方は問合せ先へ
▶**問合せ** 台東保健所保健サービス課 **TEL** (3847) 9449

女性医師による女性のための健康相談「婦人科」(予約制)

▶**日時** 3月6日(水)14:00～16:00 (1人

約20分)
▶**場所** 台東保健所4階
▶**対象** 区内在住か在勤で更年期や月経、不妊などでお悩みの女性
▶**申込み・問合せ** 台東保健所保健サービス課 **TEL** (3847) 9497

結露を防止しましょう～快適な居住環境をめざして～

冬は結露が発生しやすくなります。結露は、室内の湿った空気が壁や窓ガラスなどで冷やされて、空気中の水分が水滴となって現れます。建材や壁紙を傷めたり、カビを発生させたりする原因になります。
▶**結露を防止するポイント**
①調理中や炊飯時は、必ず換気扇を回す
②入浴後は浴室の戸を閉め、浴室の換気扇や窓を利用し換気する
③なるべく室内に洗濯物を干さない

④夜間は室温が下がって結露が発生しやすくなるので、就寝前に換気する
※保健所では、快適な居住環境づくりのアドバイスをしていますので、ぜひご相談ください。
▶**問合せ** 台東保健所生活衛生課 **TEL** (3847) 9455

目の講演会「意外と怖い高齢期の難聴—加齢性難聴がアタマとカラダに与える健康影響—」(予約不要)

▶**日時** 2月29日(木)14:30～16:00
▶**場所** 区役所10階会議室
▶**講師** 桜井良太氏(東京都健康長寿医療センター研究所社会参加とヘルシーエイジング研究チーム)
▶**問合せ** 台東保健所保健サービス課 **TEL** (3847) 9481

3月の保健所・保健相談センターの事業案内

事業名	実施会場	台東保健所	浅草保健相談センター
ハローベビー学級(両親学級)			※日程等は区HPをご覧ください。 TEL (3844) 8177
産婦歯科健康診査			8日13:00～14:00 TEL (3847) 9449
栄養相談		7・18日10:00～15:30 12日10:00～12:00 TEL (3847) 9440	
2歳児歯科健康診査		27日9:00～10:00 TEL (3847) 9449	
発達相談		12日8:45～12:00(個別相談) 26日9:30～11:00(個別相談) TEL (3847) 9497	6日9:30～11:00(個別相談) 14日9:30～11:00(グループ相談) TEL (3844) 8172
歯科衛生相談		5・27日13:30～14:30 TEL (3847) 9449	7・21日13:30～14:30 ※予約は左記へ
こころの健康相談(区内在勤の方も可) ※前日までに要予約		22日9:30～11:00 26日13:30～15:00 TEL (3847) 9405	5日9:30～11:00 18日13:00～14:30 TEL (3844) 8172
大人の発達障害個別相談(区内在勤の方も可) ※前日までに要予約		12・28日13:30～15:30 14日9:30～11:30 TEL (3847) 9405	
HIV・梅毒検査		13・27日13:00～14:30 TEL (3843) 5751	



2・3月分の夜間診療当番医・当番薬局

発熱・せき等の症状のある方は、時間を分けてのご来院をお願いする場合や専門の医療機関をご案内する場合がありますため、台東区準夜間・休日子どもクリニックおよび夜間・休日診療を受診される際は、必ず、事前に電話してください。
都合により、当番を変更することがあります。当番医、台東区夜間・休日診療案内電話等にご確認のうえ、受診してください。
「台東区夜間・休日診療案内電話」**TEL** (5246) 1277

台東区準夜間・休日子どもクリニック			
場所	永寿総合病院内 東上野2-23-16 TEL (3833) 8381 ※1階救急外来受付にお越しください。		
診療対象	小児科(15歳以下の子供) ※小児科医が診療を行います。		
診療日	月～土曜日18:45～21:45		
受付時間	日曜日・祝日・年末年始 8:45～21:45		
ご利用にあたって	※子どもクリニック診療時間外に永寿総合病院の小児科を受診する場合は、別途「選定療養費」の負担が生じることがあります。 ※治療すれば帰宅できるような子供を対象としています。 ※薬は原則1日分の処方です。翌日には「かかりつけ医」の診療を受けてください。		
診療対象	内科、歯科の患者	診療時間	内科 9:00～22:00 歯科 9:00～17:00
月	当番医・薬局	所在地	電話番号
2月4日	内科 本宮形成・整形外科 内科 上野浅草通りクリニック 歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	寿4-10-11 生井ビル2階 東上野5-1-3 2階 根岸4-1-28	(3841) 4361 (5830) 3112 (3874) 6433
2月11日	内科 浅草のもとクリニック 内科 上野くろもんクリニック 歯科 関戸歯科医院 薬局 たけの薬局浅草店	浅草3-7-7 上野1-9-2 1階 西浅草2-12-8 関戸BLDG2階 浅草4-42-9	(5603) 8808 (6803) 0115 (3843) 8567 (5808) 9301
2月12日	内科 浅草ハートクリニック 内科 飯山医院 歯科 台東区歯科医師会歯科診療所 薬局 浅草わかば薬局	花川戸1-13-15 入谷1-7-7 根岸4-1-28 花川戸1-13-16 濱松ビル1階	(6231) 7581 (3872) 7873 (3874) 6433 (6231) 7066
2月18日	内科 元浅草いけだクリニック 内科 上野なかのクリニック 歯科 永石歯科クリニック 薬局 元浅草アイアイ薬局 薬局 竹内薬局 上野店	元浅草4-7-22 北上野1-9-13 高松ビル1階 松が谷1-1-1 嵐川ビル2階 元浅草4-8-5 泉コーポ102 北上野1-1-11	(3841) 2121 (5828) 3007 (3842) 4182 (5811) 1625 (6231) 7680
2月23日	内科 塩川内科医院 内科 みのわ駅前クリニック 歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	千束1-4-11 三ノ輪1-28-12 プラザM3階301号室 根岸4-1-28	(3872) 0153 (3873) 1234 (3874) 6433
2月25日	内科 蔵前まえだクリニック 内科 かとう医院 歯科 岩本歯科 薬局 伊東薬局 薬局 レーメイ堂薬局	寿1-2-3 A・Tビル3階 根岸3-12-14 松が谷3-1-2 栗林ビル2階 蔵前4-34-9 根岸3-9-18	(5246) 3361 (5603) 7161 (3843) 8778 (3851) 9618 (3872) 5349
3月3日	内科 十全医院 内科 吉田産婦人科医院 歯科 台東区歯科医師会歯科診療所	浅草4-16-7 池之端2-5-44 根岸4-1-28	(5808) 7872 (3821) 3915 (3874) 6433

医療情報 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
毎日24時間
都内の医療機関の診療案内や診療時間などを診療科目別・地域別に調べることができます。
TEL (5272) 0303

東京消防庁救急相談センター
毎日24時間
TEL #7119
または **TEL** (3212) 2323

3月の上野・千束健康増進センターの運動教室参加者募集

場所・申込み・問合せ					
〒110-0015 東上野4-22-8 上野健康増進センター TEL (3847) 9475			〒111-0031 千束3-28-13 千束健康増進センター TEL (5603) 0085		
教室名	日時	定員	教室名	日時	定員
初めてのエアロビクス	毎週火曜日(全4回) 13:30～14:15	25人	火曜エアロビクス	毎週火曜日(全4回) 14:00～14:45	9人
火曜リズム体操	毎週火曜日(全4回) 15:00～15:45	15人	リズムポディー	毎週火曜日(全4回) 19:15～20:00	9人
シェイプ・THE・ボディ	毎週火曜日(全4回) 19:30～20:15	10人	ゆったりヨガ	毎週水曜日(全3回、3月20日を除く) 19:15～20:00	7人
水曜リズム体操	毎週水曜日(全4回) 13:30～14:15	15人	さわやかリズム体操	毎週水曜日(全4回) 14:00～14:45	9人
水曜エアロビクス	毎週水曜日(全3回、3月20日を除く) 19:30～20:15	10人	やさしいエアロビクス	毎週水曜日(全4回) 19:15～20:00	9人
高齢者のための足腰元気体操	毎週木曜日(全4回) 13:00～13:45	15人	生き生きリフレッシュ体操	毎週金曜日(全5回) 14:30～15:15	8人
フラダンス	毎週木曜日(全4回) 15:00～15:45	10人	ポディーバランス	毎週金曜日(全5回) 19:15～20:00	7人
木曜エアロビクス	毎週木曜日(全4回) 19:30～20:15	10人	パワーアップスリム	毎週土曜日(全5回) 10:30～11:15	6人
金曜リズム体操	毎週金曜日(全5回) 13:30～14:15	25人	たのしいヨガ	毎週土曜日(全5回) 13:00～13:45	7人
リラックスヨガ	毎週金曜日(全5回) 19:00～19:45	15人	熟年体操	毎週土曜日(全5回) 14:30～15:15	15人
土曜リズム体操	毎週土曜日(全5回) 11:30～12:15	15人	高齢者のための足腰元気体操	毎週日曜日(全5回) 10:30～11:15	17人
土曜エアロビクス	毎週土曜日(全5回) 14:00～14:45	10人	日曜エアロビクス	毎週日曜日(全5回) 14:00～14:45	6人
やさしい太極拳	毎週日曜日(全5回) 11:00～11:45	15人			
アクアビクス	毎週水曜日(全3回、3月20日を除く) 19:00～19:45 毎週木曜日(全4回) 14:00～14:45 毎週日曜日(全5回) 13:30～14:15	9人	対象 区内在住か在勤の18歳以上の方 費用 1回300円 申込方法 往復はがきに①3月の〇〇教室希望 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤性別 ⑥教室参加歴の有無 ⑦電話番号を書いて2月20日(火)(必着)までに各センターへ(1人1教室につき1枚の応募・抽選) ※教室の実施時間等について最新情報は区HPをご覧ください。		

新型コロナワクチンの無料接種は3月31日(日)で終了します～お早めにご予約ください～

対象

令和5年秋開始接種 初回接種を完了し、前回接種から3か月以上経過した生後6か月以上の方 (5年9月20日～3月31日で、1人1回)



初回接種(※1)

新型コロナワクチンの接種を初めて受ける生後6か月以上の方 (※1) 接種を初めて受ける場合、1・2回目(6か月～4歳の方がファイザー社のワクチンを受ける場合は3回目まで)の接種を1セットとして、「初回接種」といいます。

予約方法

病院・診療所へ直接お問合せください。

初回接種の場合、1回目と2回目の接種間隔(※2)を空ける必要があります。また、実施している会場に限られるため、ご注意ください。(※2) ファイザー社ワクチンは3週間、モデルナ社ワクチンは4週間
3月31日までに初回接種を完了できない場合、残りの接種は自己負担となります。無料で接種を希望する方は、期間内で接種が完了できるよう、余裕を持って予約してください。



予約受付時間等、最新の情報はこちら

問合せ

●台東保健所新型コロナウイルス感染症対策室(月～金曜日8:30～17:15) ※祝日を除く **TEL** 03-3847-9431
●厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター(9:00～21:00、土・日曜日・祝日も対応) **TEL** 0120-761-770

催しものなど

図書館のこども室から

●あかちゃんえほんタイム 時3月4日(月)
①10:15 ②11:00 (30分程度)

対区内在住の令和4年9月4日～5年9月3日
生まれの子供と保護者 定各10組(先着順)
※参加は子供1人につき1回まで

申込開始日 2月20日(火)※申込みは保護者に
限る、中央図書館では受付しません。

場・申・問 台東子ども家庭支援センター
TEL (3834) 4577

●ぬいぐるみおとまり会 時ぬいぐるみ
預かり・おはなしと写真撮影は2月24日(出)
14:00～14:45、ぬいぐるみ・アルバム
お渡しは25日(日)12:00～17:00 対
図書館利用登録のある幼児～小学校低学年
定5人(先着順)※ぬいぐるみは1人1体、
同イベントに初めて参加する方に限る

申問 カウンターへ直接※申込みは保護者に
限る 申込開始日 2月10日(出) 場・問 中
央図書館谷中分室 TEL (3824) 4041

●しおりをつくろう! 時3月2日(出)10:
00～11:00、10:30～11:30 場 根岸
社会教育館 対小学生以上※小学3年生ま
では保護者同伴 定各10人(先着順)

申込開始日 2月10日(出) 申・問 根岸図書
館 TEL (3876) 2101

石浜図書館50周年イベント

●読書ビンゴ

日程 3月3日(日)まで(ビン
ゴカードの配布は2月25日
(日)まで)

●こどもの本リサイクルフ
ェア 時 2月24日(出)9:30
～18:30、25日(日)9:30～
16:30



詳しくはこちら



詳しくはこちら

◆以降、上記記事の共通項目◆

場・問 石浜図書館 TEL (3876) 0854

連携都市・滋賀県長浜市 「湖北・長浜観音文化パネル展、 講演会」

●パネル展 時 2月21日(火)～3月4日(月)
9:00～20:00※最終日は16:00まで

●講演会「地域の仏像を守りつなぐ」～観
音の里・長浜と仏像修理工房・三乗堂～

時 2月24日(出)13:30～15:00 定50人
(先着順) 申 電子申請 申込受付期間 2月
6日(火)12:00～22日(木)17:00

◆以降、上記記事の共通項目◆

場 浅草文化観光センター
問 滋賀県長浜市文化観光課
歴史まちづくり室

TEL 0749 (65) 6376
台東区都市交流課

TEL (5246) 1016



詳しくはこちら

友好都市・栃木県日光市観光展 ～水のある風景と日光彫を巡る～

●パネル展・映像放映 時 2月16日(金)～
19日(月)9:00～20:00※パネル展の初日
は13:00から、最終日は15:00まで

●日光彫体験 時 2月17日(土)・18日(日)

●360°ダムVR体験

時 2月16日(金)～19日(月)

◆以降、上記記事の共通項目◆

場 浅草文化観光センター

問 栃木県日光市観光協会

TEL 0288 (22) 1525

鬼怒川ダム統管理事務所

TEL 028 (661) 7764

台東区都市交流課

TEL (5246) 1193



詳しくはこちら

世界遺産区民講座 「着せ替えドミノで工作する、 あなただけのミュージアム」 (建築ワークショップ)

時 3月16日(出)①10:00～12:30

②14:30～17:00 場 区役所10階会議
室 対区内在住か在学の小学3～6年生と
保護者 定各15組30人(抽選)

申往復はがきに記入例 1 (受講希望回を
希望順に記入)・2・参加者全員の 3 4、
子供の 6・学年を書いて問へ(電子申請
可) 締 2月19日(月) (必着)

問 〒110-8615

台東区役所都市交流課

TEL (5246) 1193



詳しくはこちら

ミレニアムホールふれあいコン サート 「おとあそび」親子音楽会」

時 3月2日(出)14:00～15:30

場 生涯学習センターミレニアムホール

対小学生以下の子供と家族

定300人(抽選、全席指定)

出演 東京藝術大学の教員・学生・卒業生

曲目 おはながわらった、
さんぽほか 費500円(子
供無料) 締 2月15日(休)

申・問 生涯学習課

TEL (5246) 5812



詳しくはこちら

台東区ジュニアオーケストラ アンサンブル部スプリングコン サート

時 3月10日(日)13:30開場、14:00開演

場 生涯学習センターミレニアムホール

申 入場整理券を2月7日(火)より生涯学習セ
ンター1階受付(第1・3・5月曜日休館)
で配布

曲目 ブランデンブルク協奏曲第3番(J.
S.バッハ)、小交響曲変ホ短調(C.グノー)
ほか 問 生涯学習課

TEL (5246) 5851

上野学園大学による午後のコン サート・シリーズ34 弦楽と ピアノとオーボエ 春の宴

時 3月7日(木)13:00開場、14:00開演

出演 上野学園大学学生ほか 内 弦楽合
奏ほか 入場料 500円 申 電子申請か
問へ 予約開始日時 2月21
日(水)10:00※未就学児入場
不可 場・問 旧東京音楽学
校奏楽堂

TEL (3824) 1988



詳しくはこちら

台東区長賞受賞作品を展示して います

期間(予定) 3月12日(火)まで

展示作品 令和4年度受賞「火星人の夢」
(中島舞)、令和4年度受賞「かき」(土屋玲)

場 区役所1階台東アートギャラリー

問 文化振興課 TEL (5246) 1153

台東区芸術文化支援制度対象企 画

●りんりんふえす山谷 アーティストのみ
ならず、多様な人々がともに音楽を楽しみ、
互いを感じ合う場を創出します。

時 3月3日(日)14:00～19:30 (13:30開
場) 場 玉姫公園 問 「りんりんふえす」
山谷開催実行委員会

Eメール singwithyourneighbors@gmail.
com

●でんちゅうさん みつけたよ 手話や文
字の視覚的言語を用いたインスタレーショ
ンパフォーマンスを行います。

時 3月10日(日)18:30～20:30 場 浅草
花やしき(浅草2-28-1) 費3,000円
問 萩原昌子(Sasa/Marie)

Eメール read.taste.music@gmail.com

◆以降、上記記事の共通項目◆

問 台東区文化振興課

TEL (5246) 1153



詳しくはこちら

おはなし処 ボランティアとはっぴい

障がい当事者の近くに居る人たちからお話
を伺います。時 3月1日(金)14:00～16:00

対区内在住か在勤(学)の方 定20人(先
着順) 内 参加者同士での交流会・質問会
(障がい者施設販売商品飲
食予定) 申 電子申請
締 2月22日(木) 場・問 台東
区社会福祉協議会

TEL (3847) 7065



詳しくはこちら

日本語スピーチ交流会 外国にルーツのある方のスピー チを聴きに来ませんか?

時 3月2日(出)14:00～16:00

場 生涯学習センター

対区内在住か在勤(学)または区内で日本
語ボランティアをしている
方 定20人(先着順)
申 電子申請か問へ
問 人権・多様性推進課

TEL (5246) 1116



詳しくはこちら

リサイクル

●花川戸公園フリーマーケ
ット出店者募集

日程 3月3日(日)・17日(日)

問 清掃リサイクル課

TEL (5246) 1018



詳しくはこちら

●生ごみ減量啓発イベント「循環生活～コ
トハジメ～」 時 3月2日(出)10:00～16:
00 場 御徒町パンダ広場(上野3-26)

内 コンポストでの生ごみの循環、「循環型
のライフスタイル」をテー
マにした区内事業者による
マルシェ、ワークショップ
など 問 清掃リサイクル課

TEL (5246) 1018



詳しくはこちら

5年度台東区地域活動団体パネ ル展

時 2月20日(火)まで9:00～21:00※最終
日は10:00まで 場 生涯学習センター

問 台東区社会福祉協議会

TEL (3847) 7065

あなたの体の健康度、チェック してみませんか? (予約制)

時 3月25日(月)9:30、10:00、10:30、
11:00 (1回30分程度) 場 台東保健所

対 国民健康保険か後期高齢者医療制度の
加入者 定各6人(先着順) 内 血圧、握
力、骨密度(素足で測定)、血管年齢、物
忘れ度の測定およびその結果説明と助言

申込開始日時 2月22日(木)10:00

申・問 国民健康保険課

TEL (5246) 1251

講座・相談会など

フラワーアレンジメント教室

時 3月27日(火)10:00～12:00 対 区内
在住の身体障害者手帳か愛の手帳(4度程
度)をお持ちの方 定10人(先着順)

費1,000円(材料費) 申 記入例 1～4
を電話かファクスで問へ 場・問 障害者
自立支援センター(松が谷福祉会館内)

TEL (3842) 2672

FAX (3842) 2674

2025年の大河ドラマを先取り ～講演会「江戸吉原の文化芸術 蔦屋重三郎の時代を中心に」～

時 4月4日(木)18:30～20:00

場 生涯学習センターミレニアムホール

定300人(抽選) 講 古田亮氏(東京藝
術大学大学美術館教授)

申 往復はがきに記入例 1

～4を書いて問へ(電子申
請可) 締 3月8日(金) (必
着) 問 文化振興課

TEL (5246) 1153



詳しくはこちら

笑って元気教室「漫才と体操」

時 3月13日(火)14:00～15:10 対 区内
在住か在勤の40歳以上の方 定28人(抽
選) 出演 キラーコンテンツ、ぽ～くちょ
っぴ 申 往復はがきに記入例 1～5を書
いて問へ 締 2月20日(火) (必着)

場・問 〒111-0031 千束3-28-13
千束健康増進センター

TEL (5603) 0085

健康づくり教室(予約制)

血液検査結果の意味を知り、食事や簡単な
ストレッチ、口腔ケアのポイントを学びま
しょう。時 2月29日(火)18:00～19:30

場 台東保健所 対 おおむね75歳未満の区
内在住か在勤の方で、糖尿病等の治療をし
ていない方 定20人(先着順)

持飲み物※動きやすい服装で参加

申・問 台東保健所保健サービス課

TEL (3847) 9440

環境学習室登録制プログラム

問合せ 環境ふれあい館ひまわり TEL (3866) 2011



プログラム	ピオトープ調査隊	くらまえ田んぼクラブ
内容	精華公園ピオトープで生きものと触れ 合う自然体験、管理体験	種もみの準備～収穫とその後試食まで 体験
対象	区内在住か在学の小学3～6年生	区内在住・在勤(学・園)の5歳～小学2 年生とその保護者
定員	12人(抽選)	8組16人(抽選)
活動日時	第1または第2日曜日13:30～15:30	第2または第3日曜日10:30～12:00頃
申込方法	パンフレット(問)で配布)または環境 学習室HPの実施概要を確認の上、登録 申込書を問へ持参(電子申請可)	電話または電子申請での資料請求後、 資料をよく読んで後申込み※資料請求 は2月6日(火)10:00～16日(金)17:00
申込期間	2月6日(火)10:00～3月3日(日)17:00	詳しくは、お問合せください。

【はがきでの申込みについて】●台東区役所と生涯学習センターのみ、郵便番号を記載すれば住所を省略できます。台東区役所は「〒110-8615」、生涯学習センター(中央図書館ほか)は「〒111-8621」です。(例) 〒110-8615 台東区役所〇〇課 ●往復はがきでの申込みは返信表面に住所・氏名を書いてください。

ことぶき教室(前期)

時 4~9月 対 3月31日現在、区内在住の60歳以上の方 費 実費(教材費)
申 応募用紙(場等で配布)を場へ持参(問へ郵送可) 締 3月12日(必着)
問 〒110-0015 東上野2-25-14 老人福祉センター TEL (3833) 6541

Table with 4 columns: 場所, 教室名, 日時, 定員(抽選). Lists various classes like Smartphone, Tai Chi, and Yoga at different centers.

*①は10:00~11:30、②は13:30~15:00

高齢者施設ボランティア育成講座(入門講座)

時 3月8日(金)10:00~13:30 場 三ノ輪福祉センター 対 高齢者施設のボランティアや介護の仕事に関心のある方 定 6人(先着順)
締 3月6日(水) 申・問 台東区社会福祉事業団 TEL (5603) 2228



詳しくはこちら

ひな祭り手作りワークショップ ~つるしびなを作ろう~

時 3月2日(土)13:00~16:00 (1回20分程度) 場・問 浅草文化観光センター TEL (3842) 5566

シルバー人材センターの催し

●パソコン講座1「エクセルの応用」
時(全3回) 3月6日(水)・8日(金)・13日(水) 10:00~12:00 定 6人(抽選)
費 3,000円(3回分)

●パソコン講座2「初めてのパソコン」
時(全3回) 3月7日(木)・11日(月)・14日(木) 10:00~12:00 定 6人(抽選)
費 3,000円(3回分)
●パソコン「無料なんでも相談会」
時 3月15日(金)・25日(月)①10:00~11:00 ②11:00~12:00 定 各5人(抽選)
◆以降、上記記事の共通項目◆

対 区内在住の60歳以上の方 申 往復はがき(1人1枚)に記入例①~⑤(相談会は希望日時・相談内容)を書いて問へ 締 2月20日(必着) ※定員に満たない場合、21日(水)以降に電話で受付 場・問 〒110-0015 東上野1-28-5台東区シルバー人材センター TEL (5817) 4919

ICTリテラシー向上支援講座 生涯学習センターを使いこなそう!情報検索講座

時 3月6日(水)10:00~12:00 場 生涯学習センター 対 区内在住か在勤(学)の16歳以上の方 定 10人(抽選)
持 スマートフォン(タブレット)、本人確認書類、イヤホン 申 往復はがきに記入例①~⑤、在勤(学)の方は⑥~⑧を書いて問へ(電子申請可)
締 2月26日(月)(必着) 問 〒111-8621 生涯学習センター生涯学習課 TEL (5246) 5811



詳しくはこちら

暮らしに役立つ講座 「美味しく時短!冷凍食品を活用しよう」~購入・保存・解凍・調理の方法を学ぶ~

時 3月7日(木)14:00~15:30 場 生涯学習センター 対 区内在住か在勤(学)の方 定 30人(先着順) ※託児(6か月以上の未就学児・5人程度)あり 講 (一社)日本冷凍食品協会 申 電話またはファクスで記入例①~④、在勤(学)の方は⑥⑦を書いて問へ(電子申請可) ※託児希望の方は子供の③⑤・性別を2月28日(水)12:00までに問へ 問 暮らしの相談課 TEL (5246) 1144 FAX (5246) 1139



詳しくはこちら

ひきこもりに関する①講演会「ひきこもりのご家族ができること」②個別相談会③茶話会

時 3月10日(日)①10:00~11:30 ②13:00~17:00 ③13:00~14:30 場 区役所10階会議室 定(先着順) ①50

人 ②6組(1組55分程度) ③10人※台東区・千代田区・文京区在住の方優先
講 ①益田裕介氏(早稲田メンタルクリニック院長) ②③臨床心理士
申 電子申請か問へ
締 3月1日(金)
問 子育て・若者支援課 TEL (5246) 1341



詳しくはこちら

講座「北欧から学ぶジェンダー平等~誰もが自分らしく豊かに暮らせる社会とは~」

時 3月9日(土)14:00~16:00 場 生涯学習センター・オンライン(Zoom) 定 20人(先着順) 講 浅井亜希氏(東海大学文化社会学部北欧学科講師) 申 電話かメールまたはファクスで記入例①③④、メールアドレス、オンラインはZoom表示名を申込先へ ※会場受講は託児(1歳以上の未就学児)あり。希望の方は子供の③・月齢を3月1日(金)18:00までに申込先へ 申込先 ヒューマンアカデミー(株) TEL (5348) 2039 (土・日曜日・祝日を除く10:00~18:00) FAX (6846) 1236
Eメール taito_caz5@athuman.com 問 男女平等推進プラザ TEL (5246) 5816



清島温水プール水泳教室 ウォーターエクササイズ

時(全6回) 4月12日~5月24日の金曜日(5月3日祝を除く) 11:00~11:45 対 区内在住・在勤(学)の高校生以上の方 定 30人(抽選) 費 500円(6回分・保険料・利用料含む) 申 往復はがき(1人1枚)に記入例①~④を書いて問へ 締 3月11日(月)(必着) ※定員に満たない場合は締切日以降もフロントにて受付。

講 野村不動産ライフ&スポーツ(株) ※詳しくは、清島温水プールHPをご覧ください。 場・問 〒110-0015 東上野6-16-8 清島温水プール TEL (3842) 5353



詳しくはこちら

スポーツ教室

●スポーツひろば ヨガ教室 [スポーツ推進委員運営校]

時(全3回) 3月15日~29日の金曜日 19:30~20:30 (受付19:15) 場 生涯学習センター 対 区内在住か在勤(学)の方 定 20人(先着順) 講 安藤典子氏(ヨーガ禅道友会教師) 費 2,000円(参加費・保険料含む)
申込期間 2月13日(水)9:00~3月5日(火)17:00 申 申込書と費を問へ持参 問 スポーツ振興課 TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

●たなかクラブ ジャズダンスエクササイズ教室 時(全4回) 3月1日~22日の金曜日 19:00~20:30 場 たなかスポーツプラザ 対 区内在住・在勤(学)の中学生以上の方 問 たなかクラブ

TEL (3875) 2860 (木曜日13:00~17:00、金曜日17:00~20:00) 台東区スポーツ振興課 TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

●チャレンジスポーツ教室~ドイツ生まれのボール遊び「バルシューレ」を体験しよう!~ 時 3月9日(土)10:00~13:00

場 台東リバーサイドスポーツセンター第1競技場 対 区内在住か在勤(学)の3歳~小学6年生 問 スポーツ振興課 TEL (5246) 5853



詳しくはこちら

ふれあい介護予防教室(転倒予防体操と健康ミニ講座)

時 4~6月は13:30~15:00、7~9月は10:00~11:30、10~7年3月は13:30~15:00 対 区内在住のおおむね65歳以上の方 申 問 か地域包括支援センターに直接申込みまたは、はがきに希望会場名(①~⑦)・記入例①~⑤を書いて問へ 締 3月1日(日)(消印有効) 問 〒110-8615 台東区役所高齢福祉課 TEL (5246) 1295

Table with 4 columns: 会場名, 場所, 日程, 定員(抽選). Lists various venues and dates for the prevention classes.

自主学习支援事業 クラブ員募集

問合せ 生涯学習課 TEL (5246) 5815

●台東区少年少女発明クラブ

木工・電気工作・プログラミング等を通して、ものづくりの基礎を学びます。

活動期間 4月13日(土)または14日(日)の開講式~7年3月

コース名・活動日時

土曜日コースは第1・3土曜日14:00~16:00、日曜日午前コースは第1・3日曜日10:00~12:00、日曜日午後コースは第1・3日曜日14:00~16:00

対 4月現在、区内在住か在学(学)の小学3年~中学生 定 各コース32人(抽選)

費 3,000円(教材費・傷害保険料)

締 3月22日(金)17:00

◆上記記事の共通項目◆ 場 生涯学習センターほか※施設見学等は実費 申 電子申請



●知る・作る・学ぶ講座

時 5月~7年2月

対 区内在住か在学(学)で別表の対象に該当する方

費 1,500~3,000円(教材費・傷害保険料)

締 3月22日(金)



Table with 5 columns: クラブ名, 対象, 日時, 内容, 募集人数. Lists various clubs and their details.

第1期 硬式テニス教室

●日程 4月3日(水)～6月13日(木)※上級クラスを初めて受講する方は、事前のレベルチェック(3月21日(木)19:00を予定)が必要
 ●対 区内在住か在勤(学)の高校生以上の方(未経験者不可)
 ●持 運動着、シューズ、ラケット
 ●申(抽選) 往復はがき(1人1枚・1クラス)に記入例①～⑤、在勤(学)の方は⑥⑦を書いて問へ(電子申請可)※重複申込・記入漏れ無効 締2月23日(祝)(必着)
 ●場・問 〒111-0024 今戸1-1-10 台東リバーサイドスポーツセンター
 ●TEL (3872) 3181

曜日	クラス	時間	定員	受講料
木曜	初級①	9:10～10:40	15人	12,000円
	初級②	10:45～12:15	15人	
	初級③	13:30～15:00	15人	
	初級④	15:15～16:45	15人	15,000円
	初級⑤	17:55～19:25	15人	
	中級A	9:30～11:00	30人	
水曜	中級B	11:15～12:45	30人	12,000円
	中級C	13:30～15:00	15人	
	中級D	15:15～16:45	15人	
	中級E	17:55～19:25	15人	15,000円
	中級F	19:30～21:00	30人	
	中級G	17:55～19:25	15人	
	上級	19:30～21:00	15人	17,000円

区民のひろば

この欄の掲載記事は、区が主催する事業ではありません。内容については、当事者間で責任を持っていただきます。
 詳しくはこちら

▶問合せ 広報課 TEL (5246) 1021 FAX (5246) 1029

催しものなど

- みつげよう! 台東～浅草平和史跡めぐり～
 時 3月2日(土)10:00～12:00
 場 雷門交番裏集合～言問橋空襲の碑解散
 ※少雨決行 定 20人(先着順)
 締 2月20日(水)※詳しくは、台東区観光ボランティアの会HPをご覧ください。
 申・問 台東区観光ボランティアの会(土・日曜日・祝日を除く10:00～16:00)
 TEL (3842) 5599
- 第41回台東区民のためのやさしい健康教室「乳がん」て、こわい病気?～乳腺の病気いろいろ～
 時 3月18日(月)13:30～14:15 場 台東保健所3階大会議室 講 大幸和加子氏(上野くろもんクリニック院長)※講演終了後、医療相談(乳腺科・外科・眼科)を実施(受付は14:30まで) 問 下谷医師会
 TEL (3831) 0077
- 浅草寿地区健康推進委員主催「ことぶきフェスタ～世代をこえて楽しく遊んで健康度チェック～」
 時 3月2日(土)13:30～15:30(受付は13:15) 場 寿区民館 内 骨密度・血管年齢・

血圧・握力測定※動きやすい服装、履き慣れた靴で参加 問 浅草寿地区健康推進委員リーダー 大久保
 TEL 080 (1164) 1996

- 上野地区健康推進委員健康学習会「みんなでポッチャを体験してみよう!」
 時 2月23日(祝)9:45～12:00(受付は9:30) 場 上野区民館 持 飲み物※動きやすい服装、履き慣れた靴で参加 問 上野地区健康推進委員リーダー 油木
 TEL (3827) 9830
- 社会教育センター・社会教育館指定管理者主催 プロが診断!あなたに似合う色～メイク、ファッションをもっと楽しく!もっと自分らしく!～
 時(全2回)内 ①3月11日(月)13:00～15:00・自分に似合う色(パーソナルカラー)、メイクの方法 ②25日(月)13:00～15:00・自分に合った服装えらび 対 16歳以上の方 定 20人(先着順) 講 水谷智慧氏(株カラーワークチュール服飾研究所)
 費 3,500円 申込開始日時 2月5日(月)13:00 場・申・問 今戸社会教育館
 TEL (3873) 4140
- ボーイスカウト台東第2団「体験集会」
 時 3月3日(日)13:30～15:30 場 山伏会

館(北上野2-4-6) 対 5歳～小学6年生の男女(6年4月1日時点) 定 20人(先着順) 内 ボーイスカウト活動体験等(参加賞のお土産あり)※保護者対象の説明会あり 申 電話かボーイスカウト台東第2団HPのフォームから申込み 締 2月29日(水) 問 ボーイスカウト台東第2団 団委員長 岡田 TEL 090 (4670) 9485

- 清島温水プール水泳教室(指定管理者による自主事業)
 ①幼児水泳教室
 時(全8回) 4月13日～6月8日の土曜日(5月4日(祝)を除く) 対 区内在住・在園の3歳以上の未就学児 締 3月11日(月)21:00
- ②3年生からの泳力向上教室
 時(全8回) 4月14日～6月9日の日曜日(5月5日(祝)を除く) 対 区内在住か在学の小学3～6年生 締 3月11日(月)21:00
- ③第1期水曜日ジュニア水泳教室
 時(全8回) 4月10日～5月29日の水曜日 対 区内在住か(園)の年長～小学生 締 3月9日(土)21:00
- ④第1期木曜日ジュニア水泳教室
 時(全8回) 4月11日～5月30日の木曜日 対 区内在住か(園)の年長～小学生 締 3月9日(土)21:00

◆以降、上記記事の共通項目◆
 ※クラス・時間・定員は清島温水プールHPをご覧ください。 講 野村不動産ライフ&スポーツ(株) 費 9,600円(8回分・保険料・利用料含む) 申 清島温水プールHPから申込み※定員に満たない場合は締切日以降もフロントにて受付。
 場・問 清島温水プール TEL (3842) 5353

- 東京都主催「キッズ伝統芸能体験」発表会～一流の実演家に学んだ小中高生の発表とプロによる迫力の舞台(トーク付き)～
 内・時 能楽・3月20日(祝)13:30、長唄・3月27日(水)15:00、三曲・28日(木)12:00、日本舞踊・28日(木)17:45 場 浅草公会堂※能楽は別会場 申 キッズ伝統芸能体験HPから 締 3月10日(日)
- 問(公社)芸団協内「キッズ伝統芸能体験」事務局 TEL (5909) 3060
- 荻原博子氏特別講演会「明日につながるマネー講座～おかねと生活と未来の話～」
 時 3月11日(月)18:00～19:30 場 東天紅上野本店3階「鳳凰の間」(池之端1-4-1) 定 300人(先着順) 講 荻原博子氏(経済評論家・ジャーナリスト) 申 上

野法人会HPから問へ 締 2月28日(水)
 問(公社)上野法人会 TEL (5818) 1151

- 映画のひろば「警察日記」
 時 3月6日(水)・8日(金)10:15、13:15
 定 各40人(先着順) 申 問へ電話か直接
 申込開始日 2月7日(水) 場・問 浅草寺福祉会館(浅草2-31-8)
 TEL (3844) 5225

官公署だより

- ハローワーク上野就職支援セミナー参加者募集(予約制)
 ①書類作成セミナー 時 2月14日(水)14:00～15:30 ②就職セミナー(39歳以下の方対象) 時 2月28日(水)14:00～15:30 ③シニア就職準備セミナー(60歳以上の方対象) 時 2月16日(金)14:00～15:15 場・申・問 ハローワーク上野
 ①② TEL (3847) 8609 41#
 ③ TEL (3847) 8609 42#
- シニアお仕事フェアin台東区
 時 3月7日(水)12:00～17:00 場 東京都立産業貿易センター台東館(花川戸2-6-5) 対 55歳以上の求職者 定 80人(先着順)※詳しくは、シニア就業支援キャラバンHPをご覧ください。
 申・問 シニア就業支援キャラバン事務局
 TEL (6256) 9092
- ダンディ坂野さんと一緒に防火防災の知識をGET!! トークイベント
 時 3月6日(水)13:30～14:00
 場 生涯学習センターミレニアムホール※詳しくは、浅草消防署HP、東京消防庁公式アプリをご覧ください。
 問 浅草消防署予防課防火管理係
 TEL (3847) 0119
- 子供・保護者専用性被害相談ホットライン(24時間365日)
 都では、性被害に遭った子供やその保護者が相談しやすい専用相談窓口を「東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センター」に開設しています。
 内 電話による相談対応、対面相談・カウンセリング等の精神的ケア、病院・警察等への付添支援
 TEL 0120 (333) 891(都内から・無料)
 TEL (6811) 0850(都外から・有料)
 問 東京都人権施策推進課
 TEL (5388) 2589

俳句

初詣気長に待てと御籤より
 めてたさを枕の下へ宝船
 福ぶくと鶏舎間借りの初雀
 七草や七つ言へない粥の中
 初詣願ひを託す小さき手
 雨催ひ日毎続くや浅き春
 初春や夕焼け空と白い月
 七草名諳んじ食むやひとり膳
 春来たりラジオ体操二三
 米寿来て健康の七草粥

加藤昭子
 田口幸子
 由川玉蔵
 山脇美和子
 袴田恒子
 原静子
 斎藤まさ子
 横田夢
 田近健治
 横堀やす江

台東区 俳句同好会
 ▼問合せ 台東区俳句同好会
 諏訪員巨 TEL (3873) 2958

春着縫ふ丸き背の母鼻眼鏡
 七草を炊いてホームの姉と食ふ
 七草粥炊きて賑はふ家族かな
 夫婦箸七草粥にそつ置き
 青空を平泳ぎせり梯子乗
 初夢の母の笑顔や白む空
 年毎に少な少なの年賀状
 走る子の空つづぬけに初笑ひ
 祝膳に梅の小枝のそへらるる
 異国語の交る浅草初詣

永井サカエ
 松尾かつ子
 岩浪志津子
 諏訪員巨
 箱守田鶴
 石川カヨ子
 菊地ミネ
 西村俱子
 山本玲子
 見月美知代