

シニア向け講座

楽しく体を動かしましょう

▶問合せ先 高齢福祉課高齢者支援担当 ☎5744-1624 FAX5744-1522

1 元気アップ教室

健康維持・介護予防のために、体操やヨガを行います。
▶対象 区内在住の65歳以上で、医師などから運動制限を受けていない方
▶日時 ①前期=4月1日~9月30日②後期=10月1日~3月31日
※いずれも月~金曜の午前中1時間
▶会場 老人いこいの家
▶申込方法 前期、後期ともに3月15~19日に希望する元気アップ教室を開催する会場へ来所
※前期か後期のどちらかのみ

2 頭とからだの椅子ストレッチ 前期(4~9月)

椅子に座って映像を見ながらストレッチや体操を行います。マスク着用、タオル・飲み物を持参
▶対象 区内在住の65歳以上で、医師などから運動制限を受けていない方
▶申込方法 希望する会場へ①~④電話、⑤~⑦往復はがき(記入例参照。生年月日も明記)。3月25日必着・締め切り。1人1会場(①~③はいずれかの曜日)まで

Table with 5 columns: 会場・申込先, 曜日, 時間, 定員(抽選), 初回開催日. Lists 7 different locations and their respective schedules.

3 いきいきシニア体操(75歳以上) 前期(4~9月)

マスク着用、タオル・飲み物を持参
▶対象 区内在住の75歳以上で、医師などから運動制限を受けていない方
▶定員 抽選で各会場10名(六郷地域力推進センターは20名)
▶申込方法 申込先へ往復はがき(記入例参照。生年月日、希望会場も明記)。3月25日必着。1人1会場まで

Table with 5 columns: 会場, 曜日, 時間, 初回開催日, 申込先. Lists 10 different locations and their respective schedules.

区役所本庁舎の

夜間、土日窓口の開設日が変わります

4月1日から本庁舎の戸籍住民窓口とうぐいすネット窓口(母子健康手帳等交付業務を含む)の夜間窓口は月・木曜、土日窓口は日曜のみ開設となります。詳細は区HPをご覧ください。

▶問合せ先 戸籍住民課戸籍住民担当 ☎5744-1185 FAX5744-1513
地域力推進課区民施設担当 ☎5744-1229 FAX5744-1518
健康づくり課健康づくり担当 ☎5744-1661 FAX5744-1523



詳細はコチラ



守っていますか! 自転車に子どもを乗せるときのルール・マナー

自転車は気軽に利用できて便利ですが、「被害者」にも「加害者」にもなり得る乗り物です。電動アシスト付き自転車はスピードが出やすく、特にお子さんを乗せていると車体が不安定で危険です。大切なお子さんの命を守るためにも、いま一度、交通ルールとマナーを守って運転しましょう。

自転車安全利用五則

- 1 自転車は車道が原則、歩道は例外(標識、道路状況などにより走行可能)
2 車道は左側を通行(右側通行は禁止)
3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
4 安全ルールを守る(※)
5 子どもはヘルメットを着用(同乗する場合も着用)
(※)自転車のルール
・飲酒運転、2人乗り、並進の禁止
・スマートフォン、傘差し運転などのながら運転の禁止(大田区条例)
・夜間はライトを点灯させる
・交差点では信号遵守、一時停止、安全確認を行うこと
・自転車損害賠償保険への加入(東京都条例)

自転車に子どもを乗せるときのルール・マナー

- 乗せることができるのは6歳未満の幼児2人まで。2人乗せる場合は「幼児同乗用自転車」を利用すること(※)
●抱っこは禁止(※)
●子どもを座席に乗せたまま、その場を離れない
(※)『東京都道路交通規則第10条』より
▶問合せ先 都市基盤管理課 交通安全・自転車総合計画担当 ☎5744-1315 FAX5744-1527



新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

大田区における新型コロナウイルス感染症対策については、区HPをご覧ください。



詳細はコチラ▶

症状がある・感染が疑われる方/新型コロナ受診相談窓口

東京都発熱相談センター(24時間対応) ☎5320-4592
大田区相談センター(平日午前9時~午後5時) ☎5744-1360 FAX5744-1524

感染への不安のある方

東京都新型コロナコールセンター(午前9時~午後10時/土・日曜、休日も対応) ☎0570-550571
※多言語(日・英・中・ハングル)による相談も可 FAX5388-1396

【ご注意ください】新型コロナワクチン接種の関連詐欺

- 接種は無料です。接種のために金銭を要求されることはありません
●ワクチンの接種券が届く前に、区や国などの職員から連絡が来ることはありません
●「ワクチン接種のご案内」をかたった不審なメールには返信しない・URLは開かないでください

不安なことがあったら新型コロナワクチン詐欺消費者ホットライン(☎0120-797-188)へ

プラザ 催し物案内

詳細は情報誌「Art Menu」をご覧ください。特別出張所や図書館、文化センターなど区内の主な施設や駅で配布しています。★記載事項のない公演への未就学児の入場はご遠慮願います

大田区民プラザ定期公演(小ホール・全席指定)

下丸子JAZZ倶楽部 SHINPEI with FRIENDS REUNION
オンライン先行発売日 3月13日(土)正午
一般発売日 3月17日(水)

●出演 井上信平(FI)、中島徹(Pf)、斎藤クジラ誠(Bs)、藤井摂(Drs)、伊丹雅博(Gt)
4月15日(木)午後6時30分開演 2,500円
遅割(午後7時30分から)1,500円※当日に残席がある場合のみ

下丸子らくご倶楽部 一般発売日 3月17日(水)

- 出演 桃月庵白酒、立川志ら乃
●ゲスト 春風亭一之輔
●若手バトル 柳家小もん、立川だん子



4月16日(金)午後6時30分開演 2,500円

チケット予約専用電話 (午前10時~午後7時) ☎3750-1555

チケットはHPからもお求めいただけます https://www.ota-bunka.or.jp/
オンラインは一部対象外の公演を除き5%相当割引(別途手数料あり)
★新型コロナウイルス感染症防止のため、公演内容が変更になる場合があります
※一般発売初日の午後2時から公演
●大田区民プラザ ☎3750-1611 ●アプリコ ☎5744-1600
●大田文化の森 ☎3772-0700
●(公助)大田区文化振興協会 ☎3750-1611 FAX3750-1150