

接種事業の
進捗に伴い

新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ

接種を希望される方への**集団接種**を 11月をもって**完了**し、大幅に縮小します

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、接種を希望される方は、予約受付期間中に必ずご予約ください。

▶ 集団接種会場のスケジュール

→ 武田/モデルナ社 → ファイザー社

| ワクチンの種類 | 接種会場 | 接種期間 | | | |
|----------|--------------------------------------|------|-----|-----|--|
| | | 9月 | 10月 | 11月 | 12月～令和4年2月 |
| 武田/モデルナ社 | アプリコ(蒲田5-37-3) | → | | | 接種終了 10月から、 武田/モデルナ社から ファイザー社の会場に 変更します。 |
| | 産業プラザ(南蒲田1-20-20) | → | | | |
| ファイザー社 | キャノン株式会社下丸子体育館 (下丸子3-29-1) | → | → | | |
| | 日本工学院専門学校12号館「ギャラリー鴻」 (西蒲田5-24-1) | → | | | |

※縮小後は新たに12歳になる方、区に転入される方などに向けて、12月以降も接種を行います。詳細は随時区HPでお知らせします

▶ 予約受付期間

武田/モデルナ社

予約締め切り

10月22日まで

ファイザー社

予約締め切り

10月29日まで

接種を希望される方は予約受付期間中に
必ず1回目・2回目をご予約ください。締め切り間際になると、希望日に予約が取れない場合
がありますので、お早めにご予約ください。予約に
ついては▶
コチラ

ご予約

- コールセンター(☎6629-6342)
- 大田区予約受付システム

予約受付システムはコチラ▶



妊娠中の方などへのワクチン接種

集団接種会場(武田/モデルナ社、ファイザー社)の優先予約枠を設けています。希望される方は、大田区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターに、お早めにご連絡ください。

▶対象 妊娠中の方、夫、パートナー、同居されているご家族の方



● ワクチン接種の最新情報

そのほか、若年層(12~29歳)の方への優先予約などの最新情報はコチラ▶



▶ 個別接種

個別接種についても、段階的に縮小します。接種終了日は医療機関ごとに異なります。詳細は区HPをご覧ください。

詳細は
コチラ▶>> 大田区の接種状況 進んでいます

円滑なワクチン接種にご協力いただきありがとうございます。大田区の9月13日時点の総接種状況(12歳以上の総数)は1回目接種済み71.4%(うち2回目接種済み53.1%)となっています。

詳細は
コチラ▶

ワクチン接種後も

引き続き感染対策をお願いします



手洗い・消毒



換気



マスク着用



ソーシャルディスタンス

▶ 問合先 大田区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター(月~土曜、午前8時30分~午後5時15分 ※休日を除く)

☎6629-6342 ☎5744-1574

暮らしの情報箱

記入例

- ①催しなどの名称
- ②〒住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢(学年)
- ⑤電話番号
- ⑥その他必要事項

福祉

東京都シルバーパス新規購入

発行日(10月1日以降)から令和4年9月30日まで都営交通・都内民営バスを利用できます。

☑都内在住の70歳以上の方

①住民税が非課税か令和2年の合計所得金額が135万円以下の方=1,000円
※譲渡所得の特別控除適用がある方は、135万円を超えても該当する場合があります。問合せ先にご確認ください

②そのほかの方=20,510円

☑本人確認書類(健康保険証やマイナンバーカードなど)を最寄りのバス営業所へ持参

※①の方は、介護保険料納入通知書や課税(非課税)証明書なども必要

☎(一社)東京バス協会 ☎5308-6950

福祉有償運送をご利用ください

NPO法人などの5団体が運行する有償移送サービスです。事前に利用する団体への会員登録、年会費などが必要です。ボランティア運転員も募集中です。詳細はお問い合わせください。

☑要介護・要支援認定を受けている、障がいがあるなど、1人で公共交通機関を利用することが難しい方

☎福祉管理課調整担当 ☎5744-1721 ☎5744-1520

市民後見人養成講習受講者募集説明会

市民後見人とは、弁護士などの資格を持たず社会的な精神に基づき後見業務を行う一般の方です。説明会へ参加を希望する方はお申し込みください。

☑区内で成年後見業務を行う意思のある、令和4年4月1日時点で64歳以下の方

☎11月5日(金)午後2時~3時30分
☎消費者生活センター
☎先着15名
☎問合せ先へ電話かFAX(記入例参照)
☎福祉管理課調整担当 ☎5744-1244 ☎5744-1520

心身障害者福祉手当の支給

詳細は、区HPか問合せ先へご確認ください。手当受給の方は手続き不要です。

●手当月額 4,500円~17,500円
☑64歳以下で次のいずれかに該当する方

- ※施設入所者を除く
- ①身体障害者手帳1~3級、愛の手帳1~4度、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかを持っている
- ②脳性まひ・進行性筋萎縮症
- ③特殊疾病

☎問合せ先か地域福祉課へ次の全てを持参
・各種手帳か特殊疾病臨床調査個人票
・本人名義の通帳
・印鑑
・マイナンバーが記載されている書類
・身元確認書類
☎障害福祉課障害者支援担当 ☎5744-1251 ☎5744-1555

こども

児童手当の振り込みをご確認ください

6~9月分を10月8日に振り込みます。金融機関によっては2~3日入金が遅れる場合があります。

※振り込みがない場合は、現況届が未提出の可能性ありますので、ご連絡ください

●手当額 月額5,000円~15,000円
※お子さんの年齢や保護者の所得額により、手当額は異なります

☎子育て支援課こども医療係 ☎5744-1275 ☎5744-1525

外国籍のお子さんの区立小・中学校への就学申し込み

2022年4月に区立小・中学校に入学を希望する外国籍のお子さんは、申し込みが必要です。10月上旬に就学案内を郵送します(新中学1年生は、区立小学校卒業見込みの方のみ郵送)。

1小学校 ☎2015年4月2日~2016年4月1日生まれのお子さん

2中学校 ☎2009年4月2日~2010年4月1日生まれのお子さん

◇12ともに◇

☎問合せ先へ在留カードか特別永住者証明書を持参

●申込期限 10月25日
☎学務課学事係 ☎5744-1429 ☎5744-1536

介護・税

介護保険料の納付書を10月7日に郵送します

納期限までに金融機関などで納めてください。

☑保険料を納付書で納めている方、年金から保険料が引かれており、8月以降に保険料段階に変更があった方
☎介護保険課 ☎5744-1551(共通)
保険料額=資格・保険料担当 ☎5744-1491

保険料の納付、口座振替=収納担当 ☎5744-1492

申告・納税はe-Taxが便利です

申告・納税は、税務署に出向くことなく自宅や事務所などから手続きできるe-Taxが便利です。ぜひご利用ください。

☎大森税務署 ☎3755-2111
☎雪谷税務署 ☎3726-4521
☎蒲田税務署 ☎3732-5151

傍聴

教育委員会定例会

☎10月25日(月)午後2時から
11月22日(月)午後2時から
12月23日(木)午後3時から
☎ニッセイアロマスクエア5階(蒲田5-37-1)
☎抽選で各16名

☎当日会場へ
※手話通訳・要約筆記希望は開催日の7日前までに問合せ先へ電話かFAX

☎教育総務課庶務係 ☎5744-1422 ☎5744-1535

(仮称)新大田区生涯学習推進計画策定会議

☎10月21日(休)午前10時~正午
☎東京工科大学(西蒲田5-23-22)

☎先着5名
☎問合せ先へ電話。10月15日締め切り
☎地域力推進課区民協働・生涯学習担当 ☎5744-1443 ☎5744-1518

都市計画審議会

☎11月4日(休)午後2時から
☎区役所本庁舎11階

☎先着20名
☎当日会場へ
☎都市計画課都市計画担当 ☎5744-1739 ☎5744-1530

相談

10月18~24日は行政相談週間

◆行政相談
行政に関する要望、苦情などを行政相談委員がお受けします。

☎10月19日(火)午後1時~3時
☎区役所本庁舎1階

☎当日会場へ
◆いつでも相談できます
「行政苦情110番(☎0570-090110)」では行政相談週間に限らずいつでも相談を受け付けています。

☎広聴広報課広聴担当 ☎5744-1135 ☎5744-1504

行政書士による無料相談会

相続・遺言、成年後見、会社設立、各種許認可申請、そのほか暮らしに関わる相談を行政書士が無料でお受けします。

☎10月28日(休)午前10時~午後4時
☎区役所本庁舎2階

☎当日会場へ
☎広聴広報課広聴担当 ☎5744-1135 ☎5744-1504

インターネットでの誹謗・中傷に困ったときは

自分の氏名や住所などをインターネット上で公開された方、誹謗・中傷にあたる書き込みをされて困っている方などに、法務局が書き込みの削除要請の方法や助言を行います。一人で悩まずご

相談ください。

●みんなの人権110番 ☎0570-003-110

☎人権・男女平等推進課人権・同和対策担当 ☎5744-1148 ☎5744-1556

中小企業融資あっせん相談(開業資金)

開業時に必要な事業資金の融資を低利で金融機関にあっせん、利子を補給します。

☑区内で開業する方
☎月~金曜(休日を除く)、午前9時~11時、午後1時~4時

☎産業プラザ
☎当日会場へ
☎産業振興課融資係 ☎3733-6185 ☎3733-6159

大田区若年性認知症支援相談窓口

医療・介護・経済面・就労など、生活にかかる不安や疑問を専門の相談員がお受けします。

☑区内在住の64歳以下で、認知症の方か認知症の疑いがある方

☎月・火・木・金曜、午前9時~午後5時
※休日、年末年始を除く

☎特別養護老人ホームたまがわ内
☎問合せ先へ電話
☎大田区若年性認知症支援相談窓口 ☎6459-8591 ☎6459-8592

子育て世帯の相談会

子育て世帯の日常の中での困り事(住まい、仕事、家計など)を専門の相談員に無料で相談できます。

※相談中は、お子さんの一時預かり可
☑区内在住の子育て世帯

☎10月29日(金)=大森地域庁舎
11月19日(金)=荻谷・羽田地域庁舎
12月21日(火)=調布地域庁舎
※いずれも午後1時~4時
☎当日会場へ
☎JOBOTA(ジョボタ) ☎6423-0251 ☎6423-0261

内職相談

内職の仕事の紹介や登録を受け付けます。

※登録には運転免許証、健康保険証、マイナンバーカードなどの身分証明書が必要
☑区内在住の方

☎10月26日(火)午前9時30分~11時30分
☎ハローワーク大森
☎問合せ先へ電話
☎(公財)大田区産業振興協会 ☎3733-6109 ☎3733-6459

古着の拠点回収

10月1日以降の日程は、決まり次第、区HP、ごみ分別アプリでお知らせしますのでご確認ください。

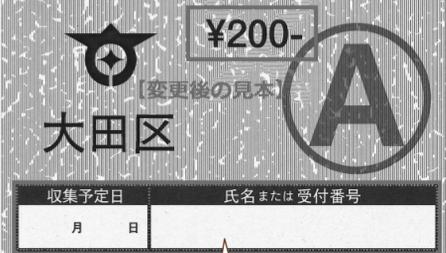
▶問合せ先 清掃事業課清掃リサイクル担当 ☎5744-1628 ☎5744-1550

粗大ごみ処理券のデザインが変わります

10月1日以降、順次新デザインに切り替わります。旧デザイン券も引き続き使用できます。デザイン変更による料金変更はありません。

▶問合せ先 清掃事業課清掃リサイクル担当 ☎5744-1374 ☎5744-1550

有料粗大ごみ処理券



氏名か受付番号をご記入ください

老いじたく相談会 ～人生100年！自分らしく 明るく暮らしていくために～

遺言・相続・不動産など、将来への不安や疑問を司法書士などの専門家に無料で相談できます。

10月27日、11月10・24日、12月8・22日(水)午前9時30分～午後0時30分

※1人50分まで

大田区社会福祉センター

定先着各3名

問合先へ電話。10月10日午前8時30分前から受け付け

おた成年後見センター

☎3736-2022 FAX3736-5590

募集

統計の登録調査員

国の統計調査の調査員として活動できる20～75歳の方を募集しています。面接有り。詳細はお問い合わせください。

地域力推進課統計調査係

☎5744-1186 FAX5744-1518

都市計画案の縦覧と 意見書の提出

①東京都市計画道路(幹線街路補助線街路第28号線)

②東京都市計画交通広場(大森駅西口広場)

●縦覧・意見書の受付期間

10月13～27日 ※土・日曜を除く

●縦覧場所 両問合先

●意見書の提出方法 各問合先へ郵送か持参

問①東京都都市整備局都市づくり政策部都市計画課

☎5388-3225

問②鉄道・都市づくり課鉄道・都市づくり担当

☎5744-1356 FAX5744-1526

お知らせ

10月15～21日は 違反建築防止週間

建築業者は、建築基準法を守って設計・

施工しましょう。10月20日に、工事中の建物を対象とした全国一斉パトロールが行われます。

建築調整課監察担当

☎5744-1384 FAX5744-1558

アプリコの休館

令和4年1月1日(祝)～5年2月28日(火)

※特定天井改修その他工事のため。公演のチケット販売、休館後の貸館利用の受け付けなどは行いません

☎5744-1600 FAX5744-1599

参加・催し

まちこうばがやってくる！2021 ～働く場所としての町工場の 展示会～

中学生以上

11月3日(祝)午後1時30分～5時

消費者生活センター

当日会場へ

産業振興課産業振興担当

☎5744-1363 FAX6424-8233

エセナフォーラム2021講演会 「教えて！上野千鶴子さん ジェンダー研究から学ぶ 私たちはどう生きるか」

区内在住・在勤・在学のオンライン(Zoom)で参加できる方

11月3日(祝)午後2時～4時

定先着100名

10月1日午前9時から電子申請。10月31日締め切り

問エセナおおた

☎3766-4586 FAX5764-0604

ハーブ講習会 ～ハーブで楽しむ料理と健康～

ハーブの育て方、効能、使い方などを専門家が詳しく説明します。

中学生以上

11月14日(日)午後1時30分～3時30分

消費者生活センター

定抽選で40名

10月1～28日(必着)に問合先へ往復はがき(記入例参照)。電子申請も可

環境対策課環境推進担当

(〒144-8621大田区役所)

☎5744-1365 FAX5744-1532

親族後見人交流会

親族後見人同士の意見・情報交換を行います。活動していて不安に思うこと、戸惑うこと、聞いてみたいことなどを話し合ってみませんか。弁護士などから実務に関するアドバイスも受けられます。

親族の成年後見人・保佐人・補助人として活動している方

11月15日(月)午後1時30分～3時

区役所本庁舎2階

定先着10名

問合先へ電話。11月10日締め切り

問おた成年後見センター

☎3736-2022 FAX3736-5590

認知症予防朗読講座(10日制)

朗読で脳を活性化し、認知症を予防しましょう。

区内在住の65歳以上で医師などに運動を制限されていない、地域での朗読による社会参加の活動を希望する方

※筆記用具、飲み物持参。マスク着用

10月26日、11月9・30日、12月7・21日、令和4年1月11・25日、2月8・22日、3月8日(火)午後1時30分～3時

池上会館

費550円

定抽選で20名

問合先へ往復はがき(記入例参照。生年月日も明記)。10月14日必着

問高齢福祉課高齢者支援担当

(〒144-8621大田区役所)

☎5744-1624 FAX5744-1522

認知症サポーター養成講座

認知症の方やその家族を地域で温かく見守る応援者が認知症サポーターです。

認知症の基礎知識や認知症の方と接するときの心構えなどを90分の講義で学びます。詳細はお問い合わせいただくか区HPをご覧ください。

問高齢福祉課高齢者支援担当

☎5744-1250 FAX5744-1522

シニア向け スマートフォン教室

基本操作や二次元バーコード読み取りなどの便利な使い方を学ぶ初心者向け講座です。

区内在住の65歳以上で

●スマートフォンをお持ちでない方＝

①11月1日(月)②2日(火)午前10時～正午

●スマートフォンを持っているが使い方が分からない方＝③11月1日(月)④2日(火)

午後2時～4時

※タオル、飲み物持参

消費者生活センター

定抽選で各20名

問合先へ往復はがき(記入例参照。①～④の希望日時、生年月日も明記)。10月15日必着

問高齢福祉課高齢者支援担当

(〒144-8621大田区役所)

☎5744-1624 FAX5744-1522

自分の端末で オンライン会議を体験しよう！

ご自分のタブレットやスマートフォンを使ってオンライン(Zoom)に参加する体験をします。

区内在住のタブレットやスマートフォンなどを所有しているZoom初心者で、メールの送受信ができる方

問①11月11日(木)＝入新井特別出張所

②16日(火)＝糀谷特別出張所③18日(木)＝

嶺町集会所④26日(金)＝区役所本庁舎2階

※いずれも午後2時～3時30分。④は午前10時～11時30分

定抽選で各30名

問区HPから申し込み。10月22日締め切り

問地域力推進課区民協働・生涯学習担当

☎5744-1443 FAX5744-1518

頭とからだの椅子ストレッチ(10月～令和4年3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。

▶対象 区内在住の65歳以上で医師などに運動を制限されていない方(上半期未受講者優先)

※タオル、飲み物持参。マスク着用

▶申込締切 10月12日必着

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

| 曜日 | 時間 | 定員(抽選) | 初回開催日 | 会場・申込先 | 申込方法 ※1人1会場 | |
|----|--------------|--------|--------|--|--|-------|
| 月 | 午後2時～2時40分 | 10名 | 10月18日 | シニアステーション田園調布 (〒145-0071田園調布2-58-5) | 申込先へ 往復はがき (記入例参照。 希望日時も 明記) | |
| 木 | 午前11時～11時40分 | | 10月21日 | | | |
| 木 | 午前10時～10時40分 | 15名 | 10月21日 | シニアステーション羽田 (〒144-0043羽田1-18-13 羽田地域力推進センター2階) | | |
| 土 | 午後3時～3時40分 | 17名 | 10月23日 | シニアステーション南馬込 (〒143-0025南馬込3-13-12) | | |
| 火 | 午前10時～10時40分 | 10名 | 10月19日 | シニアステーション田園調布西 (☎3721-8066) | | |
| 木 | 午前10時～10時40分 | | 10月21日 | | | |
| 火 | 午前11時～11時40分 | 12名 | 10月19日 | シニアステーション東嶺町 (☎3753-3008) | | 会場へ電話 |
| 金 | 午後3時～3時40分 | | 10月22日 | | | |
| 金 | 午前10時～10時40分 | 11名 | 10月22日 | シニアステーション馬込 (☎5709-8011) | | |
| 金 | 午前11時～11時40分 | 10名 | 10月22日 | 東糀谷老人いこいの家 (☎3741-7970) | | |

大田文化の森 催し案内

全て事前申込制です

詳しくはHPをご覧ください！

<https://www.bunmori-unkyo.jp/>

大田文化の森イベント

検索

| イベント名 | 開催日時 | 対象・定員(抽選) | 申込締切(必着) |
|--|--------------------------------------|----------------------|----------------|
| 1 おりがみの森 | 11月～令和4年3月の第2水曜、午後1時30分～4時(11月は第3水曜) | 各50名 | 毎月20日(※翌月分を抽選) |
| 2 人物デッサンの基本 クロッキーを描こう！ | 11月6日(土) 午後1時30分～5時 | 小学5年生以上、14名 | 10月21日 |
| 3 Co.Ba.nのJazzyに楽しむ 昭和のメロディ、ハーモニー | 11月7日(日) 午後2時30分開演 | 90名 | 10月20日 |
| 4 筆と割り箸で描く オシャレな年賀状2022年 | 11月27日(土) 午後1時30分～3時30分 | 中学生以上、12名 | 11月9日 |
| 5 クリスマス・ロマンティック コンサート2021 | 12月7日(火) 午後2時開演 | 小学生以上、110名 | 11月12日 |
| 6 ベーゴマ名人と遊びながら「勝つ」 ベーゴマ加工テクニックを身につけよう！ | 12月11日(土) 午後1時～6時 | ベーゴマ加工経験のある中学生以上、15名 | 11月25日 |
| 7 お正月を迎える しめ飾りのワークショップ | 12月19日(日) 午前10時～11時30分 | 中学生以上、11名 | 12月3日 |
| 8 はりこでつくる千支ランプ～黄～(2日制) | 12月27日(月)・令和4年1月10日(祝)午後1時30分～4時30分 | 小学4年生以上、12名 | 12月10日 |

▶費用 ①～④8500円(③未就学児無料)⑤～⑦1,000円

▶申込方法 問合先へ往復はがき(記入例参照。1枚1講座)。問合先HPからも申し込み可。③⑤同伴者1名記名可

▶会場・問合先

大田文化の森運営協議会(〒143-0024中央2-10-1大田文化の森4階)

☎3772-0770 FAX3772-0704

令和4年4月からの入園申し込みが始まります

認可保育園

▶問合先 保育サービス課保育利用支援担当
☎5744-1280 FAX5744-1715

令和4年4月1日からの入園を希望する方は、10月1日～11月30日にお申し込みください。詳細は、「令和4年度版入園申込みのしおり」(申込先で配布。区HPからも出力可)をご覧ください。

▶対象 保護者の就労(求職中も可)、病気、出産、介護・看護、就学などで家庭で保育を受けられないお子さん

▶申込方法 申込先へ必要書類を郵送か持参

※郵送は11月8日必着

●申込先

保育サービス課保育利用支援担当 ☎5744-1280 FAX5744-1715
生活福祉課相談係(持参のみ)

●大森 ☎5843-1028 ●調布 ☎3726-0791

●蒲田 ☎6715-8800 ●糀谷・羽田 ☎3741-6521

※窓口申込は、例年11月が混み合います。新型コロナウイルス感染拡大防止のために、郵送の活用や申込時期の分散にご協力ください

●休日受付 11月7日(日)午前9時～午後4時

保育サービス課で受け付けを行います。

●育児休業明け入所予約制度

0歳児クラスは入所予約制度があります。詳細は「令和4年度版入園申込みのしおり」をご覧ください。

▶対象 前期=令和3年4月2日～10月1日生まれ

後期=令和3年10月2日～4年4月1日生まれ

▶受付期間 前期=10月1～18日、後期=令和4年4月1～18日

私立幼稚園

▶問合先 教育総務課私学行政担当
☎5744-1619 FAX5744-1535

▶対象 満3～5歳児

▶願書配布 10月15日から各園で

▶願書受付 11月1日から各園で

▶問合先 各私立幼稚園

●保育料などの補助

入園料、保育料、預かり保育料の補助を行っています。申請手続きなど詳細は区HPをご覧ください。



学童保育

▶問合先 子育て支援課子育て支援担当
☎5744-1273 FAX5744-1525

令和4年4月から学童保育利用を希望する方は、11月4日～12月2日にお申し込みください。詳細は区HPか「学童保育のしおり」(10月15日から区HPで出力可。学童保育施設でも配布)をご覧ください。

▶対象 区内在住か区立小学校に在学する新小学1年～6年生

▶受付場所 利用を希望する学童保育施設

さぼーとぴあへ行こう

1 10～12月開催の催し

| イベント名 | 日時 | 定員(抽選) | 申込締切 |
|---|------------------------------|--------|--------|
| ①ヨガ講座(10月) | 10月22日(金) 午後6時～6時45分 | 10名 | 10月13日 |
| ②ちてきしょうがいってなあに? ～ものづくりとレクリエーションで知ろう～ | 10月23日(土) 午前10時～正午 | 20名 | |
| ③ストレッチ講座 ～簡単な下半身の筋肉、筋力体操～ | 11月6日(土) 午後2時～3時 | 10名 | 10月27日 |
| ④ヨガ講座(11月) | 11月26日(金) 午後6時～6時45分 | | 11月17日 |
| ⑤アフタヌーンヨガ | 12月7日(火) 午後1時30分～2時30分 | | 11月24日 |
| ⑥アロマ講座 ～タオルでアロマ犬を作ろう～ | 12月11日(土) 午前10時30分～11時30分 | 6名 | 12月1日 |

※10歳以下は保護者同伴。手話通訳希望は申し込み時にお伝えください

※①③～⑤は動きやすい服装、②は汚れてもよい服装かエプロン持参

▶対象 区内在住・在勤・在学の方(②小学校3年生以上⑥中学生以上で妊娠中でない方)

▶費用 ②300円⑥550円

▶申込方法 問合先へ電話かFAX(記入例参照)。10月1日から受け付け

2 初級点字講習会(8日制)の受講生募集

点字の基礎的な読み書きを学びます。

▶対象 区内在住で視覚に障がいのある方

▶日時 ①11月18日～12月16日、令和4年1月13日～3月10日の隔週木曜

②11月25日～12月23日、令和4年1月20日～3月17日の隔週木曜

※いずれも午後1時30分～3時30分

▶定員 ①②各4名(初めての方優先)

▶申込方法 問合先へ電話かFAX(記入例参照。希望日程も明記)

3 聴覚障がいについて知ろう

▶対象 区内在住・在勤・在学の方

▶日時 11月10日(水)午後1時30分～4時30分

▶定員 先着20名

▶申込方法 問合先へ往復はがきかFAXかEメール(記入例参照)

4 手話入門

あいさつや自己紹介など簡単な手話表現を学びます。

▶対象 区内在住・在勤・在学の方

▶日時 11月17日(水)午後2時～4時

▶定員 先着25名

▶申込方法 問合先へ往復はがきかFAXかEメール(記入例参照)



▶会場・問合先 さぼーとぴあ(〒143-0024中央4-30-11)

1 2 ☎5728-9434 FAX5728-9438

3 4 ☎5728-9355 FAX6303-7171 EMail ota@tokyo-shuwacenter.or.jp

10月は 大田区福祉強調月間 です

障がいのある方への
理解を深めましょう

しょうがい者巡回パネル展

区内の障がい者福祉施設の活動をパネルで紹介します。

▶日時・会場

①10月1日(金)～7日(休)午前10時～午後9時(7日は午後4時まで)

=グランデュオ蒲田3階東西連絡通路(西蒲田7-68-1)

②10月8日(金)～14日(休)午前11時～午後10時30分=アトレ大森5階(大森北1-6-16)

③10月18日(月)～25日(月)=区役所本庁舎2階

④10月28日(木)～11月3日(祝)午前8時30分～午後7時(土・日曜、祝日は午後5時まで)=さぼーとぴあ

しょうがい者文化展の作品募集

作品は、区役所本庁舎3階で展示します(令和4年1月6～14日)。

▶作品の種類 絵画、写真、書、陶芸、手芸、彫刻、文芸など

※出品は1人1点まで

▶対象 区内在住で障がいのある方

▶申込方法 問合先へ出品申込書(問合先か地域福祉課で配布)を持参。11月19日締め切り

※作品は12月6～10日に問合先へ持参

▶問合先 障害福祉課障害者支援担当 ☎5744-1251 FAX5744-1555



OTAふれあいフェスタ2021 の開催中止について

「OTAふれあいフェスタ2021」は新型コロナウイルス感染症の拡大防止と区民の皆さん、来場者の安全確保を第一に考え、開催を中止することとしました。

楽しみにしていただいている皆さんには申し訳ありませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。



▶問合先 文化振興課文化振興担当 ☎5744-1226 FAX5744-1539

おおた商い・観光展2021

あきない三國志プロジェクト コロナに打ち克ち天下を制す!



大田区のまち全体を舞台として、区内商店・飲食店などの総力を結集した特別企画を行います。特設サイト内で耳よりなお店の情報を楽しみ、3密を避けながら、関心のあるお店や場所を訪問してみてください!

特設サイトの見どころ

- 技の国** 区を代表するものづくりの技や優れたサービスを紹介
- 娯の国** 観光地、体験教室、銭湯など娯楽の情報が盛りだくさん
- 食の国** コロナに打ち克つ新メニューを提供する飲食店が大集合

スマホを片手に
お店を回ると
豪華賞品が当たる
デジタル
スタンプラリーも!



特設HPはコチラ >>

開催場所など、詳細は特設HPをご覧ください。
▶日程 11月14日(日)~12月12日(日)
▶問合せ (公財)大田区産業振興協会 ☎3733-6476 FAX3733-6459

おおた区民大学

受講者募集



詳細は区HPかチラシ(問合先、特別出張所、文化センター、図書館などで配布)をご覧ください。

▲詳細はコチラ

- ▶対象 区内在住・在勤・在学の方
- ▶問合先 地域力推進課区民協働・生涯学習担当(〒144-8621大田区役所) ☎5744-1443 FAX5744-1518

【おおた区民大学50周年記念シンポジウム】 人生をデザインしよう~未来への選択・区長と語る~

- 基調講演 東京工業大学教授・リベラルアーツ研究教育院長 上田紀行
- 座談会 上田紀行、千葉茂(学校法人片柳学園理事長)、大田区長
- ▶日時 11月12日(金)午後2時~4時
※11月末ごろオンライン配信予定
- ▶会場 日本工学院専門学校3号館(西蒲田5-23-22)
- ▶定員 抽選で100名
- ▶申込方法 問合先へ往復はがき(記入例参照)。電子申請も可。10月22日必着

【地域講座関連展示】入新井の記憶

- ▶日時 10月29日(金)午後3時~8時、10月30日(土)・31日(日)午前10時~午後3時
- ▶会場 入新井集会所
- ▶申込方法 当日会場へ

【区企画講座】パラスポからスタート!発見!誰もが楽しくつながる場(3日制)

- ▶日時 11月21日(日)午後2時~4時 **公開講座** みんなでポッチャ体験をしよう
11月30日(火)、12月6日(月)午前9時45分~11時45分
- ▶会場 消費者生活センターなど
- ▶定員 抽選で25名 ※公開講座のみ(15名)の申し込みも可
- ▶申込方法 問合先へ往復はがき(記入例参照。保育(おおむね1歳6か月以上の未就学児6名)希望はお子さんの名前、年齢も明記)。電子申請も可。10月22日必着

大田区プレミアム付 デジタル商品券 を発売します!

プレミアム率 **30%**

はねびん × MY MELODY



簡単キャッシュレス決済!
6,500円分の商品券を5,000円で購入できるお得なデジタル商品券の購入申し込みが始まります。11月8日から区内のお店で令和4年2月13日まで利用できます。はねびん×マイメロディが大田区のお店を応援!お楽しみに!

販売額 5,000円(発行額 6,500円)、計30万部発行

- ▶対象 区内在住・在勤・在学の方
- ▶申込期間 第1次=10月1~25日(使用期間 11月8日~令和4年2月13日)
第2次=11月8~25日(使用期間 12月6日~令和4年2月13日)
- ▶申込方法 特設HPから申し込み(応募多数の場合は抽選)
※当落通知や利用方法など詳細は、特設HPをご確認ください
- ▶問合先
大田区プレミアム付デジタル商品券コールセンター
☎0120-197-203
特設HP <https://ota.ticket-dx.jp/>

特設HP
はコチラ >>



六郷BASE(南六郷創業支援施設)

入居者募集

コワーキングスペース

法人登記可
(書類審査・面談有り)

10月1日、南六郷にオープン
の創業支援施設「六郷BASE」の
コワーキングスペースへの入居
者を募集します。席を固定しな
いフリーアドレス型のワークス
ペースです。起業に向けた準備
やビジネスの拠点としてぜひご
利用ください!



- ▶対象 次の全てに該当する個人か中小企業者
- ①区内で創業しようとする方
- ②創業後5年以内の方
- ③そのほか新分野に進出しようとする方
- ▶申込方法 施設HPをご覧ください
- ▶問合先 産業振興課工業振興担当 ☎5744-1376 FAX6424-8233

施設HP
はコチラ >>



ありがとうございます あたたかい善意

◆豊かな地域社会を築く区民活動を支えるために

○株式会社新興化学=1,000,000円

◆日本赤十字社の災害義援金・救援金を受け付けています

各災害義援金・救援金情報、寄付者の氏名・団体名などは区HPに掲載しています。

インフォメーション

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

相談窓口

- 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)
※多言語(英・中・ハングル)による相談も可
☎0570-550571 FAX5388-1396

トピックス

大森西特別出張所が移転します

現在、環状七号線に隣接する大森西特別出張所は令和4年1月11日(火)から、こらぼ大森に移転する予定です。



- 移転先 大森西2-16-2(こらぼ大森内)
- ▶問合先 大森西特別出張所
☎3764-6321 FAX3764-6196
※電話・FAX番号に変更はありません

区の世帯と人口

令和3年9月1日現在

- 世帯数...399,824世帯
- 総人口...731,461人
日本人人口...708,083人(男...351,713人 女...356,370人)
外国人人口...23,378人(男...11,082人 女...12,296人)
- 面積...61.86km²

11ch シティーニュースおおた 10月

- 1~15日...大田区プレミアム付デジタル商品券を
発行します
- 16~31日...空家の悩み事、お聞きします
空家総合相談窓口
- 放送 ケーブルテレビのJ:COMチャンネル 大田とiTSCOM
で毎日放送! YouTubeでも発信しています。



▲YouTube

今月の区報は

- 10月11日号 **特集** おうち時間は本を読んでみよう
- 10月21日号 **特集** 子どもと一緒に笑っていたい
- 11日号・21日号は新聞折込か駅広報スタンド、区施設、公衆浴場、セブン-イレブンで配布。配送サービス(外出困難などの要件有り)も行っています。

地域健康課からのお知らせ

※申し込み・問い合わせは催しごとに記載の地域の地域健康課へ
 ※会場の記載がないものは地域庁舎で ※費用の記載がないものは無料

大森

〒143-0015大森西1-12-1
 ☎5764-0661 FAX5764-0659

□から始める健康講座 ～オーラルフレイル予防の話と 軽い体操～

誤えん性肺炎の予防の話と運動指導士による軽い体操
 ☎65歳以上の方
 日会 ①11月9日(火)午後1時30分～2時30分、午後3時～4時＝山王高齢者センター
 ②11月25日(木)午後1時30分～2時30分、午後3時～4時＝馬込区民センター
 定先着各10名
 申電話で。10月1日から受け付け

依存症家族教室 ～お酒と体のイイ関係。お酒に依存して健康を損なわないために～

自宅で過ごす機会が増え、自身でも気づかないうちに、お酒に頼った生活になっていませんか。アルコールが健康に与える影響などの知識を学びます。
 ☎区内在住でお酒に関する健康問題にお困りの家族・支援者・関心のある方
 日 11月13日(土)午後1時30分～4時
 会 新井集会所
 定先着50名
 申電話で

蒲田

〒144-0053蒲田本町2-1-1
 ☎5713-1701 FAX5713-1509

□から始める健康講座 ～飲み込む力をアップして健康長寿！～

誤えん性肺炎予防の話、えん下体操、運動指導士による軽い体操
 ☎65歳以上の方
 日 10月29日(金)午後2時～3時
 会 六郷地域力推進センター
 定先着20名
 申電話で。10月1日から受け付け

ハッピーママ ～ヤンチャ盛り！イヤイヤ期！ 心の育ちと親育ち～(2日制)

子育ての話とグループワーク
 ☎初めてののお子さんが1歳6か月～2歳6か月未満の保護者
 ※当日までに1歳6か月児健康診査が終了していること
 日 11月1・8日(月)午前10時～11時30分
 定先着10名
 申電話で。10月1日から申し込み。保育(未就学児先着10名)有り



歯周病から歯を守るセルフケア

歯周病予防の話、顕微鏡で細菌観察、歯ブラシ・補助具の使い方
 ☎区内在住・在勤で20歳以上の方
 日 11月9日(火)午後2時～3時
 会 大田区民プラザ
 定先着15名
 申電話で。10月1日から受け付け

調布

〒145-0067雪谷大塚町4-6
 ☎3726-4145 FAX3726-6331

歯周病予防教室 ～毎日のオーラルケアで、 健康維持を～

歯周病の実態や予防のポイント、口の中の観察方法、全身疾患との関連の話
 ☎区内在住の20歳以上の方
 日 11月11日(木)午後2時～3時
 定先着15名
 申電話で

シニア世代の食生活講座(3日制) ～フレイル予防の食事と調理の基本～

☎65歳以上の方
 日 11月12・26日、12月10日(金)午前10時～11時
 定先着10名
 申電話で。10月1日から受け付け

荏谷・羽田

〒144-0033東荏谷1-21-15
 ☎3743-4161 FAX6423-8838

ハッピーママ ～お子さんの困った行動への 対応を学ぶ～(2日制)

☎1歳3か月～おおむね2歳のお子さんの保護者
 日 11月12日、12月3日(金)午前10時～11時30分
 定先着10名
 申電話で。保育(未就学児先着10名)有り

栄養講座(災害時に役立つ調理)

あると便利な備蓄食料とその利用方法(調理実演有り)
 日 11月24日(水)午後1時30分～3時
 定先着10名
 申電話で

□から始める健康講座

誤えん性肺炎・口の機能低下予防の話と運動指導士による軽い体操
 ☎65歳以上の方
 日 11月5日(金)午後2時30分～3時30分
 会 シニアステーション荏谷
 定先着12名
 申当日会場へ

土曜両親学級(オンライン)

講義「両親での子育て」、沐浴のデモンストレーションなど、出産・育児についてオンラインで学ぶ講座です。
 ☎区内在住のおおむね妊娠5～9か月で、パートナーとオンライン(ZOOM)で参加できる方
 日 11月20・27日(土)
 ※午前の部＝午前10時～11時40分、午後の部＝午後1時30分～3時10分
 申区HPで
 申地域健康課



詳細はコチラ

11月の健診と健康相談

詳細はコチラ▶



| 事業名 | 対象、内容、日時など | |
|---|-------------------------------------|---|
| 母親学級(3日制)* 予約は10月1日から受け付け | 大森 | 11月9・16・30日(火) |
| | 調布 | 11月8・15・22日(月) |
| | 蒲田 | 11月4・11・18日(木) |
| | 荏谷・羽田 | 11月は実施しません |
| 育児学級*(生後7～8か月) 2回食への進め方、お口の発達とむし歯予防 | 大森 | 11月18日(木) |
| | 調布 | 11月17日(水) |
| | 蒲田 | 11月9日(火) |
| | 荏谷・羽田 | 11月9日(火) |
| ママとわたしの食育クラス*(生後9～11か月) ママの食事と離乳食(3回食) | 大森 | 11月19日(金) |
| | 調布 | 11月11日(木) |
| | 蒲田 | 11月25日(木) |
| | 荏谷・羽田 | 11月10日(水) |
| 育児学級*(1歳～1歳3か月) 幼児食への進め方、むし歯予防のポイント | 大森 | 11月16日(火) |
| | 調布 | 11月16日(火) |
| | 蒲田 | 11月18日(木) |
| | 荏谷・羽田 | 11月17日(水) |
| 乳幼児 | 4か月児健康診査 | ○お子さんの受診日などは、区HPをご覧ください ○該当者には郵便でお知らせします ○健康診査は、乳幼児の発育状態などの診査、必要に応じ保健・心理・歯科・栄養相談を行います |
| | 1歳6か月児健康診査 | |
| | 3歳児健康診査 | |
| | 歯科相談* | 3歳未満(障がいのあるお子さんは就学前まで)を対象に歯科相談 |
| 大人の食事相談* | 大森 | 11月9日(火)午前、25日(木)午後 |
| | 調布 | 11月8日(月)・25日(木)午後 |
| | 蒲田 | 11月1日(月)午前、9日(火)午後 |
| | 荏谷・羽田 | 11月11日(木)・30日(火)午後 |
| 精神保健福祉相談* | こころの健康、思春期、認知症、アルコールなどの問題で悩んでいる方と家族 | |

*は地域健康課に予約が必要です。
 ※健康に関する相談はいつでも受け付けています

健康便り

薬事無料相談

「薬と健康の週間」に合わせて大田区・蒲田薬剤師会加盟薬局で薬事無料相談ができます。
 日 10月17日(日)～23日(土)
 申直接薬局窓口へ
 申健康医療政策課地域医療政策担当
 ☎5744-1264 FAX5744-1523



10月は食育の取り組み強化月間

野菜を多く取ることで、生活習慣病を予防することができます。区内の商店街やコンビニでは、はねぴよんの野菜ポップを置き、グランデュオ蒲田のレストラン街では、10月中「野菜が取れるメニューで健康生活」をテーマにメニュー提供をしてい



詳細はコチラ

ます。この機会にいつもより多く野菜を取って見ては。
 申健康づくり課健康づくり担当
 ☎5744-1683 FAX5744-1523



野菜ポップ

キュッと、はつらつ！ ～尿もれ予防体操と筋力アップ教室～(2日制)

☎区内在住の次の全てに該当する方
 ①要介護の認定を受けていない
 ②医師などに運動を制限されていない
 ※タオル、飲み物、室内履き持参
 日 11月2・9日(火)午後1時30分～3時30分
 会 荏谷・羽田地域庁舎
 定先着15名
 申問合先へ電話かFAX(記入例参照)。10月1日から受け付け
 申荏谷・羽田地域福祉課高齢者地域支援担当
 ☎3741-6525 FAX6423-8838

今から始める健康づくり

キラリ☆健康おた

新しい生活様式における食生活チェック

☑室内で過ごす時間が増え、食事は好きなものばかり食べている
→主食・主菜・副菜をバランス良く！

☑加工食品や惣菜・弁当などの利用が増えた
→なるべく野菜の多いものを選び、栄養成分表示を活用しましょう。

例：鮭弁当



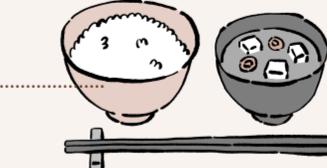
| A 栄養成分表示 1食(420g)あたり | |
|-------------------------|---------|
| エネルギー | 829kcal |
| タンパク質 | 20.4g |
| 脂質 | 32.2g |
| 炭水化物 | 114.5g |
| 食塩相当量 | 5.1g |

副菜
野菜や芋、海藻などの料理
生活習慣病予防にも不可欠です。



主菜
魚、肉、卵、大豆製品などの料理
不足すると貧血や骨粗しょう症などを招きます。

主食
ご飯、パン、麺などの穀類を主な材料にした料理
脳が働くためにも必要です。



主治医に「血圧が高めなので、減塩しましょう」と言われたから、B弁当にしよう。



☑間食が多くなった
→お菓子、嗜好品(アルコールを含む)の適量は1日200kcalが目安です。

おすすめ!



ヨーグルト1カップ(62kcal) オレンジ1/2個(40kcal)
※エネルギー量は目安です

Vol.38

コロナに負けない! 食生活をチェックしよう

新型コロナウイルス感染症によって長引く外出自粛生活で、生活リズムの乱れや栄養バランスの偏りを感じていませんか。普段からバランスの良い食事を心がけ、健康状態を良好に保ち、免疫力を高めましょう。

各種健診・検診のご案内

1 骨粗しょう症検診

骨粗しょう症は、骨の量(骨量)が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。詳細は、6月中旬に対象の方へ郵送した「がん検診等のご案内」や区HPをご覧ください。

▶対象 区内在住の40・45・50・55・60・65・70歳の女性の方

※令和4年3月31日時点の年齢

▶受診期限 令和4年2月28日

▶費用 500円

※生活保護、中国残留邦人等支援を受給中の方は免除(要証明)

2 39歳以下基本健康診査・眼科(緑内障等)検診

▶対象 ①基本健康診査=区内在住の18~39歳の方

②眼科(緑内障等)検診=区内在住の40・45・50・55・60・65・70歳の方

※令和4年3月31日時点の年齢

▶受診期限 12月31日

▶費用 ①1,400円②500円

※生活保護、中国残留邦人等支援を受給中の方は免除(要証明)

▶定員 実施医療機関で上限数に達し次第終了

◇①②ともに◇

▶会場 実施医療機関

▶申込方法 実施医療機関へ申し込み

▶問合せ先 健康づくり課健康づくり担当 ☎5744-1265 FAX5744-1523

インフルエンザを予防しましょう

インフルエンザは1~3日の潜伏期間の後に、38.0℃以上の高熱・頭痛・倦怠感・関節痛・せき・鼻汁などの症状がある感染症です。せきやくしゃみによる飛沫感染と接触感染で広がります。

例年、11月下旬~12月上旬から流行が始まり、1~3月ごろにピークを迎え、4~5月ごろに流行が終わります。

●予防方法

●流行期は人混みを避ける。マスクの着用、手洗いをする

●十分な睡眠と栄養で抵抗力をつける

●室内の換気を心がけ、適度な湿度を保つ

●予防接種で重症化防止

※予防接種する場合は、10月から順次開始されますので、かかりつけ医に相談しましょう

●インフルエンザにかかったかなと思ったら

●早めの受診が大切。インフルエンザの症状で受診する時は事前に医療機関に連絡し、受診方法を確認する

●水分を十分に取り、休養する

●インフルエンザと診断されたら

●発症の翌日から5日を経過し、かつ解熱の翌日から2日(幼児は3日)を経過するまでは、人にうつす可能性があるため外出は控える

▶問合せ先 感染症対策課感染症対策担当 ☎5744-1263 FAX5744-1524

みる・きく・まなぶ

区民のひろば

◆初めてのギターと音楽セミナー・ワークショップ&交流会(3日制)
貸楽器有り。10月23日、11月3・14日、午後1時30分から、ライフコミュニティ西馬込で。電話で☎各1,000円 田山 ☎070-4122-4749(午後7時以降)

◆ノルディックウォーキング体験会
10月10日(日)午前10時~正午、平和の森公園で。電話で☎500円 高木 ☎090-3542-0179

◆「全日本剣道連盟居合・夢想神伝流居合」居合道好会無料見学会
10月10・17・24・31日、11月7日、午後7時15分~9時、大森第四中学校で。当日会場へ☎3754-8977原

◆落語教室 始塾
①説明会=10月11日、午後6時30分から②稽古=11月1・22日、12月6・20日、令和4年1月10・24日③発表会=2月6日、蒲田駅近くの会場。先着8名。当日会場へ☎090-7602-0400高橋

◆歩いて踊る脳と体の若返りダンス
10月12日(日)午後3時30分~4時30分(雨天時は10月19日に順延)、萩中文化センター入口集合。先着10名。電

話で☎柳川 ☎090-4710-7367

◆はじめようたのしい吟詠池上 見学・体験
発声・吟詠体験、漢詩・和歌の観賞。10月12・19日、11月2・9日、午後1時15分~4時30分、池上文化センターで。当日会場へ☎090-1862-4637白田

◆手品 やさしくて 楽しい教室
10月13・27日、午前10時から、エセなおたで。電話で☎小島 ☎3766-6519

◆英語を話したい人のための初級英会話
10月14日(日)午前10時~11時、大田区民プラザで。抽選で5名。電話で☎1,000円 田上野 ☎090-4413-1921

◆フラダンスで心と身体の健康アップ! シニア向け。①10月15・29日、午後3時20分から、雑色駅近くの会場②10月18・25日、午後3時から、下丸子駅近くの会場。電話で☎香山 ☎090-4097-3085

◆脳トレ&エクササイズ・コグニサイズ健康教室
10月15・22・29日、11月5日、午

前10時~11時、久が原五丁目の会場で。先着各10名。電話で☎各500円 田中島 ☎6322-6144

◆ボイストレーニング詩吟無料体験
10月18・25日、午前9時30分~11時30分、六郷文化センターで。当日会場へ☎3734-8708大島

◆たのしい初級英会話体験学習会
10月19日(日)午後1時30分~2時30分、消費者生活センターで。抽選で5名。電話で☎1,000円 田伊藤 ☎8080-6524-8108

◆健康麻雀初心者講習
①10月19・26日②10月21・28日=美原文化センターで③10月23・30日=嶺町文化センターで、いずれも午後1時~3時。電話で☎1,000円 田山本 ☎090-5525-0013

◆こどもパレ工体験レッスン
4~6歳の未就学児。10月21・28日、午後3時10分~3時55分、ライフコミュニティ西馬込で。電話で☎遠藤 ☎090-3927-8577

◆相続における名義変更~預貯金の名義変更・解約・払い戻しのコツ~
10月23日(日)午後2時~3時30分、消費者生活センターで。先着10名。電

掲載の催しは区の主催ではありません。ご自身の責任で参加してください。

☎=参加費など 田=申込先か問合せ ※費用の記載がないものは原則無料

●掲載申し込み=催し名、サークル名、日時、場所、講師名、費用、問合せ先の氏名・〒住所・電話番号・区報10月1日号の感想(最も関心があった記事、1面の感想など)を明記し、〒144-8621大田区役所広聴広報課「区民のひろば」係へ

●締切=掲載月2か月前の15日必着
●開催日や申込締切日が1~9日までのものは前月の1日号、10日以降のものは当月の1日号(1月のみ1~14日のものを12月1日号、1月15日~2月9日のものを1月11・21日号)に掲載します。

●掲載できないもの①営利目的や売名目的、講師が主催する教室と認められるもの②政治・宗教関係③同一の人物が団体で、前回の掲載から6か月経過していない催し④会員の募集が目的のものなど ※令和3年12月1日号に掲載する場合、次に掲載できるのは令和4年6月1日号です

●紙面の都合で全てを掲載できない場合があります。

●サークル会員募集=今年度は申し込みを10月1日から受け付けます。締め切りは、11月30日必着です。令和4年3月21日号にまとめて掲載します。

話で☎清水 ☎090-8085-9982

◆筆ペンアート教室「己書」体験会
10月26日(日)①正午~午後1時30分②午後2時~3時30分、入新井集会所で。電話で☎1,500円 田豊田 ☎090-1099-3603

◆田園調布ミニブリッジ無料体験教室
初心者向け。10月29日(日)①午前10時~正午②午後1時~3時、田園調布せせらぎ館で。電話で☎石橋 ☎070-2622-0605



今日から健康づくり



人生100年時代といわれる現在。長い人生を健康で過ごすためのカギは「健康寿命」!

今すぐ始められる「キラリ☆健康おおた(4つのアクションと健診・検診のすすめ)」に取り組んで、健康づくりをしませんか。

気軽にできるアクション

キラリ☆健康おおた

いつもの生活の中で、できることから健康づくりに取り組みましょう!

| | | | |
|--|--|---|---|
| <p>アクション1: 適度な運動</p> <p>10分多くカラダを動かそう</p> | <p>アクション2: 適切な食事</p> <p>一皿多く野菜を食べよう</p> | <p>アクション3: 休養</p> <p>ホッと一息ついてみよう</p> | <p>アクション4: 喫煙・飲酒を控える</p> <p>思い切って減らしてみよう</p> |
|--|--|---|---|

健診・検診

年に1回、カラダのチェック!

詳しいアクションはパンフレット(問合先などで配布)をご覧ください>>

1日号連載の健康コラムは7面へ



健康を管理してポイントをとめよう!

はねびん健康ポイント

スマートフォンアプリを使って楽しみながら健康を管理することができ、ポイントもたまります!

| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>New! 新型コロナワクチン接種でポイントゲット!</p> <p>※令和3年4月以降接種済みの方が対象</p> <p>1回目 2回目 各500ポイント</p> | <p>日々の体調を記録</p> <p>健康目標の達成</p> <p>1日MAX 3ポイント</p> | <p>スポーツ教室などへの参加もOK</p> <p>特定健診やがん検診などの受診</p> <p>1回 10~500ポイント</p> | <p>1日2,000歩以上ウォーキング</p> <p>毎日歩く</p> <p>1日MAX 20ポイント</p> |
|---|--|--|--|



ポイントをとめて応募すると抽選で景品が当たる!

アプリ詳細は
こちら>>



人生100年を見据えた健康寿命延伸プロジェクト

区では、皆さんの健康寿命延伸を目指し、東邦大学と共同研究を行っています。健康に関連するさまざまな情報を18特別出張所の管轄地区ごとに分析! **地域特性や健康課題を把握、地域に合った事業を展開**できるよう、皆さんの健康づくりを応援する研究を進めています。

プロジェクトの目的

地区ごとに健康課題・特性・強みを把握し、科学的根拠に基づいた健康づくりの取り組みにつなげます

| | | | |
|-----------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 令和2年度 (2020年度) | 令和3年度 (2021年度) | 令和4年度 (2022年度) | 令和5年度 (2023年度) |
| 健康に関連のあるデータを18地区別に分析 | | | |
| アンケート1回目 | 分析 | アンケート2回目 | |
| 地域特性に応じた取り組みの検討・試行・検証 | | | |

大田区キラリ☆健康調査アンケートに協力してほしいびん



詳細は
こちら



プロジェクトを進めるため、健康状態や生活習慣についてアンケートを行っています。無作為に抽出した36,000人の方へ9月に調査票を郵送しました。調査票がお手元に届いている方はご協力をお願いします。

▶問合先 キラリ☆健康おおた、健康寿命延伸プロジェクトについて = 健康医療政策課健康政策担当 ☎5744-1682 FAX 5744-1523
はねびん健康ポイントについて = 健康づくり課健康づくり担当 ☎5744-1661 FAX 5744-1523

区内新型コロナウイルス感染状況

令和3年9月1日時点 ●累計陽性者数 18,545名 ●回復者数 13,691名

●区内陽性者の年代別割合(8月1~31日)

| | |
|-------|-----|
| 80歳以上 | 2% |
| 70代 | 2% |
| 60代 | 4% |
| 50代 | 13% |
| 40代 | 17% |
| 30代 | 20% |
| 20代 | 27% |
| 10代 | 9% |
| 10歳未満 | 6% |

●区内陽性者数の年代別推移

●8月の区内の傾向と課題

- 陽性者数は7月は2,455名、8月は7,219名と急増しています。
- 40代以下の感染者が約8割を占め、20~40代の方が重症化するケースも増えています。
- 感染経路では、友人や同僚との食事や旅行などによる感染も確認されました。感染を拡大させないためにも、感染予防対策(マスク、手洗い、消毒、換気)を徹底し、普段一緒に生活している家族以外の人との食事は控えましょう。

▶問合先 大田区新型コロナウイルス感染症対策本部(防災危機管理課) ☎5744-1235 FAX 5744-1519