

えどがわ  
せい かつ じょう ほう  
生活情報ガイドブック



えどがわ生活情報ガイドブック

江戸川区



えどがわ  
せい かつ じょう ほう  
生活情報ガイドブック



ともに、生きる。  
江戸川区

せい かつじょう ほう  
えどがわ生活情報ガイドブック

# CONTENTS

ようこそ江戸川区へ	P 1
ともに生きるまちを目指す条例	P 2
江戸川区エリアマップ	P 4
区役所本庁舎・各事務所	P 5
主な区のイベントカレンダー	P 8
江戸川区の有名なところ	P10
急にこまったとき（急な病気・事件・事故）	P19
災害（地震、台風・豪雨）	P21
住民登録などの手続き	P25
生活に関する情報	P29
その他の生活関連情報	P36
生活コラム	P37
日本文化コラム	P39
交通	P44
医療	P53
さまざまな相談・手続き	P58
江戸川区施設の案内	P62
日本語を勉強する	P75
外国人向け発行物・資料	P76
江戸川区の情報	P78

せい かつじょう ほう  
えどがわ生活情報ガイドブック  
発行：江戸川区 SDGs 推進部  
とともに生きるまち推進課  
発行月：2023年（令和5年）3月

えどがわく

## ようこそ江戸川区へ



えどがわく

### 江戸川区は

みず みどり

水や緑にかこまれ、すごしやすいまちです。みんなが安心して、自分らしくらせるまちを目指しています。こまった時や、わからない時は、区役所に相談してください。

### 区のウェブサイトは

いろいろな国の言葉に直して見ることができます。

せいかつじょうほう

### 生活情報ガイドブックは

日本で初めて生活する人のために「生活情報ガイドブック」を作りました。持ちやすい大きさなので、使ってください。あなたが江戸川区で気持ちよく生活できるよう、手伝います。



# ともに生きるまちを目指す条例

えどがわく ねん がつ つかい たち  
江戸川区は2021年7月1日に

「ともに生きるまちを目指す条例」を作りました。

これは、「みなさんが安心してくらせるまち」に

するため、江戸川区の理念を

わかりやすく書いたものです。

ともに生きる。私たちは、一人ひとりを尊重し、  
誰もが安心して暮らせるまちを目指します。

## 人とともに生きる。

このまちには、0歳から100歳以上の人まで  
様々な年齢の人たちが暮らしています。  
その中には、障害のある人や外国籍の人などもいます。  
一人ひとりの「ちがい」が尊重されることが、  
まちづくりの源なのだと、私たちは考えます。

## 社会とともに生きる。

このまちでは、一人ひとりの立場や置かれている状況が  
ちがう人々が集い、学び、働き、遊び、活動しています。  
ともに力を合わせる大切なのだと、私たちは考えます。

## 経済とともに生きる。

このまちで活動する事業者は、大切な区民の一人です。  
地域に力を与えてくれる存在なのだと、私たちは考えます。

## 環境とともに生きる。

海拔ゼロメートル地帯であるがゆえの災害の危険性を受け入れ、  
大規模な水害や巨大地震などが起きても  
誰一人取り残さないことが大切なのだと、私たちは考えます。

## 未来とともに生きる。

世界中の人々が、より良い未来を創るために活動を始めています。  
それらを学びながら先頭に立って走り続けたいと、私たちは考えます。

今日生まれた子どもたちが2100年になって生活しているこのまちを、  
夢と希望に満ちあふれたものにしたい。  
私たちはその実現に向けて全力を尽くすことをここに誓い、  
2021年、この条例を制定します。



# えどがわく 江戸川区エリアマップ



## くやくしよほんちやうしや かくじむしよ 区役所本庁舎・各事務所

えどがわくやくしよ

### 江戸川区役所

**住 所** 〒132-8501  
東京都江戸川区中央1-4-1

**開いている時間** げつようび きんようび じ ぶん  
月曜日から金曜日 8時30分～17時

くやくしよくみんかほんちやうしや  
区役所区民課(本庁舎)の  
まどぐちじかんえんちやう  
窓口時間延長のお知らせ



**休みの日** 土曜日・日曜日・祝日、年末年始

**電話番号** 03-3652-1151

**主なアクセス** えどがわくやくしよまえ  
江戸川区役所前

- JR総武線 新小岩駅から 約10分
- 都営新宿線 船堀駅から 約15分
- 東京メトロ東西線 西葛西駅から 約30分

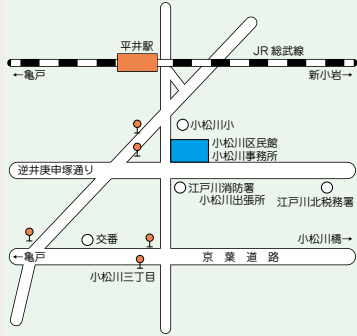


### 各事務所

住んでいる地区ごとに、区役所の事務所が5カ所あります。

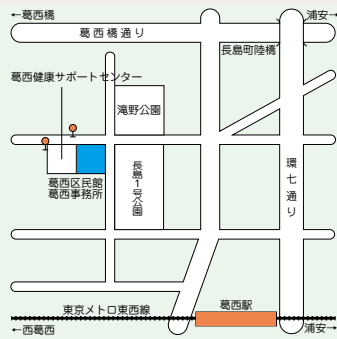
<事務所のできる事>  
 戸籍の届出・住所の異動・印鑑の登録・国民健康保険・国民年金、区税、証明書を出すなど

### こまつがわじむしょ 小松川事務所



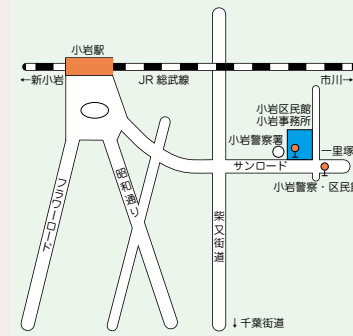
住 所 〒132-0035  
 東京都江戸川区平井4-1-1  
 ☎03-3683-5181

### かさいじむしょ 葛西事務所



住 所 〒134-0083  
 東京都江戸川区中葛西3-10-1  
 ☎03-3688-0431

### こいわじむしょ 小岩事務所



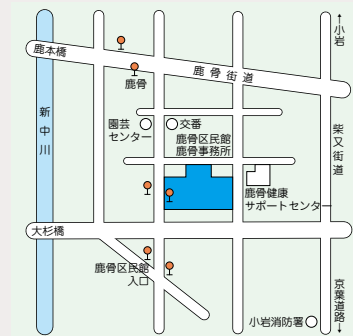
住 所 〒133-0052  
 東京都江戸川区東小岩6-9-14  
 ☎03-3657-1101

### とうぶじむしょ 東部事務所



住 所 〒132-0014  
 東京都江戸川区東瑞江1-17-1  
 ☎03-3679-1123

### ししほねじむしょ 鹿骨事務所



住 所 〒133-0073  
 東京都江戸川区鹿骨1-54-2  
 ☎03-3678-6111





おもく

## 主な区のイベントカレンダー



雷の大般若



旧中川ボートフェスティバル



花の祭典



金魚まつり

**1月** 江戸川区二十歳を祝う会  
はたちを楽しむつどい

**2月** 平井聖天燈明寺節分会  
雷の大般若

**3月** 新川千本桜まつり

**4月** 小松川千本桜まつり  
旧中川ボートフェスティバル

**5月** 花の祭典  
花壇コンクール・フラワーまつり

**6月** 小岩菖蒲園まつり、環境フェア

**7月** 金魚まつり、古川まつり  
小岩あさがお市



**8月** 江戸川区花火大会、旧中川東京  
大空襲犠牲者慰霊灯籠流し

**9月** 笑顔いっぱい長寿の集い

**10月** 江戸川区民まつり、さわやか体育祭  
江戸川マラソン大会、文化祭

**11月** 産業ときめきフェア  
江戸川「食」文化の祭典



**12月** 氷上フェスティバル



江戸川区花火大会



旧中川東京大空襲犠牲者慰霊灯籠流し



笑顔いっぱい長寿の集い



氷上フェスティバル



# えどがわく ゆうめい 江戸川区の有名どころ

## ① 善養寺



### ● 影向のマツ

善養寺には、600年以上前からある大きな黒い松の木があります。えだは東西に28m、南北は32m広がっていて、木が広がっている面積は日本一です。2011年に国の天然記念物になりました。

その立派なすがたから「影向のマツ」と言われています。（「影向」とは神やほとけがこの世にあらわれたすがたのことです）

また、善養寺には、「星降りマツ」という別の木がありました。

「星降りマツ」は600年前から生えている木で、高さ30mの古くて大きな木でしたが、1940年の台風のとぎにかれてしまいました。今は1953年に植えられた、2代目「星降りマツ」が大きく育っています。

「影向のマツ」と「星降りマツ」は同じ黒い松ですが、形はかなりちがいます。それぞれの松を見て、形をくらべると面白いですよ！



善養寺  
影向のマツ



## ● 四国霊場のお砂踏み

日本では昔から、四国地方にある88か所の霊場（お寺）に行っておいのりすると、人間が持つ88の煩惱（心のみだしたり、よごしたり、なやませたりする良くないもの）が消えて、願いがかなうと言われています。

善養寺には小さな道があります。その道に、ほこら（神や仏をまつる所）がならんでいます。ほこらの下に、四国88か所すべてのすなが入っていて、この道を通っておいのりすると、88か所に行っておいのりした時と同じ効果があると言われています。



## ● 撫で仏

お堂の外には「撫で仏（びんずるさま）」があります。自分の体の治したい場所の「撫で仏」をなでると良くなると言われています。

お寺の門が開いている時間は、自由に入れます。入場料は0円です。

ベンチにすわってお弁当を食べたり、散歩の間に休んだりできます。



## ② なぎさ公園

### ● なぎさポニーランド

総合レクリエーション公園内にあるなぎさ公園「なぎさポニーランド」では、小学校6年生までの子どもが0円でポニーに乗ることができます。そのため、週末には多くの人遊びにきます。

今は7頭のポニーと2ひきのヤギを、スタッフが毎日心をこめて世話をしています。

ポニーは、体が大きい子もいれば小さい子もいて、性格もみんなちがいます。



個性豊かなポニーとふれ合えます




ます。個性ゆたかなポニーと遊べます。ごまくんはちょっとこわがりだけれど、人にやさしく人気があります。さくらちゃんは赤ちゃんを乗せることが多いので、横についているお母さんに合わせてゆっくり歩いてくれるようなやさしい子です。

ここで生まれたプラムは小さなころからみなさんに見ていただいているので、声をかけていただくことが多いです。広い公園にいろいろな遊ぶ所があるので、アスレチックで遊んだあとにポニーに乗りに行ったり、春ならさくらがさくなぎさ公園を散歩しながらポニーたちに会いに行くのもおすすめです。都会で、これだけ大きな動物たちとふれ合える場所はありませんので、多くの方に楽しんでもらいたいです。元気いっぱいポニーたちに、ぜひ会いに来てください。



ヤギの「ふじちゃん」と「うめちゃん」

そうごう 総合レクリエーション公園




ブイロクの木

てんぼう おか  
● 展望の丘

なぎさ公園では「展望の丘」もおすすめ！  
V6のみなさんからおくっていただいたブイロクの木です。




えどがわくかどのえいこじどうぶんがくかん  
江戸川区角野栄子児童文学館(2023年11月オープン)

えどがわくかどのえいこじどうぶんがくかん  
● 江戸川区角野栄子児童文学館

「魔女の宅急便」の作者・角野栄子さんの世界観あふれる、「いちご色」の文学館が新しくできます。


えどがわく 江戸川区  
かどのえいこじどうぶんがくかん 角野栄子児童文学館




③ しんさこんがわしんすいこうえん 新左近川親水公園カヌー場



しんさこんがわしんすいこうえん 新左近川親水公園カヌー場



くみん 区民カヌー体験教室



東京2020オリンピック競技大会でのカヌースラロームの大会を機会に、江戸川区は「カヌーのまち」を目指し、区民が気軽にカヌーに乗れるようにしています。新左近川親水公園カヌー場はそのシンボルとして、2019年にオープンしました。

カヌーに乗るのが初めてでも、「多目的カヌー場」は、予約なしで気軽にカヌーに乗ることができます。

カヌーやライフジャケットは、レンタルできるので、手ぶらで行けるのもうれしいポイントです。はじめに乗り方を簡単に教えてくれます。もっとしっかり乗り方を教わりたいという人は、区の体験教室に参加することもできます。

カヌーには1人乗りと2人乗りがあります。初めての人には安定している2人乗りがおすすめです。子どもは大人との2人乗りで3さいから乗ることができ、いろいろな年代の人たちがカヌーを楽しんでいます。

春はさくら、夏の初めはたくさんの緑といった、日本のゆたかな自然を感じながらパドルをこぐ気持ちよさを、ぜひ楽しんでいただければと思います。外国人の方にも利用しやすいよう、英語で案内もしています。

住んでいる近くの場所で行ける、非日常を体験しに、ぜひ来てください。

#### ④ 第二寿湯 (銭湯)



女湯にあるマッサージチェア(奥)とヘアドライヤー付きの椅子(手前)



富士山の絵は1年に一度、描き替えます



だいにことぶきゆ  
第二寿湯  
えどがわくえどがわ  
江戸川区江戸川1-10-23

☎ 03-3670-6195  
えいぎょうじかん  
営業時間: 16時~23時  
ていきゅうび きんようび  
定休日: 金曜日

だいにことぶきゆ ねん えいぎょう  
第二寿湯は、1964年から営業して  
いる、歴史ある銭湯です。入口の「の  
れん」は第二寿湯のオリジナルで、  
季節ごとに変わります。中に入っ  
たら、番台(お金の受け取りや、お風呂  
の見張りをしている高い台)があり  
ます。番台にいる人にお金をはらい  
ます。東京で番台が残っている銭湯は  
10%ぐらいです。

お風呂場にある大きなバスタブに  
は、特別な石でできた風呂と電気  
風呂(バスタブの中に電気が流れて  
いて、少しビリビリする)がありま  
す。小さなバスタブでは、毎日かわ  
る薬湯を楽しめます。ゆったりとし  
た大きなお風呂は家のお風呂とは  
ちがいで、とても気持ちがよく、リ  
ラックスできます。

おすすめポイントの1つが、お風呂  
場の壁に描かれた富士山の大きな  
絵です。昔ながらの銭湯では、  
富士山の絵を楽しみながら、お風呂  
に入れます。絵は、プロの人が描  
いています。銭湯によって絵がちが  
うので、いろいろな銭湯に行って、  
くらべてみるのも楽しいです。  
初めて銭湯に行く人は、お店の人  
や近くの人に「わからないので、教  
えてください」と声をかけてくださ  
い。みんながやさしく、いろいろ教  
えてくれますよ!

ボディソープやシャンプー、メイク  
落としもあります。タオルは100円  
で買うことができますので、何も持  
たずに行っても大丈夫です。昔な  
がらの日本の銭湯を楽しんでくだ  
さい。

#### ⑤ 源心庵 (行船公園内)



げんしんあん みず みどり  
源心庵はたくさんの水と緑がある、  
伝統的な数寄屋造りの建物です。  
昔の日本人は夜になると、よく空  
の月をながめていました(お月見とい  
います)。大きく池へはみ出ている  
月見台から、池にうつった美しい月  
も見ることができます。

「月の間」という部屋からは、大き  
な池や美しい自然を一年中見ること  
ができます(予約が必要、有料です)。  
茶道や詩吟、琴の演奏会、香木  
の香りをかいて楽しむ「聞香」など、  
日本の昔からの文化を楽しむために  
使う人が多いです。

「入りづらいな」と思う人がいるか  
もしれませんが、「お部屋でのんびり  
すごしたい」という理由でも使うこ  
とができます。食べ物なども持って  
入れるので、まどの外の美しい自然  
を見ながら、友達や家族とランチを  
楽しむのも良いですね。

ただし、大きな声でさわぐことは  
できません。お酒は持って入れませ  
ん。ごみは持ち帰りましょう。静  
かな日本庭園で、使うときのマナー  
を守り、楽しんではいかがですか。

げんしんあん  
源心庵





## ⑥ 葛西臨海水族園



高さ30.7メートルもある大きなガラスドームの中では、600種類をこえる世界の海の生き物に出会えます。この水族園は、世界の7つの海を再現しています。水族園スタッフのおすすめは、案内のプロと一緒に行くガイドツアーや水辺の自然エリアです。水辺の自然エリアは多くの方が気づきませんが、人の手で作った川が流れていて、昔の東京の水辺が作られています。



葛西臨海水族園の大きな水槽を泳ぐマグロのすがたは世界的にも有名です。2200トンの水槽の中では、今は約80ひきのクロマグロが泳いでいます。スタッフが毎日「マグロの泳ぎがおかしいか」「けがをしていないか」などの健康チェックをしています。マグロが元気にたくさん泳ぐすがたや、海の生き物の世界を楽しんでください。



ペンギンのブースも日本一大きく、一年間で4種類のペンギン(フンボルトペンギン、ミナミイワトビペンギン、フェアリーペンギン、オウサマペンギン)を見ることができます。外と水中の両方からペンギンの動きを見ることができ、4種類のペンギンそれぞれのちがいをくらべるのも楽しいですよ。

※今はガイドツアーをお休みしています。

(2023年3月現在)

かさいりんかいすいぞくえん  
葛西臨海水族園



## ⑦ 葛西臨海公園



海につながる広い園内には、大観覧車、臨海水族園、鳥類園、バーベキュー場、区立のホテルなどがあります。

### ◎ダイヤと花の大観覧車

高さ117m、日本で2番目に大きな観覧車です。晴れた日には東京スカイツリーや東京タワー、海ほたるなど東京の近くの名所や、遠くにある富士山まで見ることができます。夜にはロマンチックな東京の夜の景色を楽しめますよ。17分間の大きく立派で気持ち良い空中散歩をぜひお楽しみください。

### ◎ホテルシーサイド江戸川

ホテルシーサイド江戸川は、葛西臨海公園の中にあります。たくさんの緑や海を見ながらのんびりとすごしたり、近くのレジャースポットで遊んだり、友達や家族との楽しいひと時をおすごしください。

ホテルシーサイド江戸川



⑧ 葛西海浜公園



葛西海浜公園は人の手で作られた2つの干潟からなる公園です。西なぎさでは潮干狩りや釣り、バーベキューを楽しむことができます。干潟には、ハマグリやコメツギガニなど、さまざまな生物がいます。東なぎさは自然な状態を守るため、立ち入ることはできません。2018年、東京では初めてとなるラムサール条約湿地に登録されました。毎年、多くの鳥が飛んできて、ここで冬をこします。



葛西臨海・海浜公園



急にこまったとき (急な病気・事件・事故)

緊急時の連絡先

火事・病気・けが

☎119

電話がつながったら

あわてず、ゆっくり話してください。

- 「(火事/救急(けがや病気)です)」と言います。
- 来てほしい住所を言います。  
住所がわからない場合は、目印の建物などを伝えます。
- 状況を説明します。  
火事：燃えているもの  
救急：病気やけがの状況
- あなたの名前・電話番号を言います。

救急受診ガイド  
～救急車を呼ぶか迷ったら～  
(東京消防庁HP)



事件・事故

☎110

電話がつながったら

あわてず、ゆっくり話してください。

- 何が起こったのかを言います。
- いつ、どこで起きたかを言います。
- 犯人や目撃した状況を説明します。  
(人数・特徴・逃げた方向など)
- 今の状況を説明します。
- あなたの名前・電話番号を言います。

[警視庁外国人こまりと相談]

※ 外国語で相談できます。

☎03-3503-8484

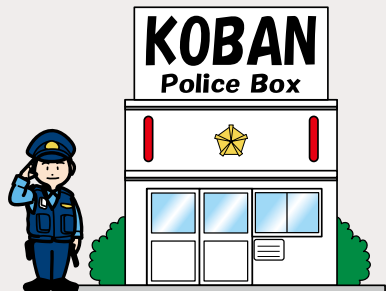
受付：月曜日から金曜日まで  
相談時間：8時30分～17時15分





### 落とし物

日本には交番がたくさんあります。交番では、警察官がみなさんの生活を守る仕事をしています。大切なものを落としたときや、落とし物を拾ったときには、交番に行ってください。



### 火事

日本の冬は空気が乾燥し、火事やすくなるので特に注意が必要です！

#### ◎火事をおこさないために

- タバコを道に捨ててはいけません。



- ねながらタバコは吸いません。
- 電気製品のコンセントにほこりがたまらないよう、きれいに掃除します。
- 家を出るときやねるときは、火の元の確認をします。
- 火の近くでスプレーかんは使いません。

#### ◎火事が起きたら

- 大声で「火事だ！(KA-JI DA)」と声を出し、周りの人に火事が起きたことを知らせます。



- すぐに「119」に電話をします。
- 最初に消火器や水で火を消します。



- 油に火がついた時は絶対に水をかけずに、消火器を使って火を消します。
- 危険だと思ったら、すぐににげてください。
- けむりの中をにげるときは、ハンカチなどを水でぬらして鼻と口をおさえ、できるだけ頭を低くしてにげます。
- エレベーターは使わず、階段を使ってにげてください。



### さいがい じしん たいふう ごうう 災害(地震、台風・豪雨)

### 災害に備える

#### ◎えどがわメールニュース

江戸川区の災害や犯罪の情報などをメールでお知らせします。  
英語・中国語・韓国語・ベトナム語・ネパール語でも対応しています。

えどがわメールニュース



#### ◎江戸川区防災ポータル(108言語対応)

天気情報、災害情報、にげるための情報などをリアルタイムにお知らせします。

えどがわぼうさい 江戸川区防災ポータル



#### ◎江戸川区防災アプリ(3か国語対応)

Android▶



iOS▶



#### ◎非常時の情報収集方法を確認する



リーフレット「わが家の防災」防災についてくわしく紹介しています。英語・中国語・韓国語があります。

わが家の防災



● **安全のために用意する**

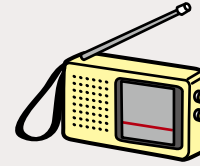
- 3日から1週間ぐらいの食べ物や水、電池、懐中電灯を用意します。
- にげる時に必要な物をすぐに持って行けるよう、ふくろ(非常持出袋)に入れます。



てぶくろ  
手袋



ラジオ



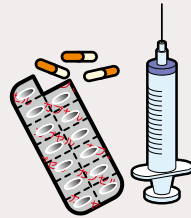
けいたいでんわ  
携帯電話・充電器



きゅうきゅう  
救急セット



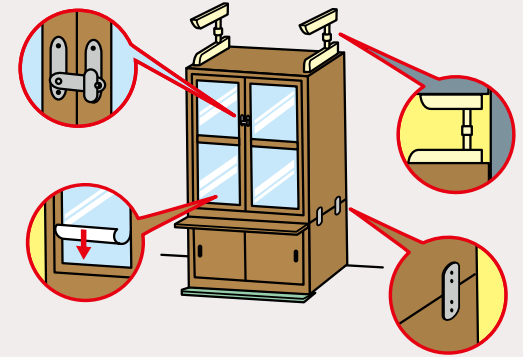
くすり



かね いんかん つうちょう  
お金／印鑑／通帳



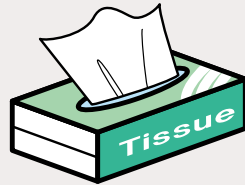
● **家具がたおれたり動かないようにする**



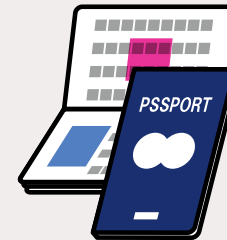
みず  
水



ティッシュ



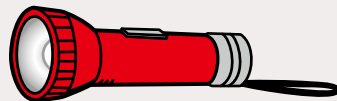
けんこうほけんしょう  
パスポート／健康保険証(コピー)



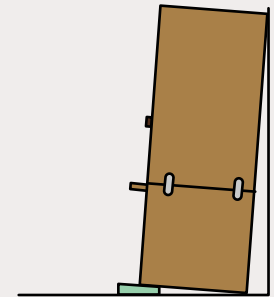
た  
食べ物



かいちゅうでんとう  
懐中電灯



ようふく  
洋服／タオル



◎ あぶない場所や、にげる場所をたしかめておく  
 家の近くに住んでいる人に、「もし地震などがあつたときは、いろいろ教えてください」と声をかけ、お願いしておきます。

にげる場所を決めて、そこまで歩く練習をしてみましょう。

水害ハザードマップは、水害が起こるリスクがある場所やにげる場所が書かれているマップです。水害ハザードマップは、日本語・英語・中国語・韓国語で作っています。区役所と各事務所で配っています。区のウェブサイトからもダウンロードできます。

江戸川区水害ハザードマップ



◎ 江戸川区のにげる場所

住所から調べられます



◎ 広域避難にもなる補助金申請

(水害の被害の出ないはなれた場所に避難したときに、お金の支援を)

うためをお願いをする)

広域避難情報(被害の出ないはなれた場所)にげなさい)が出されたときに、広域避難のために江戸川区以外のホテル等々にげたとき、補助金(お金の支援)が出ます。

広域避難にもなる補助金申請



災害が起こったとき

◎ 台風・大雨

- たくさん雨がふっている時や、風が強い時は、外に出てはいけません。
- 川の水や道路の水があふれて危険がある場合は、非常持ち出しぶくろを持ってにげます。

◎ 地震

【家や建物の中にいるとき】

- テーブルの下に入るなどして身を守ります。
- ゆれが止まったら、ガスやストーブの火を消します。
- とびらが開かなくなることがあるので、すぐにまどやとびらを開けてにげる道をつくります。
- 外ににげる前に、ブレーカーのスイッチを「切(OFF)」にして電気を切ります。

【外にいるとき】

- 頭をかばんなどでかくして、物が落ちてきてけがをしないようにして、安全な場所ににげます。
- 家がたくさんあるところでは、ブロックべいや門など、たおれてくるものからはなれます。



住民登録などの手続き

◎ 住民登録(転入届・転出届・転居届)

日本に住む場合は、住むところの区役所などに届出をしないとけません。次の場合、区役所や各事務所で手続きをしてください。

- 日本に来て、江戸川区に住む場合(転入届)
- 江戸川区以外のところから江戸川区に引越してきた場合(転入届)
- 江戸川区でないところに引っ越しをする場合(転出届)
- 江戸川区内で引っ越しをする場合(転居届)
- 中長期在留者になった場合

手続きには在留カード、パスポートなどが必要です。くわしくは2次元コードからたしかめてください。

住民登録



◎ 戸籍(出生届・死亡届・婚姻届・離婚届)

次のときは、区役所や各事務所で手続きをしてください。

- 子どもが生まれた場合(出生届)
- 日本に住む家族が死んでしまった場合(死亡届)
- 日本で結婚する場合(婚姻届)
- 日本で離婚する場合(離婚届)

手続きには、パスポートと一緒に必要になる書類があります。くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

戸籍



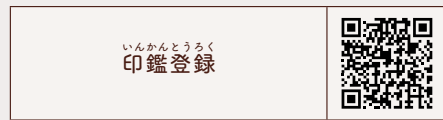


● **印鑑証明**(何か契約したりする場合に必要となります)

区市町村などの役所に登録した印鑑の実印とよびます。

実印を登録したい時や、実印の証明書が必要な場合は、区役所や各事務所で手続きをしてください。

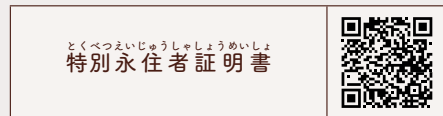
手続きには、登録する印鑑と在留カードまたは特別永住者証明書が必要です。くわしくは、2次元コードからたしかめてください。



● **特別永住者証明書**

特別永住者証明書の手続きは、区役所や各事務所でします。手続きには特別永住者証明書、パスポートなどが必要です。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。



● **住民登録・戸籍・印鑑登録・特別永住者証明書の問い合わせ先**

区民課 戸籍住民係

☎ 03-5662-0591

小松川事務所 戸籍住民係

☎ 03-3683-5184

葛西事務所 戸籍住民係

☎ 03-3688-0437

小岩事務所 戸籍住民係

☎ 03-3657-7837

東部事務所 戸籍住民係

☎ 03-3679-1125

鹿骨事務所 戸籍住民係

☎ 03-3678-6115

● **在留カード**

在留カードの、住所変更以外の手続きについては、すべて出入国在留管理庁でします。

● **問い合わせ**

東京出入国在留管理局

☎ 0570-034259

● **マイナンバーカード**

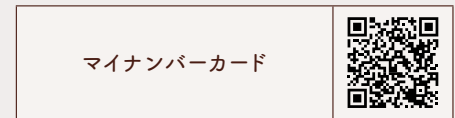
マイナンバーカードは、個人番号(マイナンバー)が記載されたカードです。国税電子申告、納税システムなど、電子申請することができます。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

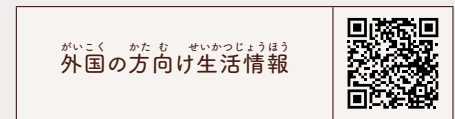
● **問い合わせ**

江戸川区マイナンバーコールセンター

☎ 03-5662-9200



● **江戸川区で生活する外国人のための**  
 江つよう じょうほう じくご たいおう  
 必要な情報(108か国語に対応しています)



● **医療保険**(病気などで病院に行くときの保険)・年金(老後にお金をもらうため)

① **医療保険(国民健康保険・後期高齢者医療制度)**

医療保険は、安心して医療が受けられるように、住民登録しているすべての人が加入します。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

● **保険料に関する問い合わせ**

医療保険課国民健康保険資格係

☎ 03-5662-0560

● **給付に関する問い合わせ**

医療保険課国民健康保険給付係

☎ 03-5662-8053

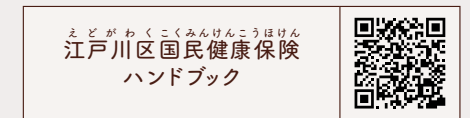
● **支払いに関する問い合わせ**

医療保険課収納係 ☎ 03-5662-0795

● **後期高齢者医療制度に関する問い合わせ**

医療保険課高齢者医療係

☎ 03-5662-1415



② **国民年金**

国民年金は、老後のくらしや、病気・けがで障害が残ったときなど、安心して生活ができるようにするためのものです。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

● **問い合わせ**

地域振興課国民年金係

☎ 03-5662-0574





●税金〔住民税(区内に住んでいて一定の収入がある人がはらう)・軽自動車税(軽自動車を持っている人がはらう)〕

外国人も、日本人もいろいろな税金をはらわなければなりません。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

住民税の課税額に関する問い合わせ  
課税課 ☎03-5662-1008

軽自動車税に関する問い合わせ  
課税課 ☎03-5662-1007

税金の支払いに関する問い合わせ  
納税課 ☎03-5662-1013



せいかつ かん じょうほう  
生活に関する情報

でんき  
電気

東京電力 カスタマーセンター  
☎0120-995-001



ガス

東京ガス お客様センター  
☎03-3344-9100



すいどう  
水道

東京都水道局 お客様センター  
☎03-5326-1101



ゆうびん  
郵便

日本郵便 お客様サービス相談センター  
☎0120-23-28-86

ゆうびん  
郵便ポスト

郵便を送るときは、切手をはって赤いポストに入れます。



ぎんこうこうざ つく  
銀行口座を作る

銀行口座を作るために必要なもの

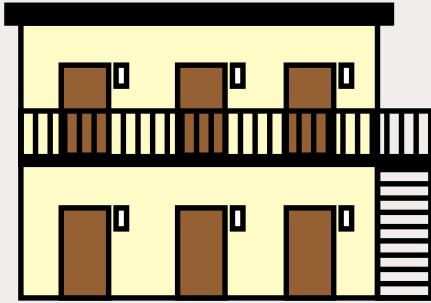
- ① パスポート
  - ② 在留カード
  - ③ 印鑑(印鑑の代わりにサインでもOK)
- ※ 必要な物や審査条件は、金融機関でちがいます。

いんかん  
印鑑(「ハンコとも言う」)って  
なんですか?

外国では契約のときにサインをしますが、日本では「印鑑」を使います。印鑑にはいろいろな種類があり、お店やインターネットで売っています。



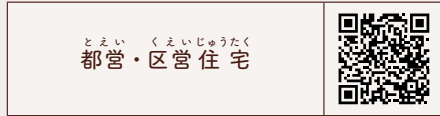
じゅうきょ しゅるい す たてももの しゅるい  
住居の種類(住んでいる建物の種類)



みんかんじゅうたく  
●民間住宅  
おおや いえ か ひと か いえ  
大家(家を貸す人)から借りる家です。

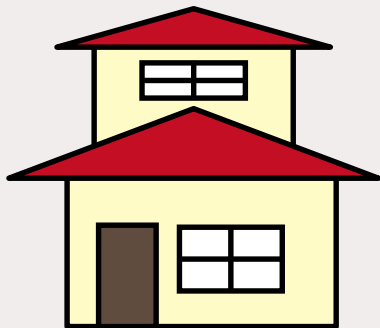
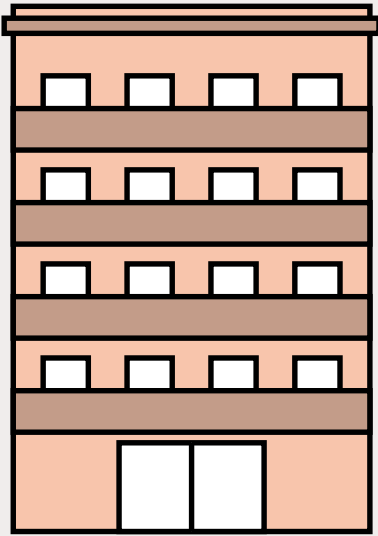
こうえいじゅうたく  
●公営住宅  
とうきょうと えどがわく か いえ  
東京都や江戸川区などが貸す家です。

- お金があまりない人でも、安く借りることができます。
- 借りるためには、ルールがいろいろあります。



ちんたいじゅうたく  
●UR賃貸住宅  
「UR都市機構」が貸す家です。ルールがいろいろありますが、外国人も借りることができます。  
「UR都市機構」で相談することができます。

も いえ  
●持ち家  
じぶん か いえ  
自分が買った家です。



す いえ かた す なが  
住む家のさがし方から住むまでの流れ

①条件を決める  
す ちいき いえ ひろ す  
住みたい地域、家の広さ、住むのにかかるお金など

②情報を収集する  
じょうほうしゅうしゅう  
インターネットで調べる、外国人向けの本で調べる

③不動産屋に行く  
ふどうさん や い  
へやを見て住みたい家を決めて申込をする

④契約までの流れ  
けいやく なが  
す 住むための審査⇒契約⇒住む

⑤住むために  
す  
かぎのひきわたし、ひっこし、でんき・すいどう  
水道・ガスの申込み、住所変更の手続きなど

※家を借りるときには、いろいろなルールがあります。右の2次元コードでたしかめてください。

へやさが  
●部屋探しのガイドブック  
しゅってん こくどうつうしゅう  
(出典：国土交通省ウェブサイト)

にほんご 日本語 - JAPANESE -	
えいご 英語 - ENGLISH -	
ちゅうごくご 中国語 - CHINESE -	
かんこくご 韓国語 - KOREAN -	
スペイン語 - SPANISH -	
ポルトガル語 - PORTUGUESE -	
ベトナム語 - VIETNAMESE -	
ネパール語 - NEPALI -	
タイ語 - THAI -	

インドネシア語  
-INDONESIAN-



ミャンマー語  
-MYANMAR-



カンボジア語  
-KHMER-



タガログ語  
-TAGALOG-




モンゴル語  
-MONGOLIAN-




- 『外国人のための賃貸住宅入居の手引き』には、家を借りるときに役に立つことが書いてあります。外国語で話せる不動産屋のウェブサイトも書いてあります。

外国人のための  
賃貸住宅入居の手引き  
(出典：国土交通省ウェブサイト)



- 外国人が借りることができる家の情報を調べることができます。

セーフティネット住宅  
(出典：国土交通省ウェブサイト)



いえ み き  
家をさがすときによく見たり聞いたりすることば

ふどうさんや  
● 不動産屋

家を借りたい人や家を買いたい人にいろいろな家を紹介する店です。家をさがすときに行き、聞きます。

おおや  
● 大家

家を貸す人です。分からないことがあったら、聞きます。「おおやさん」とよびます。

やちん ちんりょう  
● 家賃(賃料)

家を借りたときに毎月はらうお金です。

れんたいほしょうにん  
● 連帯保証人

家を借りた人が家を借りたお金をはらうことができないときなどに、代わりにお金をはらう人です。

しききん ほしょうきん  
● 敷金(保証金)

家を借りるときにはらうお金です。1か月から2か月の家を借りたお金と同じくらいのお金をはらいます。家を借りた人が家を借りたお金をはらうことができないときや、借りた家を返したあと、家を貸す人が家のこわれたところや、きたなくなつたところを直すためなどに使います。引っこすとき、大家が使わなかつたお金は返してくれます。

れいきん  
● 礼金

借りる家が決まったときに、家を借りる人はらうお礼のお金です。1か月から2か月の家を借りたお金と同じくらいのお金をはらいます。

ちゅうかいてすうりょう  
● 仲介手数料

家を借りるとき、あなたに家をお知らせした不動産屋にはらうお金です。

かんりひ きょうえきひ  
● 管理費(共益費)

アパートやマンションでみんなが使うものにはらうお金です。住んでいる人からお金をもらって、階段など、みんなで使うところをきれいにしたり電気代のために使います。

こうしんりょう  
● 更新料

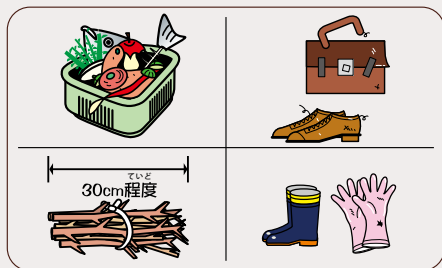
賃貸契約(家を貸す人と借りる人の約束の期間)が終わっても、そのまま同じ家に住むときに、家賃以外にはらうお金です。

### ごみの分け方・出し方

家から出るごみは、燃やすごみと燃やさないごみ、資源に分けて出します。集める日は住むところで決まっています。資源とごみは決められた曜日の朝8時までにだします。くわしいことは、「資源とごみの出し方基本ルール」パンフレットを見てください。

#### ●燃やすごみ

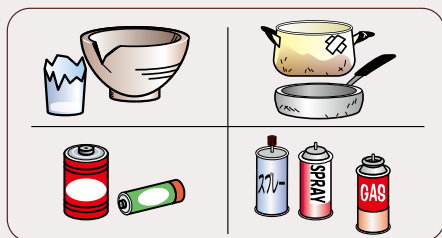
[ごみ容器または中身の見える透明・半透明のふくろにまとめて入れて出してください]



生ごみ・紙くず・紙おむつ(汚物を取りのぞく)・服・サラダ油など(紙や布にしみこませるか固めて出してください)・木のえだ、草花(長さ30cmくらいに切ってまとめてください)・プラマークのあるよごれているもの、銀色の部分があるもの・プラマークのないプラスチック・ゴム皮革

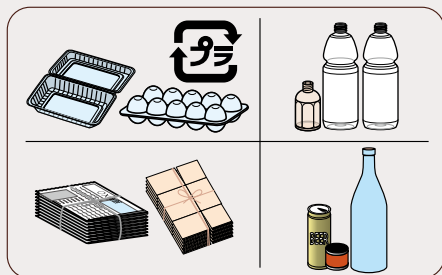
#### ●燃やさないごみ

[ごみ容器または中身の見える透明・半透明のふくろにまとめて入れて出してください]



プラスチックがはずせない金属・30cmまでの小さい家電・陶磁器(お皿など)・ガラス・刃物類(包丁・ナイフなど)・金属類(鉄など)・乾電池・スプレーかん・ライター(必ず中身を使い切って、他のごみとは別にしてください)・電球・蛍光灯(紙のケースに入れてください)

#### ●資源



●資源となる容器包装プラスチック [ごみ容器または中身の見える透明・半透明のふくろにまとめて入れて出してください]

(プラマークの表示があり、よごれや銀色部分がないもの)

カップ容器・プラスチックのキャップ類・ボトル容器・トレイ・パック容器・保護材・レジふくろ・外ふくろ・ラベルなど

#### ●ペットボトル

[ペットボトルネット(緑)に入れて出してください]

(ペットマークのついている飲み物などのペットボトル) ジュース・お茶・スポーツドリンク・お酒・しょう油・つゆ・みりんなど

#### ●びん

[黄色のコンテナに入れて出してください]

(飲み物用・食べ物用のガラスびん) ジュース・お酒・ワインなどの飲み物用のびん、ジャム・調味料などの食べ物用のびん

#### ●缶

[青色のコンテナに入れて出してください]

(飲み物用・食べ物用のアルミかん、スチールかん)

ジュース・ビールなどの飲み物用のかん

お茶のり・クッキーなどの食べ物用のかん

#### ●古紙

[それぞれひもでしばって出してください]

(新聞(折込チラシふくむ)・雑誌(本など)・雑がみ・段ボール・紙バック(内側が白色))

#### とあ 問い合わせ

小岩清掃事務所 ☎03-3673-2551

(小岩・東部・鹿骨事務所管内)

葛西清掃事務所 ☎03-3687-3896

(葛西事務所管内)

小松川清掃分室 ☎03-3684-6060

(小松川事務所・区民課管内)

清掃課庶務係 ☎03-5662-4387

清掃課清掃事業係 ☎03-5662-8434

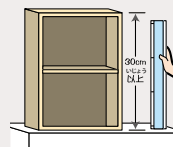
清掃課ごみ減量係 ☎03-5662-1689

#### ごみ・リサイクル



#### ●粗大ごみの出し方

粗大ごみとは、家庭から出る一辺の長さが30cmより大きいごみです。粗大ごみを捨てる場合、お金がかかり、申し込みが必要で、電話またはインターネットから申し込んでください。



#### 粗大ごみ受付センター

☎03-6744-5700

受付時間: 月曜日から土曜日

8時~19時(年末年始除く)

ホームページでの受付は24時間

(年末年始除く)

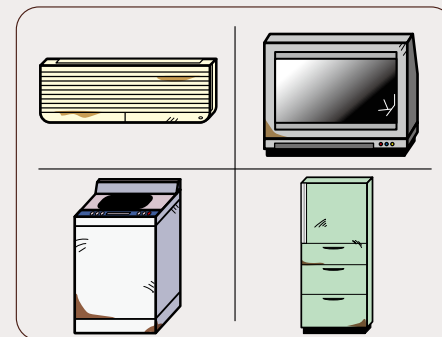
#### 粗大ごみ受付センター



#### ●家電の捨て方

エアコン、テレビ、洗濯機、冷蔵庫は、リサイクル料金等のお金の支払いが必要です。

電話またはインターネットで申し込みます。



#### 家電リサイクル受付センター

☎0570-087200

受付時間: 月曜日から金曜日

9時~17時

(祝日・年末年始を除く)

#### 家電リサイクル受付センター





## ほか せいかつかんれんじょうほう その他の生活関連情報

### しょうひせいかつそうだん ●消費生活相談

しょうひしゃ まいにち しょうひせいかつ  
消費者センターでは、毎日の消費生活  
のこまったことを相談することができま  
す。どこに相談したらいいかわからない  
場合でも、いったん消費者センターに  
お知らせください。  
くわしくは、2次元コードでたしかめてく  
ださい。

### とあ 問い合わせ

えどがわくしょうひしゃ  
江戸川区消費者センター

☎03-5662-7637

えどがわくしょうひしゃ  
江戸川区消費者センター



### ●ボランティア

えどがわく ふくし こそだ  
江戸川区では、福祉やまちづくり、子育て、  
こくさいこうりゅう などいろいろな分野でボ  
ランティア活動をしている人がいます。  
ボランティアセンターでは、ボランティア  
をしたい人、ボランティアの手を借りた  
い人をつないでいます。  
くわしくは、2次元コードでたしかめてく  
ださい。

### とあ 問い合わせ

こうえきざいだんほうじん  
公益財団法人えどがわボランティアセンター

☎03-5662-7671

こうえきざいだんほうじん  
公益財団法人  
えどがわボランティアセンター



## せいかつ 生活コラム

## くらしのマナー

### か いえ とき き ●借りる家をさがす時に気をつけること

- ①自分が借りた家に、他の人を住ま  
わせることはできません。
- ②アパートでは、ペットと住めないこ  
とが多いです。契約の時にたしか  
めましょう。

※わからないことがあったら、何でも  
不動産屋さんや  
不動産屋さんに聞いてみましょう。

### せいかつ き ●生活で気をつけること

- ①日本人は、住んでいる近くのひと  
のつながりを大切にします。普段  
から住んでいる近くのひととい  
い関係を作りましょう。
- ②日本のかべはうすいので、アパート  
では大きな音を出さないようにしま  
しょう(大きな声、テレビの音、音楽な  
ど)。  
外でもさわぎません。住んでいる近  
くのひとたちにのめいわくになります  
ので、気をつけましょう。

- ③部屋の外(みんなで使う場所)に  
物を置いてはいけません。

- ④日本の家では、入り口でくつをぬ  
ぎます。

- ⑤部屋はきれいに使しましょう。

●台所の水が流れるところに食べ  
ものあぶらなどを流してはいけませ  
ん。

●壁紙をはがしたり、くぎを打った  
り、ペンキをぬったりしてはいけ  
ません。元にもどすために、たく  
さんのお金をはらわないといけ  
ないことがあります。

# 町会・自治会に入ろう

日本の地域には、町会や自治会があります。みんなのまちを安全で住みやすくするために、いろいろなことをします。  
※入るにはお金がかかります。

町会に入ると、どんな良い事があるの？

- 災害がおきた時に助け合うことができます。
- 近くの人たちと仲間になることで犯罪の少ないまちになります。
- ごみの少ないきれいなまちをつくることができます。

- みんなで楽しめるイベントに参加できます。
- 住んでいる地域のいろいろな生活情報を早く知ることができます。

ぜひ、あなたも町会・自治会に入り、近くに住む仲間として協力してください。

# 国がちがうと生活する決まりもちがう

## 日本のあいさつ

- 朝 おはようございます
- 昼 こんにちは
- 夜 こんにちは

- 友だちでは、ハグ(Hug)やキス(Kiss)はあまりしません。
- 握手は相手がしてきたらします。
- ボディータッチは、働いている仲間どうしはしません。

## 【お辞儀(日本式あいさつ)の種類】



**会釈(頭を下げる)**  
体を15度の角度にたおします。軽い一礼。道などですれ違う時などに使います。



**敬礼(日本式あいさつ)**  
体を30度の角度にたおします。多くのシーンでもっとも使うお辞儀です。



**最敬礼(日本式あいさつ)**  
体を45度の角度にたおします。とても丁寧なお辞儀。深い感謝やあやまるなどの時に使います。



じかん やくそく まも

## 時間や約束を守ろう

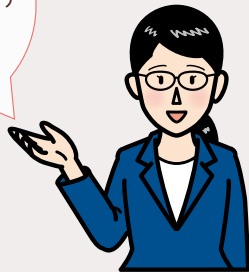
でんしゃ じかん くに にほんじん  
電車が時間どおりに来るように、日本人は時間を守ります。時間を守ることをあたりまえのことと考えているからです。学校や仕事場では、時間におくると信用をなくすことになります。どうしてもおくれるときは連絡をしましょう。

ひとづ あ

## 人付き合い

にほん としうえ ひと けいけん なが ひと  
日本では、年上の人や経験の長い人を「社会により長く貢献してきた人」として、わかい人や経験の少ない人よりも大切にすることがあります。学校などの場でも、年が上の人には丁寧な言葉を使いましょう。また、初めて会う人はあまりフレンドリーにしないで、付き合いがあります。「知り合い」「友だち」という流れがあって、本当のきもちを言い合えるまでの関係になるには、時間がかかります。周りの人と合わせることを大切にしている日本人は、言い争いをあまりしないようにすることが多いです。

にほんのことわざ「親しき中にも礼儀あり」という言葉があります。



ひょうげん ちゅうい

## はっきりしない表現に注意しよう

にほんじん じぶん あらわ  
日本人は自分を表すときに、イエスカノーかをはっきり言わず、顔色や会話の様子からおたがいの気持ちを感じ合うことが多くあります。「いいです」「結構です」「大丈夫です」など正反対の意味にとれる言葉は、日本人でもむずかしいことがあります。また、相手との意見の争いをさけるため、自分の思ったことをはっきり言わず、自分の意見をなんとなく伝えることもあります。分からないときは、その場でたしかめましょう。

にほん  
日本では、ハッキリ自分の意見を言うよりも「～した方がよいのでは」というやさしい言いかたの方が好れます。



にほんぶんか

## 日本文化コラム

### にほん ふうろ 日本のお風呂

にゅうよく

## 入浴のマナー

- バスタブに入る前に、体をあらいます。みんなで入るバスタブを、きれいに使うためです。
- シャワーの水やせっけんのあわが、周りの人にかからないよう気を付けましょう。
- 使ったオケやイスはきれいなお湯で流しましょう。
- バスタブにタオルを入れてはいけません。
- ながいかみのけは、まとめましょう。
- 体をよくふいてから、脱衣所（服をぬいだところ）にもどりましょう。
- 洗面台やドライヤーは、仲良く使いましょう。

にほん こうしゅうよくじょう せんとう  
日本には、公衆浴場として「銭湯」や「温泉」があります。江戸川区には銭湯がたくさんあります。（14ページで「第二寿湯」を紹介しています。）自宅では味わえないムードや開放感を楽しんでみませんか。

せんとう はい かた

## 銭湯の入り方

- 入りぐち 入口でくつをぬぎ、くつ入れに入れ、かぎをかけます。
- うけつけ 受付（番台やフロント）でお金をはらいます。
- だついしょ 脱衣所（服をぬぐところ）にある、空いているロッカーにぬいだ服を入れます。

## ● 江戸川区の浴場情報

ゆ えどがわ 湯らり江戸川 （江戸川区浴場組合HP）	
----------------------------------	--

せんとう まも  
銭湯のルールを守って、  
きもちよく 利用しましょう。



えどがわせんとう  
おうえん  
応援キャラクター  
「お湯の富士」

# PLEASE ENJOY! SENTO

日本の銭湯を楽しむっすう～

**Take your shoes off and Put them into the shoe locker.**  
靴を脱ぎ、下駄箱に入れるっすう～。

**STEP 1**

**Pay the entrance fee.**  
入浴料金を払うっすう～。

**STEP 2**

**Find a vacant locker and get completely undressed.**  
Be careful not to lose the locker key.  
空いているロッカーを探し服を脱ぐっすう～。  
ロッカーの鍵を失くさないよう気をつけるっすう～。

**STEP 3**

**Bring a towel to wash your body and head to the bathing area.**  
体を洗うタオルを持って浴室に向かうっすう～。

**STEP 4**

**Get a bucket and a chair ready and wash your body.**  
桶と椅子を揃え、体を洗うっすう～。

**STEP 5**

**Soak in the bath! Look at the Enjoy the bathhouse walls and get relaxed!**  
湯船につかるっすう～！ 銭湯画を眺めて  
ゆっくりリラックスするっすう～！

**STEP 6**

**TOWELS タオルの販売**  
Towels are available for purchase at the front counter.  
浴場ではタオルの販売をしています。  
購入ご希望の方は受付窓口にお越しください。

**BODY WASH / SHAMPOO**  
Shampoo is put in the public bath.  
Please use it freely. Except for some of the public baths.  
区内浴場ではボディソープ/シャンプーを設置しています。ご自由にご利用ください。 ※一部浴場除く

**ENTRANCE FEE 入浴料金のご案内**

Adult 大人	Elementary school children 小学生	Preschoolers 保育園児
500円	200円	100円

## 日本文化コラム

### 日本の食事マナー

#### 茶わんや器を手で持つ

日本では、ご飯が入った茶わんやみそ汁のおわんは、手で持って食べます。食器をテーブルに置いたまま、口に料理に近づけて食べることは、マナーが悪いこととなります。日本食や日本食以外の食べ物でも大きいお皿は、持たずに食べます。

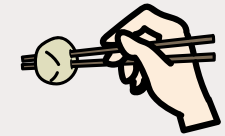
#### おはしのマナー

**よくないマナーの例**

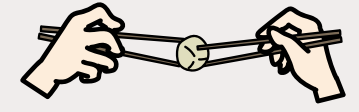
- 握りばし  
二本のおはしをにぎって食べること。



- 突きばし・さしばし  
食べ物におはしをつきさして食べること。



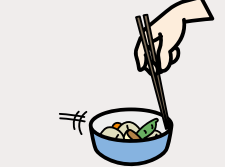
- 合わせばし・はしわたし  
他の人のおはしから自分のおはしへ料理をわたすこと。



- まよいばし  
どの食べ物を食べようかまよい、おはしをあちこち動かすこと。



- よせばし  
おはしで食器を自分の方に引きよせること。



#### 麺類の食べ方

日本では、そばやうどん、ラーメンなどの麺類は音を立てて食べますが、スパゲティは音を立てて食べません。





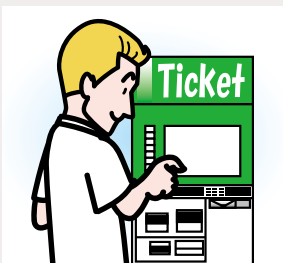
交通

電車

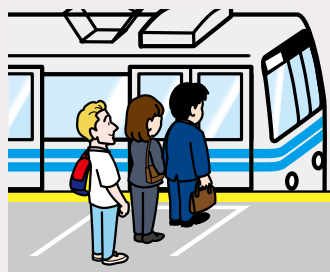
東京の交通は時間に正確で、どこに行くにも便利です。電車・バスには、定期券(毎日同じ電車やバスに乗るときに安く買える)やお得な一日乗車券(一日何度も乗れる)もあります。

乗り方

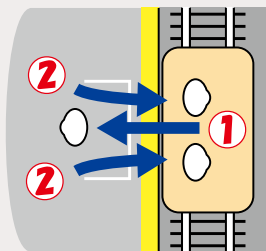
- 行きたいところまでの切符を買います (ICカードを持っている場合はそのまま改札へ)。



- 駅のホームでは列にならんで待ちます。



- 電車に乗るときはおりる人が先です。



- 電車の中ではマナーを守ります。

電車内でのマナー

- スマートフォン・携帯電話は音が出ないようにし、電話での会話はしません。



- 大きな声で話しません。



- 電車の中で物を食べません。



優先席

優先席  
Priority Seat

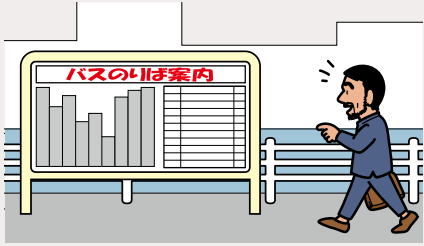
電車やバスの中には、優先席があります。お年寄り、けがや病気の人、赤ちゃんと一緒にいる人、おなかの中に赤ちゃんがいる人が優先して利用します。優先席の近くでは、人がたくさんいるときには携帯電話の電源を切りましょう。

女性専用車両

女性専用車  
Women Only

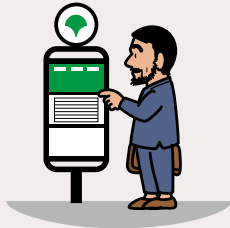
電車内での迷惑行為を予防し、安心して乗車できるよう、女性専用車があります。女性専用車は、小学校6年生以下の子どもや体の不自由な方、その介助者の男性も乗ることができます。

## バス

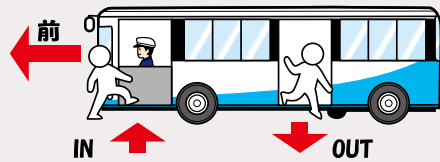


### ● 乗り方

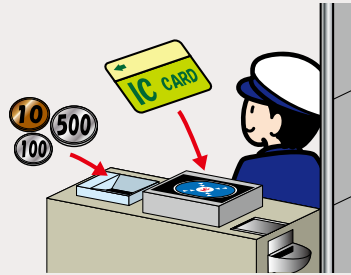
- 行きたいところへ向かうバス停で待ちます。



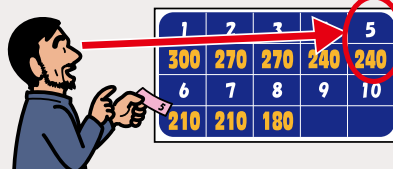
- バスの正面の上のところに、バスの行き先が書かれています。東京23区内のバスは、前から乗って、後ろのドアからおります。



- 乗車したら、運賃を先払いします。



- 乗るお金は、乗るときにはらうタイプと、乗ってからおりるところまでの長さではらうお金がふえるタイプがあります (ICカードがあると楽です)。



- おりるバス停に近づいたら近くにあるブザーをおします。



## タクシー

### ● 乗り方

- 駅やホテルにあるタクシーに乗るところに行きます。



- ドライバーに行きたいところを言います (外国語が話せるドライバーは少ないので、日本語があまり話せない人は、行きたいところがわかる物をドライバーにわたしましょう)。



- 行きたいところに着いたらドライバーにお金をはらいます。

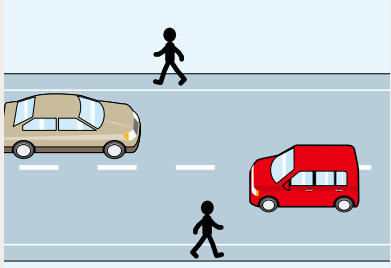


- ★ 日本のタクシーは、ドアが自動なので、自分で開けたりしめたりしないでいいです。
- ★ 22:00～5:00までは、はらうお金が20%ふえます。



### 歩き方

- 歩道(人が歩くための道)を歩きます。
- 歩道がないところでは、道の右側を歩きます。

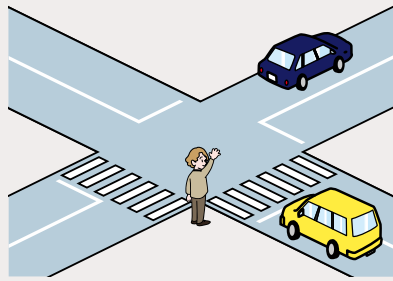


- 道をわたるときは、信号があるところや横断歩道などをわたります。
- 横断禁止マークがあるところをわたってははいけません。

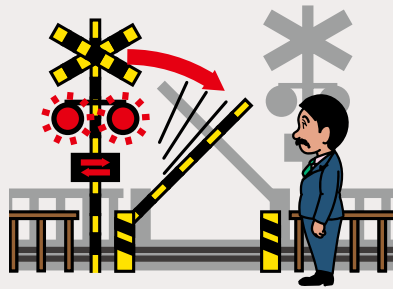


横断禁止マーク

- 横断歩道では、手をあげたり、車やオートバイを運転している人を見たりして、ドライバーに横断歩道をわたることを知らせます。それから、道が安全かどうかをたしかめてからわたります。

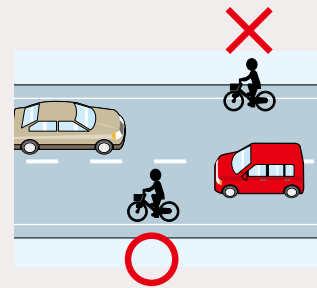


- 道をわたっているときも、車やオートバイが来ないか、よく見ます。
- 電車の踏切では、カンカンと音がしているときや、遮断機(黄色と黒のバー)が下り始めたときはわたってはいけません。



### 自転車

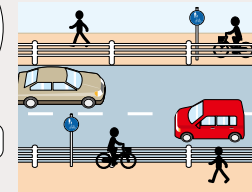
- 自転車は法律では車と同じです。



- 絵のように、車道(車が通るための道)の左はしを走ります。



歩行者優先



↑このマークがある道は、自転車で歩道を走れます。

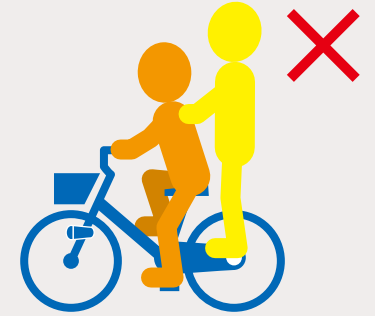
- すぐ止まることができるようにゆっくり走ります。
- 歩いている人のじゃまにならないように、自転車をおりたり、止まったりします。

(歩道を自転車で走ることができる場合)

- 12歳以下の子どもや70歳以上の高齢者、身体の不自由な人。
- 車道を安全に走ることができないとき。

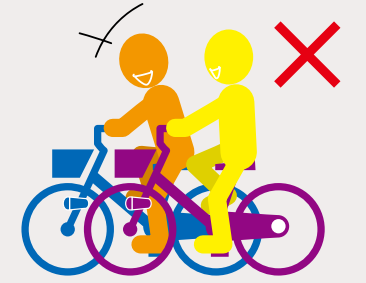
### 自転車に乗るときのルール

- 1台の自転車に2人で乗ってはいけません。

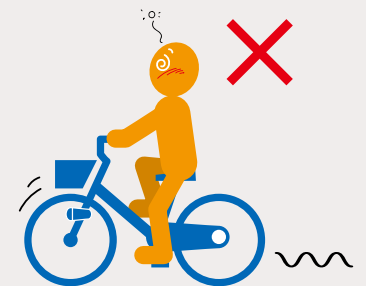


※幼児(小学生になるまで)を乗せるときは、子ども用のいすがある自転車を使しましょう。

- 他の自転車と横にならんで走ってはいけません。



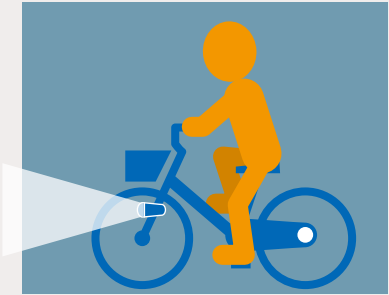
- お酒を飲んだときは、自転車に乗ってはいけません。



かたてうんてん あぶ かたて  
 ●片手運転は危ないです。片手でかさをさしたり、スマートフォン・携帯電話を使ったりしながら運転してはいけません。



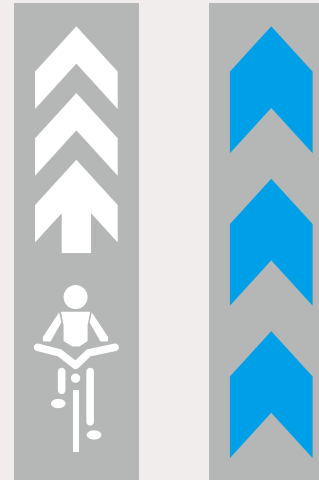
よる など、くらくなったらライトをつけなければなりません。



じてんしゃ の とき なに ひと  
 ●自転車に乗る時は何さいの人でも、ヘルメットを着けるようにしましょう。



じてんしゃ じてんしゃ  
**自転車ナビマーク・自転車ナビライン**



じてんしゃ じてんしゃ  
 自転車ナビマーク 自転車ナビライン

じてんしゃ じてんしゃ かたち  
**自転車ナビマーク・自転車ナビラインの形**

じてんしゃ はし すす ほうこう おし  
 自転車が走る場所や進む方向を教えてください。

じてんしゃ やじるし む すす  
 自転車は、矢印の向きに進んでください(逆向きには走れません)。自転車ナビマーク・自転車ナビラインは、自転車に、通行する位置と進む方向をわかりやすく知らせるためのものです。

あたら こうつうほうほう ぼっそく き どうろ  
 新しい交通方法や罰則を決めた道路標示ではありません。

えどがわく  
**江戸川区レンタサイクル(eサイクル)**

えどがわくない しょ えき ちか ちゅうりんじょう  
 江戸川区内11か所の駅の近くの駐輪場にレンタサイクルがあります。利用するお金は、普通自転車は1日210円、電動アシスト自転車は1日340円で、駅の近くの駐輪場のどこでも借りたり・返したりできます。レンタサイクル利用登録証をつくるため、初めての登録には在留カードや運転免許証などの身分証明書を持ってきてください。

えどがわく  
 江戸川区レンタサイクル(eサイクル)  
 利用案内チラシ

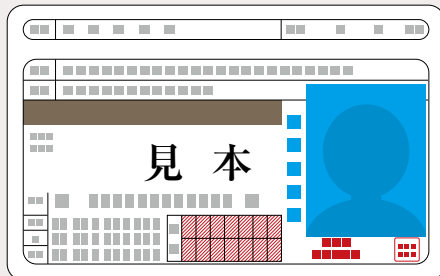




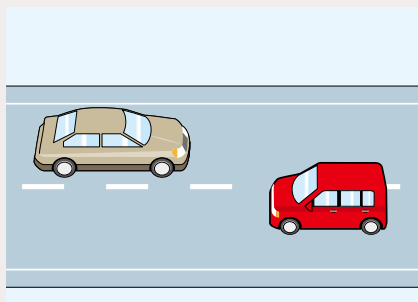
# 車

## ●運転するとき

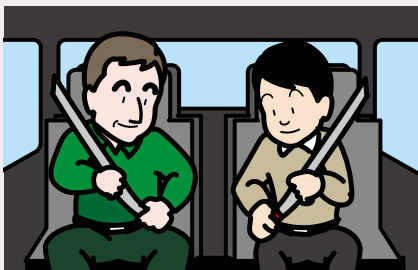
- 運転免許証が必要です。



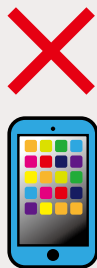
- 運転免許証を持っていないとき（家に忘れたときなど）は、運転してはいけません。
- 道の左側を走ります。歩いている人や自転車の近くでは、ゆっくり走ります。



- 運転する人も、一緒に乗る人も、みんなシートベルトをしなければなりません。



- 車やオートバイを運転しているときは、スマートフォン・携帯電話を使ってはいけません。



## ●お酒を飲んだとき



- 運転してはいけません。
- お酒を飲んだ人に車やオートバイを貸したり、運転をお願いしてはいけません。
- これから運転する人に「お酒をどうぞ」とすすめてもいけません。



## おも びょういん しゅるい 主な病院の種類

ないか科	からだ なか びょうき 体の中の病気(かぜなど)を なお 治します。
げ外 科	けがを なお 治したり、 しゅじゅつ 手術をしたりします。
しょうにか 小児科	あか こ びょうき 赤ちゃんや子どもの病気を なお 治します。
せいけいげか 整形外科	かね かんせつ きんにく ほね、関節、筋肉などを なお 治します。
が ん 科 眼科	め びょうき なお 目の病気を治します。
し 歯 科	は なお 歯を治します。
さんふじんか 産婦人科	おんな ひと びょうき なお 女の人になる病気を治したり、 あか う 赤ちゃんを産んだりします。

### 病气や怪我をしたときの相談

● 江戸川区医療相談窓口  
区内の診療所、歯科、施術所について相談できます。

☎ 03-3671-1116

受付：月曜日から金曜日  
(祝日と年末年始を除く)

相談時間：9時～16時

相談方法：電話による相談

※ 来所の場合は事前に予約が必要です。

● 休日診療テレホンセンター  
区内の休日急病当番医を紹介します。

☎ 03-5667-7557

受付：日曜日、祝日  
12月29日から1月4日

案内時間：9時～17時

● 江戸川区医師会夜間・休日急病診療所  
内科・小児科に関する、夜間・休日の応急診療を行います。

住所：江戸川区西瑞江5-1-6

江戸川区医師会地域医療支援センター1F

☎ 03-5667-7775

夜間診療：21時～翌日6時  
(年中無休)

休日診療：9時～17時

(日曜日、祝日、12月29日から1月4日)

● 江戸川区歯科医師会休日応急診療所  
歯科に関する休日の応急診療を行います。

住所：江戸川区東小岩4-8-6  
江戸川区歯科医師会館内

☎ 03-3672-8215

診療時間：9時～17時

※ 事前に予約が必要です。

● 東京都保健医療情報センター

「ひまわり」

外国語で診療できる医療機関や日  
本の医療制度について、案内してく  
れます。

☎ 03-5285-8181

受付時間：9時～20時  
(年中無休)


英語、中国語、韓国語、タイ語、  
スペイン語で対応可。

サイトでは、都内の医療機関の場所  
や診療の内容などの情報を見ることが  
できます。

英語、中国語、韓国語に翻訳可。

くわしくは、2次元コードからたしか  
めてください。

東京都保健医療情報センター  
「ひまわり」




● AMDA国際医療情報センター  
電話で医療相談ができます。

☎ 03-6233-9266

受付：月曜日から金曜日  
相談時間：10時～16時

(祝日と年末年始を除く)

AMDA国際医療情報センター



### 医療機関での受診方法

病院や診療所に行きます。

〈持っていくもの〉

- 健康保険証
- 紹介状(必要な場合のみ)

受付で健康保険証を出します。  
症状を簡単に説明します。

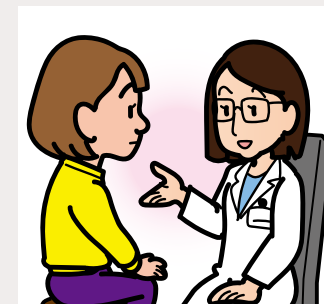
「おなががいたい」

「熱がある」など



名前がよばれるまで待合室で待ちます。

名前がよばれたら診察室に入り症状を  
くわしく説明します。



診察が終わったら、待合室で待ちます。  
受付で名前をよばれたら、お金をはら  
います。  
処方箋(薬の情報が書いてある紙)をもら  
います。

調剤薬局に行き、処方箋を見せて薬を  
もらい、お金をはらいます。



ぐあい  
からだの具合

● (参考) 病院でよく使われる日本語

日本語	読み方	意味
頭痛	Zutsu	頭がいたい
のどがいたい	Nodo ga itai	のどがいたい
咳が出る	Seki ga deru	咳が止まらない
めまい	Memai	目が回る感じ
動悸	Doki	心臓が強く打つ
しびれ	Shibire	手や足の感覚がなくなる状態
鼻水が出る	Hanamizu ga deru	鼻水が出る
鼻づまり	Hanazumari	鼻がつまっている
胸焼け	Muneyake	食べた物がむねにつまる感じ
食欲不振	Shokuyoku fushin	食欲がない
吐き気がする	Hakike ga suru	気持ちが悪い
腹痛	Fukutsu	おなかがいたい
便秘	Benpi	3日以上便が出ない
下痢	Geri	おなかが痛い、やわらかすぎる便が出る
血尿	Ketsunyo	のように血がまざる
血便	Ketsuben	便に血がまざる
かゆい	Kayui	からだをひっかきたい感じ
目がいたい	Me ga itai	目がいたい
むくみ	Mukumi	顔、手、足などがふくらむ

日本語	読み方	意味
発疹	Hosshin	皮膚のかゆみや、赤い点々などがおこること
発熱	Hatsunetsu	いつもより体温が高くなる
全身倦怠	Zenshin Kentai	からだの全体がだるい
不眠	Fumin	ねむることができない
息苦しい	Iki gurushii	呼吸が苦しい

くすり しゅるい  
薬の種類

日本語	読み方	意味
錠剤	Jozai	薬を一定の形にして飲みやすくしたもの
解熱剤	Genetsuzai	高い体温を下げるための薬
鎮痛剤	Chintsuzai	いたみをへらす薬
坐薬	Zayaku	おしりのあなから入れる薬
消毒薬	Shodokuyaku	消毒に使用する薬
うがい薬	Ugaigusuri	のどを消毒する薬
軟膏	Nanko	ぬり薬
点眼薬	Tenganyaku	目に入れる薬
内服薬	Naifukuyaku	口から飲む薬
かゆみ止め	Kayumidome	かゆみを止める薬
咳止め	Sekidome	せきを止める薬
下痢止め	Geridome	おなかのいたみとやわらかすぎる便を止める薬



さまざまな相談・手続き

江戸川区 外国人相談窓口  
 日常生活に関するなやみや質問など、  
 無料で相談できます。  
 電話での相談も可能です。

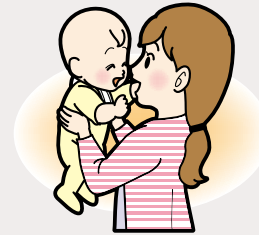


場所: 江戸川区松島1-38-1  
 グリーンパレス2階  
 区民相談室  
 ☎03-5662-7684  
 相談日: 月曜日(祝日・休日をのぞく)  
 時間: 13時~16時  
 対応言語: 英語・中国語

江戸川区外国人相談窓口

子どもの手続き

① 妊娠(おなかの中に子どもがいる)・  
 出産(赤ちゃんを産んだ)



- 妊娠届(おなかの中に子どもがいることがわかった時)や母子健康手帳(親子健康手帳)について
- 子どもが生まれたとき
- 子どもの健康診断、予防接種(注射)について

問い合わせ

健康サポートセンター

② 手当(子どもに対してもらえるお金)・  
 医療費助成(子どもの医療費が無料になる)

- 子どもの医療費助成を受けたい
- 児童手当(子どもが中学校を卒業するまでもらえるお金)・乳児養育手当(0さい児がもらえるお金)を受けたい
- ひとり親の手当、医療費助成を受けたい
- くわしくは2次元コードからたしかめてください。

江戸川区の子育てサービス  
 一覧

保育園・学校の相談

① 保育園(0さいから小学校に入学するまでの子どもをあずける)

- 子どもを保育園に通わせたい
- 子どもを短い間あずけたい

問い合わせ  
 保育課保育係 ☎03-5662-0066

② 幼稚園

- 子どもを区立幼稚園(江戸川区がやっている幼稚園で小学校入学までの2年間)に通わせたい

問い合わせ  
 学務課学事係 ☎03-5662-1624

- 子どもを私立幼稚園(3さい児から小学校入学までの子どもをあずける)に通わせたい

問い合わせ  
 子育て支援課推進係

☎03-5662-1001

③ 区立学校

- 子どもを小学校/中学校に入学させたい
- 日本語学級(日本語を教えてくれる学校で、区内に小学校3校、中学校2校ある)に通わせたい

※2023年4月から、小学校は4校  
 問い合わせ  
 学務課学事係 ☎03-5662-1624


入園・入学





こそだ そうだん


## 子育ての相談

子どもの健康や成長についての相談など、子育てになやんだらお問合せください。

けんこう 健康サポートセンター	
--------------------	---

えどがわくじどうそだんしよ 江戸川区児童相談所 はあとポート	
--------------------------------------	---

きょういくそだんしつ 教育相談室	
---------------------	---

はつたつそだん しえん 発達相談・支援センター	
----------------------------	---

けんしん けんしん

## 健診・検診

江戸川区では、子どもから高齢者までさまざまな健診が受けられます。くわしくは、健康の2次元コードからたしかめてください。

- 39さい以下の方の区民健診
- 40さい以上74さい以下の方の国保健診
- 75さい以上の方の長寿健診
- 65さい以上の方の口腔ケア健診
- がん検診、成人歯科検診、骨粗しょう症検診 など

### 問い合わせ

けんこうすいしんかけんしんがかり  
健康推進課健診係

☎03-5662-0623

にゅうようじ けんしん  
●乳幼児の健診

### 問い合わせ

けんこう かほしほけんがかり  
健康サービス課母子保健係

☎03-5661-2466

かんえん けんさ  
●肝炎ウイルス検査

### 問い合わせ

えどがわほけんじよ  
江戸川保健所  
ほけんよぼうかかんせんしやうたいさくがかり  
保健予防課感染症対策係

☎03-5661-2476

けんこう 健康	
------------	--

かいごほけん

## 介護保険

介護保険は、いつまでも自分で生活が送れるように熟年者の介護を社会全体で支える制度です。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

### 問い合わせ

かいごほけんかそだんがかり  
介護保険課相談係

☎03-5662-0061

かいごほけん 介護保険	
----------------	--


しえん

## さまざまな支援

### ① 高齢者福祉

介護や認知症などのあらゆる相談を受け付けています。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

かくしよ しやかいふくし 各種の社会福祉	
-------------------------	---

### ② 障害者福祉

家族や本人からの障害に関する相談を受け付けています。障害者手帳の申請や障害福祉サービスなどの利用についても案内しています。

くわしくはお問い合わせください。

しんたいしやうがい かた  
●身体障害の方

### 問い合わせ

しやうがいしやふくしかしんたいしやうがいしやそだんがかり  
障害者福祉課身体障害者相談係

☎03-5662-0052

ちてきしやうがい かた  
●知的障害の方

### 問い合わせ

しやうがいしやふくしかあい てちやうそだんがかり  
障害者福祉課愛の手帳相談係


☎03-5662-0053

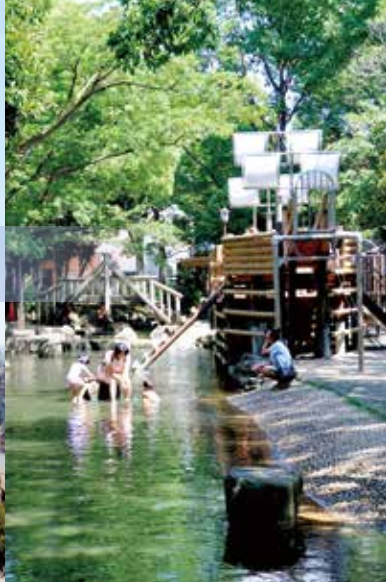
せいしんしやうがい かた  
●精神障害の方

### 問い合わせ

えどがわほけんじよ  
江戸川保健所  
ほけんよぼうかせいしんほけんがかり  
保健予防課精神保健係

☎03-5661-2465

しやうがいしやふくし 障害者福祉	
---------------------	---



えどがわくしせつ あんない

## 江戸川区施設の案内

としょかん

### 図書館

しせつめい 施設名	じゅうしょ 住所
ちゅうおうとしょかん 中央図書館	ちゅうおう 中央3-1-3
こいわとしょかん 小岩図書館	ひがしこいわ 東小岩3-6-9
まつえとしょかん 松江図書館	まつえ まつえくみん ない 松江2-1-10 松江市民プラザ内
こまつがわとしょかん 小松川図書館	ひらい 平井1-11-26
しのざきとしょかん 篠崎図書館	しのざきまち 篠崎町7-20-19 しのざき文化プラザ内
かさいとしょかん 葛西図書館	えどがわ 江戸川6-24-1
にしかさいとしょかん 西葛西図書館	にしかさい 西葛西5-10-47
ひがしあさいとしょかん 東葛西図書館	ひがしあさい ひがしあさい かいかんない 東葛西8-22-1 東葛西コミュニティ会館内
とうぶとしょかん 東部図書館	えどがわ 江戸川2-26-1
しのざきこ としよかん 篠崎子ども図書館	しのざきまち こ みらいかんない 篠崎町3-12-10 子ども未来館内
ししほね としよかん 鹿骨コミュニティ図書館	ししほね ししほねくみんかんない 鹿骨1-54-2 鹿骨区民館内
せいしんちょう としよかん 清新町コミュニティ図書館	せいしんちょう せいしんちょう かいかんない 清新町1-2-2 清新町コミュニティ会館内

### ● 本を借りたい時

- 「かしだしけん」を作ります。全ての区立図書館で使えます。

### <必要なもの>

なまえ じゅうしょ せいねんがっぴ  
名前・住所・生年月日がわかるもの  
ざいりゅう けんこうほけんしょう  
(在留カード、健康保険証など)

### 「かしだしけん」を作れる人

- 江戸川区に住んでいる人
- 江戸川区内の会社で働いている人  
(社員証 / 職員証が必要です)
- 江戸川区内の学校に通っている人  
(学生証が必要です) ほか

- 本や雑誌は10冊まで、CDは3枚まで、DVDは2枚までそれぞれ借りることができます。
- 借りられる期間は2週間です。  
※ 借りてから2週間以内に図書館に連絡すれば、延長することができます。  
図書館のウェブサイトでも延長することができます。

### ● 本を返す方法

- 本を返す時は、江戸川区の全ての図書館で返すことができます。
- 図書館が休みの日や図書館がしまっているときは、ブックポストに返します(CD、DVDをのぞく)。

### ちゅうい 注意!

本に字を書いたり、破いたり、汚したりするとお金を払わなければならないことがあります。大切にしてください。

えどがわくりつとしょかん  
江戸川区立図書館





文化施設

しせつめい 施設名	でんわばんごう 電話番号	じゅうしょ 住所
ふなぼり タワーホール船堀 ★	03-5676-2211	ふなぼり 船堀 4-1-1
そうごうぶんか 総合文化センター ★	03-3652-1111	ちゅうおう 中央 4-14-1
グリーンパレス ★	03-3653-5151	まつしま 松島 1-38-1
ぶんか しのぎき文化プラザ ★	03-3676-9071	しのぎまち 篠崎町 7-20-19
えんぞうてい ひらい圓藏亭	03-5626-3242	ひらい 平井 3-21-24

その他の施設

しせつめい 施設名	でんわばんごう 電話番号	じゅうしょ 住所	
みらいかん 子ども未来館	03-5243-4011	しのぎまち 篠崎町 3-12-10	
きょうどしりょうしつ 郷土資料室	03-5662-7176	まつしま 松島 1-38-1 グリーンパレス 3階	
へいわきねんでんじしつ 平和祈念展示室	03-3683-7761	こまつがわ 小松川 3-6-3 こまつがわ 小松川さくらホール 1階	
しゅくはくしせつ 宿泊施設	ホテルシーサイド えどがわ 江戸川	03-3804-1180	りんかいちやう 臨海町 6-2-2 かさいりんかいこうえんない 葛西臨海公園内
	ほたかそう 穂高荘	03-5662-7051 (予約センター)	ながのけんあずみのしほたか 長野県安曇野市穂高 ありあけ 有明 2105-22
	しおざわえどがわそう 塩沢江戸川荘	0120-007-095 (予約センター)	にいがたけんみなみうおぬましまいこ 新潟県南魚沼市舞子 あざじゅうにのき 字十二木 2063-29

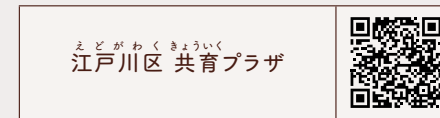
くみんかん かいかん  
区民館・コミュニティ会館

家の近くのいろいろな人と話したりできるところ。集会室、和室、スポーツルームなどがあります。  
開館時間：9時～21時30分  
休館日：12月28日から1月4日



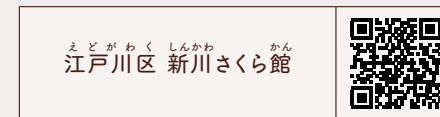
きやういく  
共育プラザ

中高生の活動を支えるところ。スポーツルーム、音楽室、学習室などがあります。子育てを支える子育てひろばもあります。



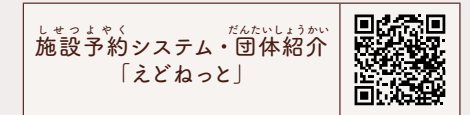
しんかわ かん  
新川さくら館

集会室やホールがあり、春には美しいくらが見られ、いろいろなイベントをしています。



しせつよやく  
施設予約システム「えどねっと」

- 文化・コミュニティ施設やスポーツ施設の予約を希望する方は、初めて利用者登録が必要です。
- 登録をするとインターネットや携帯電話で施設の予約ができます。
- 登録をしなくても空き状況やイベントなど活動している団体の情報がわかります。



ぶんか  
文化コンシェルジュ

区内文化施設(p64★マークのある施設)や図書館では、一人ひとりにあったイベント、教室、サークル活動など、区内の文化情報をコンシェルジュがご案内しています。くわしくは、2次元コードからたしかめてください。



しせつ  
スポーツ施設

しせつめい 施設名	でんわばんごう 電話番号	じゅうしょ 住所
そうごうたいいくかん 総合体育館 ★	03-3653-7441	まつもと 松本 1-35-1
スポーツランド ★	03-3677-1711	ひがししのざき 東篠崎 1-8-1
スポーツセンター ★	03-3675-3811	にしかさい 西葛西 4-2-20
りくじょうきやうぎじやう 陸上競技場 ★	03-3878-3388	せいしんちょう 清新町 2-1-1
えどがわくきやうじやう 江戸川区球場 ★	03-3878-3741	にしかさい 西葛西 7-2-1
りんかいきやうぎじやう 臨海球技場 ★	03-3680-9251	りんかいちょう 臨海町 1-1-2
みずべ 水辺のスポーツガーデン ★	03-5636-6550	ひがししのざき ちやうめ ばんちさき 東篠崎2丁目3番地先
しんさこんがわしんすいこうえん 新左近川親水公園カヌー場	03-5605-1137	りんかいちょう ちやうめちさき 臨海町1～3丁目地先
こいわ 小岩テニスコート	03-3673-0202	きたこいわ 北小岩 6-43-1
やごうち 谷河内テニスコート	03-3677-9569	やごうち 谷河内 2-9-19
まつえ 松江テニスコート	03-3656-7702	まつえ 松江 5-5-1
にしかさい 西葛西テニスコート	03-6808-4158	にしかさい 西葛西 8-17-1
かさい 葛西ラグビースポーツパーク	03-5605-0970	りんかいちょう ちやうめ ばんちさき 臨海町3丁目2番地先
えどがわ 江戸川グラウンド	03-5662-1636	えどがわかせんしき 江戸川河川敷
あらかわ 荒川グラウンド	03-5662-1636	あらかわかせんしき 荒川河川敷
こまつがわ 小松川さくらホール温水プール	03-3683-7761	こまつがわ 小松川 3-6-3
こいわ 小岩アーバンプラザ温水プール	03-5694-8151	きたこいわ 北小岩 1-17-1
けんこう みち 健康の道・サイクリングロード	03-5662-1885	

◎スポーツコンシェルジュ

区内7ヵ所のスポーツ施設(P66★マークのある施設)には、年齢や障害のあるなしにかかわらず、だれでもスポーツを楽しめるよう、スポーツや運動に関するご相談にお答えしています。いつでも、だれでも無料で相談できますので、ぜひスポーツコンシェルジュにご相談ください。

◎パラスポーツに力を入れています

江戸川区では、東京2020パラリンピック競技大会で行われた22の競技全てを楽しむことができます。また、総合体育館とスポーツセンターでは、障害のある方などが続けて運動できる教室を行っていますので、ぜひご参加ください。

えどすぽ!  
(スポーツ案内)





おも こうえん しせつ  
**主な公園・レクリエーション施設**



ちゅうおう いちのえちく  
**●中央・一之江地区**

こまつがわかわしんすいこうえん  
**●小松川境川親水公園**  
 ちゅうおう ちようめ ほんいっしき ちようめ  
 中央4丁目・本一色1丁目～  
 にしこまつがわまち  
 西小松川町

アスレチック、夏は水遊びもで  
 きます。



いちのえきかわしんすいこうえん  
**●一之江境川親水公園**  
 いちのえ ちようめ ふなぼり ちようめ  
 一之江1丁目～船堀7丁目

夏は水遊びでにぎわいます。



いちのえまっこうでい  
**●一之江抹茶亭**  
 いちのえ  
 一之江5-13-16

えんげいしょくぶつ にほん ふる いえ  
 園芸植物や日本の古い家があ  
 ります。



こまつがわ ひらいちく  
**●小松川・平井地区**

こまつがわせんぼんざくら  
**●小松川千本桜**  
 こまつがわ ちようめ ちようめちさき  
 小松川1丁目～3丁目地先

はる うつく たの  
 春に美しい桜が楽しめます。

とりつおおじまこまつがわこうえん  
**●都立大島小松川公園**  
 こまつがわ ちようめ こうとうくおおじま ちようめ  
 小松川1丁目、江東区大島9丁目

アスレチックや、広場があります。



かさいちく  
**●葛西地区**

そうごう こうえん  
**●総合レクリエーション公園**  
 にしかさい ちようめ ばん  
 西葛西6丁目11番～  
 みなみかさい ちようめ ばん  
 南葛西7丁目3番

なが おお こうえん  
 長さ3kmにわたる大きな公園

なぎさポニーランド  
**●なぎさポニーランド**  
 みなみかさい ちようめ ばん  
 南葛西7丁目3番

ポニーやヤギと遊べます。







かさいちく  
●葛西地区

ぎょうせんこうえん しぜんどうぶつえん  
●行船公園、自然動物園  
きたかさい  
北葛西3-2-1

どうぶつえん いけ にほんていえん  
動物園や、つり池、日本庭園が  
たの  
楽しめます。



かさいちく  
●葛西地区

とりつう きたこうえん  
●都立宇喜田公園  
きたかさい ちょうめ ばん  
北葛西3丁目4番

しぜんゆた こうえん へん  
自然豊かな公園。ハーブ園もあ  
ります。

ふるかわしんすいこうえん  
●古川親水公園  
えどがわ ちょうめ  
江戸川6丁目

にほん はじ しんすいこうえん  
日本で初めてできた親水公園です。



とりつ かさいりんかいこうえん かさいかいびん  
●都立葛西臨海公園、葛西海浜  
こうえん かさいりんかいすいぞくえん  
公園、葛西臨海水族園  
りんかいちょう ちょうめ  
臨海町6丁目

えどがわく いちばんおお こうえん  
江戸川区で一番大きな公園。  
かんらんしゃ すいぞくかん  
観覧車や水族館があります。



しんながしまがわしんすいこうえん  
●新長島川親水公園  
せいしんちょう ちょうめ  
清新町2丁目

なつ みずあそ  
夏は水遊びでにぎわいます。



こいわちく  
●小岩地区

こいわこうえん こうわてい  
●小岩公園(甲和亭)  
きたこいわ  
北小岩6-43-1

アスレチックやテニスコート、  
むかし にほん いえ  
昔ながらの日本の家があります。

しんさ こんがわしんすいこうえん  
●新左近川親水公園  
りんかいちょう ちょうめ  
臨海町1丁目～3丁目

バーベキューやキャンプ、カヌー  
たの  
が楽しめます。

と  
※泊まることはできません



こいwashōぶえん  
●小岩菖蒲園  
きたこいわ ちょうめ ばんちさき  
北小岩4丁目37番地先

がつ まんほん はな  
5～6月は5万本のしょうぶの花  
たの  
が楽しめます。





とうぶちく  
● 東部地区

- しのぎ  
● 篠崎ポニーランド  
しのぎまち ちょうめ ばんちさき  
篠崎町3丁目12番地先

あそ  
ポニーと遊べます。

- とうぶこうつうこうえん  
● 東部交通公園  
えどがわ  
江戸川2-28-1

こうつう まな こうえん  
交通ルールが学べる公園です。



ししほちく  
● 鹿骨地区

- とりつしのぎこうえん  
● 都立篠崎公園  
かみしのぎ ちょうめ ばん  
上篠崎1丁目25番

やきゅうじょう  
野球場、テニスコート、バーベ  
キューひろば  
キュー広場、ドッグランもあります。



アンテナショップ

めいさんひん か  
● 名産品を買えるところ

- アンテナショップ「エドマチ」  
ふなぼり  
(船堀4-1-1 タワーホール船堀1F)

- でんとうこうげい  
● 伝統工芸カフェ「アルティザン」  
しのぎまち ぶんか  
(篠崎町7-20-19 しのぎ文化ブ  
ラザ3F)

- 「えどコレ！」  
(インターネットショッピングサイト)  
えいご ちゅうごくごたいおう  
英語・中国語対応



アンテナショップ「エドマチ」



でんとうこうげい  
伝統工芸カフェ「アルティザン」

えどコレ! マイスター





## 江戸川区の主な伝統工芸



### ●江戸切子

江戸時代終わりころから作られている、図形を組み合わせた模様でできた工芸品。昔から伝統のある図柄を使い、日本の季節や季節を感じる物を表した、なつかしく、新しいデザインが特色です。

### ●江戸風鈴

江戸時代から作られているガラス風鈴。音が美しくひびくのは、音の出るところがギザギザしているからです。美しい絵はガラスの内側から描かれています。



### ●江戸扇子

迫力のあるデザインと、無駄のないシンプルなデザインは「粋」と言われています。一つの作品は、ひとりの職人がすべての作業を行い作り上げています。



### ●組子細工

くぎを使わず、細かい木を1000分の1ミリ単位の細やかな技術で組み合わせて作っています。



にほんご べんきょう

## 日本語を勉強する

えどがわくにほんご

### 江戸川区日本語ボランティアサークル

ボランティアの方々による日本語教室が行われています。

### とあい合わせ

こうえきざいだんほうじん  
公益財団法人

えどがわボランティアセンター  
えどがわくまつしま  
江戸川区松島1-38-1

グリーンパレス

☎03-5662-7671

えどがわく  
にほんご 江戸川区  
日本語ボランティアサークル



にほんごきょうしつ かん やくだ

### 日本語教室に関する役立つサイト

#### ●日本語教育機関案内

こくない にほんごがっこう しら  
国内の日本語学校が調べられます。

にほんごきょういくかんあんない  
日本語教育機関案内  
にほんごきょういくしんこうきょうかい  
(日本語教育振興協会)



#### ●日本語学習サイト

にほんご  
日本語でコミュニケーションをとったり、生活できるようにすることを目指し、日本語が学習できます。

つながる ひろがる  
にほんごでのくらし  
(TSUNAHIRO)



## 外国人向け発行物・資料

- ごみ・リサイクル「<sup>ただ</sup>正しくできていますか？<sup>しげん</sup>資源とごみの<sup>わ</sup>分け方・<sup>だ</sup>出し方」<sup>動画</sup>動画  
(<sup>えいご</sup>英語・<sup>ちゅうごくご</sup>中国語・<sup>かんこくご</sup>韓国語)

ごみ・リサイクル



- <sup>しげん</sup>資源とごみの<sup>だ</sup>出し方 <sup>かた</sup>基本ルール  
(<sup>えいご</sup>英語・<sup>ちゅうごくご</sup>中国語・<sup>かんこくご</sup>韓国語)

<sup>しげん</sup>資源とごみの<sup>だ</sup>出し方



- リーフレット「<sup>や</sup>わが<sup>ぼうさい</sup>家の防災」  
(<sup>えいご</sup>英語・<sup>ちゅうごくご</sup>中国語・<sup>かんこくご</sup>韓国語)

わが家の防災



- 江戸川区<sup>えどがわくすいがい</sup>水害ハザードマップ  
(<sup>えいご</sup>英語・<sup>ちゅうごくご</sup>中国語・<sup>かんこくご</sup>韓国語)

<sup>えどがわくすいがい</sup>江戸川区水害ハザードマップ



- 子育て<sup>こそだ</sup>応援<sup>おうえん</sup>アプリ「<sup>びよナビ</sup>えどがわ」  
(<sup>えいご</sup>英語・<sup>ちゅうごくご</sup>中国語・<sup>かんこくご</sup>韓国語・<sup>たがログ</sup>語など12言語)

びよナビえどがわ



- <sup>りにゅうしょく</sup>離乳食の<sup>かた</sup>すすめ方の<sup>さんこう</sup>参考：<sup>はじ</sup>始まりから<sup>お</sup>終わりまで  
(<sup>えいご</sup>英語・<sup>ちゅうごくご</sup>中国語)

<sup>りにゅうしょく</sup>離乳食の<sup>かた</sup>すすめ方の<sup>めやす</sup>目安



- <sup>こくみんけんこうほけん</sup>国民健康保険<sup>えどがわくこくみんけんこうほけん</sup>ハンドブック  
(<sup>えいご</sup>英語・<sup>ちゅうごくご</sup>中国語・<sup>かんこくご</sup>韓国語・<sup>たいご</sup>タイ語・<sup>ポルトガル</sup>語・<sup>スペイン</sup>語・<sup>ベトナム</sup>語)

<sup>えどがわくこくみんけんこうほけん</sup>江戸川区国民健康保険  
ハンドブック







