



# えどがわ

- 2面 所得税および復興特別所得税の確定申告  
区役所区民課 2月1日(金)の夜間窓口はお休みします
- 4・5面 住み慣れた地域で「自分らしく生き生きと」なごみの家
- 8面 第3回信州安曇野ハーフマラソン参加者募集

発行/江戸川区 ■編集/広報課 〒132-8501 江戸川区中央1-4-1 ☎3652-1151(代表) ☎3652-1109 🌐http://www.city.edogawa.tokyo.jp/

## 踏み出そう! 健康への第一歩!

プラステン (※1)  
**+10で健康寿命をのばそう!**

普段から元気からだを動かすことで、糖尿病・心臓病・脳卒中・がん・ロコモ(※2)・うつ・認知症などになるリスクを下げることができます。

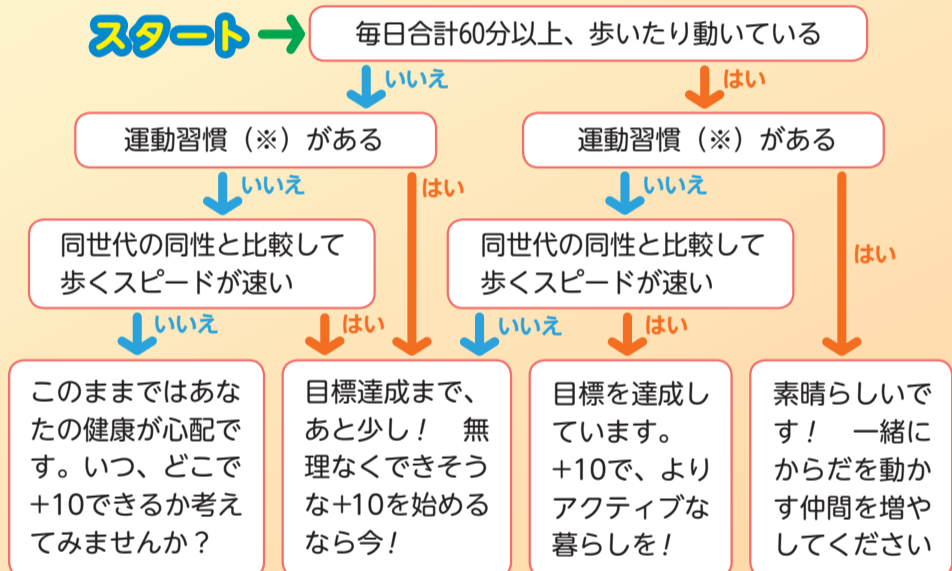
例えば、今より10分多く、毎日からだを動かしてみませんか。

☎健康サービス係 ☎5661-2466



※1 健康寿命=健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間。  
※2 ロコモ=「ロコモティブシンドローム」:運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態。

### あなたは大丈夫? 健康のための身体活動チェック



※1 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上続けて行っている。

(出典:厚生労働省「アクティブガイド」)

### +10で目指そう!

**18~64歳**  
元気からだを動かしましょう  
**1日60分!**

**65歳以上**  
じっとしていないで  
**1日40分!**

★筋力トレーニングやスポーツなどが含まれると、なお効果的です!

どこで?  
地域で...、職場で...  
**+10**

階段を使って  
**+10**

テレビを見ながら、筋力トレーニング  
**+10**

歩いたり、自転車で移動したりして  
**+10**

歩いて買い物で  
**+10**

ちょっと遠回りの帰宅で  
**+10**

### 生活習慣病予防のための運動相談(個別)

2月は全国生活習慣病予防月間です。今より10分多くからだを動かそうとお考えの方に、理学療法士や作業療法士が個別の相談に応じます。

☎場下表のとおり

☎問 1月23日(金)9時から各会場に電話で

日時(2月)	会場(健康サポートセンター)
2日(金) 9時~11時	清新町 ☎3878-1221
6日(月) 9時~11時	鹿骨 ☎3678-8711
	葛西 ☎3688-0154
9日(木) 9時~11時	中央 ☎5661-2467
13日(月) 9時~11時	小松川 ☎3683-5531
	小岩 ☎3658-3171

### Let's ウォーキング! 予告

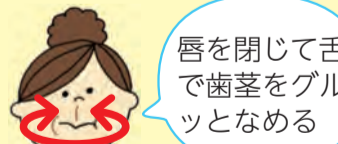
区では、3月をウォーキング月間と位置付け、「健康ウォーキング大会」を区内各地で開催しています。皆さんも健康づくりの第一歩を踏み出してみませんか。  
※日程・コースなど詳しくは、広報えどがわ2月20日号をご覧ください。



### 健康への第一歩は... 健口体操

むせを予防し口の中もきれいになります

#### ベロ(舌)体操 ベロも筋肉動かそう!



### 冬の健康管理のポイント

#### 念入りに手を洗いましょう

インフルエンザやノロウイルスなどの感染を予防するため、手を洗うときはせっけんを使い、15秒以上水で流しましょう。外から帰ったときは、うがいをしましょう。



#### 「血圧」に気を付けましょう

寒さで血管が収縮し血圧が上昇すると、脳卒中や心筋梗塞を引き起こしやすくなります。

●入浴は38~40度のお湯にゆっくり漬かりましょう

●各部屋の温度差を少なくしましょう(居間・廊下・トイレ・脱衣所など)



今年も(今年こそ)、健診・がん検診・歯科健診に、出掛けよう!



# 所得税および復興特別所得税の確定申告

葛西事務所管内の方⇒江戸川南税務署 ☎5658-9311  
上記以外の方⇒江戸川北税務署 ☎3683-4281

## 28年分所得税および復興特別所得税の確定申告書の提出と納税は

2月16日(木)～3月15日(木) (土日を除く)

※2月19日(日)・26日(日)は、「江戸川北税務署(合同会場)」において相談・受け付けを行います(詳しくは、右下の「確定申告書の作成会場を開設」の記事を参照)。

### パソコンで確定申告書が作成できます

国税庁ホームページ(☎http://www.nta.go.jp/)内の「確定申告書等作成コーナー」で、簡単に作成できます。  
作成した申告書は、国税電子申告・納税システム「e-Tax」を利用して送信(事前準備が必要)、または印刷して郵送することで申告ができます。ぜひ、ご利用ください。



### ご自宅の近くで確定申告の相談ができます(右表参照)

利用できる方

- ①27年分の所得金額が300万円以下の小規模納税者で、所得税および復興特別所得税と消費税および地方消費税の申告をする方
- ②年金受給者および給与所得者で、所得税および復興特別所得税の申告をする方

※譲渡所得がある方、相談内容が複雑な方は利用できません。  
※復興特別所得税の記載漏れにご注意ください。

## 申告書にはマイナンバーの記載が必要です

28年分から所得税および復興特別所得税・消費税および地方消費税・贈与税の申告書には、マイナンバー(個人番号)の記載が必要です。

税務署では本人確認を行いますので、申告書を提出する際には、申告されるご本人の本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。

詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

### ●本人確認を行うときに使用する書類の例

- ①マイナンバー(個人番号)カード(番号確認および身元確認書類)
  - ②通知カードなど(番号確認書類) + 運転免許証など(身元確認書類)
- ※郵送で申告書を提出する場合は、①または②の写しを添付してください(①の写しを添付する際は、表および裏面の写しが必要です)。  
※ご自宅からe-Taxで送信する場合は、本人確認書類の提示または写しの提出は不要です。

### 区役所区民課

2月1日(水)の夜間窓口はお休みします

区役所区民課では、毎月第1・3(水)に住民異動に関する手続きの受付時間を19時30分まで延長していますが、2月1日はシステム作業のため、17時までの受け付けになります。次回、2月15日(水)をご利用ください(夜間窓口の日程および受け付けが可能な業務に関しては、区ホームページをご覧ください)。

☎区民課戸籍住民係 ☎5662-0591、区民課保険年金係 ☎5662-6823



### 江戸川区土木特定施設長寿命化修繕計画(案)への意見募集

区では、駅前広場などに設置されている地下駐輪場・機械式駐輪場・地下駐車場の土木特定施設について、安全性・信頼性を長期的に維持していくため「江戸川区土木特定施設長寿命化修繕計画(案)」の策定を進めています。このたび、計画(案)を公表し、皆さんからの意見を募集します。

なお、いただいたご意見は、後日、区の考えと併せて公表します。  
**意見書提出方法および期間** 住所・氏名・電話・区内在住または在勤・在学の別(そのほかの方は意見を提出する理由)を明記し、2月2日(木)までに郵送(消印有効)または持参・ファクシミリで

☎・閲覧場所・提出先 〒132-8501(住所不要) 計画調整課計画係(区役所第二庁舎2階) ☎5662-8389・☎3652-9858

※区ホームページでもご覧になれます。

### 税理士による無料申告相談

#### ●葛西事務所管内にお住まいの方が利用できる会場

会場	開催日	受付時間
清新町コミュニティ会館	1月31日(木)、2月1日(金)	9時30分～11時 /13時～15時
タワーホール船堀	2月2日(金)・3日(土)	
葛西区民館	2月7日(木)・8日(金) ・14日(木)・15日(金)	
東京税理士会江戸川南支部会館(中葛西7-4-9)	2月9日(金)	
東葛西コミュニティ会館	2月10日(土)	

#### ●葛西事務所管内以外にお住まいの方が利用できる会場

会場	開催日	受付時間
小岩アーバンプラザ	1月31日(木)～2月3日(日)	9時30分～11時 /13時～15時
グリーンパレス	2月1日(木)～3日(土)	
鹿骨区民館	2月7日(木)～10日(日)	
東部区民館	2月7日(木)～10日(日) ・14日(木)・15日(金)	

#### ●区内にお住まいの全ての方が利用できる会場

会場	開催日	受付時間
タワーホール船堀	2月22日(木)・24日(土)	9時30分～11時 /13時～15時

※各会場とも、午前が混み合います(午後は、比較的空いています)。

※会場が混雑している場合には、受け付けを締め切ることがありますので、早めにお越しください。

※申告書の提出のみの方は、管轄の税務署にお持ちいただくか、郵送で提出してください。

### 確定申告書の作成会場を開設(直接会場へ)

税務署では、所得税・復興特別所得税、個人事業者の消費税、贈与税の確定申告書作成会場を開設します。

期間	2月10日(土)～3月15日(木) ※土日(祝)を除く。ただし、2月19日(日)・26日(日)は江戸川北税務署(合同会場)で相談・受け付けを行います。
時間	9時15分～17時(受け付けは8時30分から)
会場	【葛西事務所管内の方】 江戸川南税務署(清新町2-3-13) 【上記以外の方】 江戸川北税務署(平井1-16-11)
持ち物	確定申告に必要な書類、計算器具、印鑑 ほか ※会場が混雑している場合には、受け付けを早めに締め切ることがありますので、なるべく16時までにお越しください。

### お子さんの不登校でお悩みの方へ

日曜 不登校相談

「朝になると頭痛や腹痛を訴える」「学校を休みたがる」など、お子さんのことで心配はありませんか。日曜日に相談窓口を開設します。

☎2月19日(日)9時～16時

☎不登校またはその傾向がある小・中学生の保護者と本人8組(申込順)

☎場申問電話で受け付け中、グリーンパレス教育相談室 ☎5662-7204



### 熟年者・障害者世帯の方へ

家具の転倒防止の施工をします

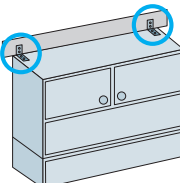
地元の大工さんが家具の転倒防止金具を無料で取り付けます。

☎施行箇所 たんす・食器棚・冷蔵庫など9カ所まで

#### 取り付け施工例

たんす

L字型金具で固定



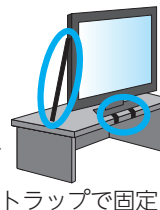
冷蔵庫

背面と壁に金具を取り付け、ベルトで固定



テレビ

テレビ前面を金具で固定し、テレビ裏面とテレビ台をストラップで固定



☎65歳以上の熟年者または障害者のみの世帯で自力での取り付けが困難な世帯

※集合住宅にお住まいの方は管理組合などの承諾が必要です。

☎申問電話で、住宅課相談係 ☎5662-0517



### えどがわエコセンターの催し

①目指そう、家庭の電気代ゼロ!  
ソーラーパネル講座

日 2月4日 日 10時30分～12時 人 10人(申込順)

②おもちゃの病院

日 2月4日 日 13時～14時

内 幼児・児童用おもちゃの修理  
※修理できない場合もあります。



人 20人(先着順) ※1人1点。

《場》タワーホール船堀3階えどがわエコセンター多目的ルーム

《申問》①1月21日 日 10時から電話またはファクシミリ(6面記入例参照)で、②直接会場へ、えどがわエコセンター ☎5659-1651・☎5659-1677

### 登録手話通訳者養成講座

日 4月～12月の 日 19時～21時または 日 10時～12時 (各全35回) 場 グリーンパレス ほか

内 人 下表のとおり

選考区分	クラス名	対象	人数	費用(テキスト代)
①	基礎1	区内在住または在勤の18歳以上(29年4月1日現在)で、登録手話通訳者を目指している方	各16人程度	1836円
	基礎2	※応用・実践クラスは区外の方も申し込みできます。		5076円
②	応用	※過去に受講したクラスの再受講はできません。	各12人程度	各4860円
	実践			

※3月4日 日 に選考(①基礎1および2、②応用および実践)の上、受講者を決定します。選考結果により受講できない場合もあります。

申問 ハガキ(6面記入例参照・希望の選考区分・曜日・手話学習歴も記入)で2月20日 日 までに郵送(必着)、〒132-8501(住所不要)障害者福祉課庶務係 ☎5662-0054



### 農業体験をしてみませんか

ふれあい農園での収穫体験

農家の方が作ったハッサクを、皆さんで収穫してみませんか。

収穫日 2月18日 日

収穫場所 大野農園(興宮町4)

人 区内在住の方40世帯(抽選)

¥ 1000円(15個)

申 往復ハガキ(6面記入例参照)で1月27日 日 までに郵送(消印有効)

※申し込みは1世帯1枚。申込者全員に抽選結果を、当選された方には収穫開始時間も通知します。



農業ボランティア募集

農業の基礎を学びながら、区内の農業者をサポートしませんか。

日 4月～30年3月(登録は1年ごとの更新)

場 サポート依頼のあった農家、ボランティア研修農園(篠崎町3-8)

内 農作業全般の補助 ※研修を10回程度実施。

人 区内在住の方若干名

申 ハガキ(6面記入例参照・活動できない曜日も記入)で1月27日 日 までに郵送(必着)



《問・申込先》〒132-8501(住所不要)産業振興課農産係 ☎5662-0539

### いじめ防止青い鳥プロジェクト 映画「青い鳥」上映・講演会

死に至る可能性のある「いじめ」を題材にした映画の上映と講演会を行います。直接会場へ。

日 2月4日 日 9時～12時  
場 タワーホール船堀5階大ホール

内▷映画「青い鳥」

▷講演「いじめのない社会をめざして」(師NPO法人ジェントルハートプロジェクト理事・篠原宏明)

人 700人(先着順) 後 区教育委員会 ほか  
主 問 東京東江戸川ロータリークラブ ☎5612-1767



▲篠原宏明

### 総合相談会

～大切ないのちを守る“生きる”支援～

借金・失業・心の悩みなど、生活上のさまざまな問題に、弁護士や消費者センターの職員などの専門家が相談に応じます。

日程	会場(直接会場へ)
2月2日 日	葛西健康サポートセンター
3月2日 日	中央健康サポートセンター

時 14時～18時(受け付けは17時まで)

問 いのちの支援係 ☎5661-2478

### 区の無料相談窓口

▷法律相談(係争中の問題は除く) 日 第1～4 日 窓

時 9時30分～12時・13時30分～16時

※相談希望日の前週の 日 から電話で予約受け付け(9時～16時)。定員になり次第締め切り。

※空きがある場合は当日、電話予約も可(13時30分まで)。

申 問 区民相談室(グリーンパレス2階) ☎5662-7684

●2月11日 日 は祝日のため、区民相談はお休みします。

●相談窓口が分からない場合は区政案内係 ☎5662-6168にお問い合わせください。



## ありがとうございました

### 寄付

《社会福祉事業に》

- ♥江戸川明るい社会づくりの会瑞江地区1万9575円=福祉の一助に
- ♥一之江馬場共栄会3万円=同上
- ♥加瀬貞子1万円=同上
- ♥小林会計鑑定事務所所長・職員一同5万円=同上
- ♥明石皮膚科・BNファーマシー有志一同1万9000円=同上
- ♥清新町一丁目アパート自治会600円=同上
- ♥第19回東部フレンドホール文化祭実行委員会4万3712円=同上
- ♥東京救命救急事業団6万3138円=同上
- ♥金子光江5000円=同上
- ♥(株)ワイズマート20万円=同上
- ♥日月東交通ネイチャークラブ1万円=同上
- ♥パチンコアトラス船堀店10万円=同上
- ♥(株)トヨタ工業100万円=同上
- ♥篠崎リズム運動の会4215円=一円玉募金
- ♥小松川第二地区民生・児童委員協議会4万円=同上
- ♥くすのき扇子田長寿会2万340円=アルミ缶回収の一部
- ♥春五エコ会2万円=資源ゴミ回収の

収益金

- ♥第29回一之江コミュニティ会館まつり実行委員会2万円=模擬店売り上げの一部
- ♥ひまわり会1万7000円=会員から寄せられた浄財
- ♥江戸川区更生保護女性会5000円=なごみの家のために
- ♥匿名1万円=生活費の中から
- ♥(株)財成8万6000円=チャリティーの収益金
- ♥松江コミュニティ会館サークル連絡会1万345円=第23回松江コミュニティ会館文化祭売り上げの一部
- ♥(株)大野新総研ASA松江5万円=チケット売り上げ収益
- ♥松島西町会西の公園まつり1万1185円=バザー収益の一部
- ♥小林タクシー・小林泰明1万円=江戸川区民の皆さまにご利用いただいている感謝の気持ち
- ♥篠崎サークル2000円=リサイクルフリーマーケット収益の一部
- ♥匿名10万円=年金の一部を江戸川区の社会福祉のために役立てていただきたい
- ♥くすのき五北寿会4万920円=アル

ミ缶回収の収益

- ♥明るい社会づくりの会中央第二地区5万円=福祉バザーの収益金
- ♥在日本大韓国民団東京江戸川支部5万円=区民まつりの収益の一部
- ♥第40回東部地域祭実行委員会17万8256円=第40回東部地域祭事業売り上げの一部
- ♥第32回三師会チャリティーゴルフ大会6万2000円=チャリティー収益
- ♥東京都宅建物取引業協会江戸川区支部20万円=江戸川区支部「宅建ふれあい募金」として
- ♥第27回ゴルフ会30万円=区の福祉の向上のために生かしてほしい
- ♥東京土建一般労働組合江戸川支部3万円=東京土建まつりでの募金を福祉の一助に
- ♥江戸川モラロジー事務所5万円=講演会、区後援御礼
- ♥国井義弘10万円=第14回くにいファミリーコンサートの浄財
- ♥菱幸運輸(株)社員一同10万円=1年無事に業務できたことに感謝して
- ♥(株)菱幸整備社員一同5万円=同上
- ♥青少年育成篠崎地区委員会4万117円=東部地域祭での模擬店の売り上

げの一部

- ♥クレイマートひかり6000円=会員の寸志
- ♥鈴木春朝10万円=文化庁長官表彰の受賞を記念して
- ♥中村あけみ8000円=江戸川区にお世話になったため
- 《木全・手嶋育英事業基金》
- ♥江戸川伝統工芸振興会3万円=多目的スペース利用御礼
- 《健全育成事業に》
- ♥渡辺幸信5万円=青少年の翼事業へ
- ♥第40回東部地域祭実行委員会10万円=第40回東部地域祭事業売り上げの一部
- ♥青藍水墨画協会3万円=青少年の翼事業のため
- 《スポーツ夢基金》
- ♥東京スマイル農業協同組合30万円=スポーツの振興のため

敬称略・順不同。有効に使わせていただきます。  
▷秘書課 ☎3652-1151 内線2021  
▷区社会福祉協議会 ☎5662-5557

直印のあるものは直接会場へ(申印のあるものは要申し込み) 日印のないものは無料 同記事内の共通事項 日印のあるものは主に子ども・親子が対象、または内容が子育てに関するもの



# 住み慣れた地域で「自分らしく生き生きと」

# なごみの家



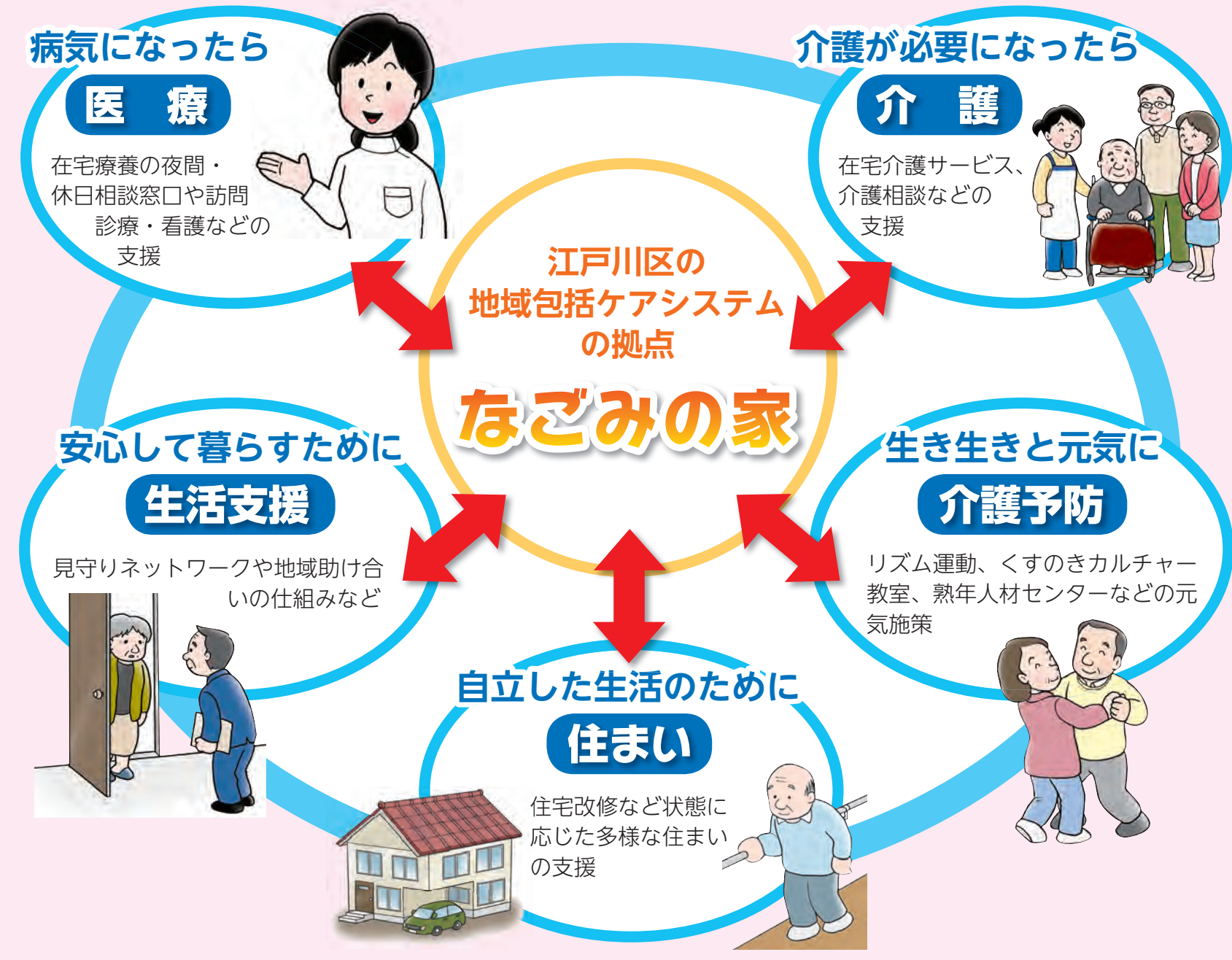
誰もができる限り長く、住み慣れた地域で生き生きと暮らせることを目指す地域包括ケアシステム。その拠点として、28年5月、区内3カ所に「なごみの家」がオープンしました。

今号では、地域包括ケアシステムの取り組みと、オープンから8カ月経過した「なごみの家」の様子をご紹介します。

区社会福祉協議会 ☎5662-5557

## 地域包括ケアシステムとは

介護や療養が必要になっても、住み慣れた地域で自分らしい生活を送るために必要な「住まい」「医療」「介護」「介護予防」「生活支援」のサービスが一体的に提供される社会のシステムです。今後、増加が見込まれる75歳以上の高齢者や認知症の方を、地域全体で支える取り組みが必要とされています。



## 江戸川区の地域包括ケアシステムの特長

町会・自治会や各種団体による活発なコミュニティ活動によりつくられた「地域力」を生かし、対象を熟年者に限定せず、子どもや障害のある方を含めた全世代に対応する新しい地域福祉の仕組みづくりを目指しています。



## 江戸川区の地域包括ケアシステムの拠点 なごみの家

### 居場所・通いの場



なごみの家長島桑川

子どもから熟年者まで誰でも気軽に立ち寄りおしゃべりできる地域の交流の場です。また、子どもの学習支援や子ども食堂、脳活体操やお手玉作りなど、さまざまな催しを行っています。



### 子どもの学習支援



なごみの家長島桑川

小学生～高校生を対象に、学習習慣の定着と苦手科目克服のため、毎週土曜日に無料学習会を各なごみの家で行っています。

大学生ボランティアが勉強をサポートします

### 子ども食堂



なごみの家松江北

月1回、子どもたちが大家族のような雰囲気で食事ができる「子ども食堂」を各なごみの家で行っています。保護者も参加できます。

ボランティアの方が食事を作ってくれます

※子どもの学習支援・子ども食堂・各催しの開催日時など詳しくは、各なごみの家へお問い合わせください。



らくらくストレッチ (なごみの家小岩)



三ヨミヨミカフェ (なごみの家松江北)

## 地域のネットワークづくり

### 高齢者などの見守り訪問

区が作成した「地域見守り名簿」に掲載されている要援護者(独居、高齢者のみの世帯、障害のある方など)を訪問し、日々の暮らしの困り事や要望などを伺いました。



### 訪問で多く寄せられた声

- ◆災害時が心配
- ◆将来の不安
- ◆急病時の対応が不安
- ◆病気・健康面の不安
- ◆介護のストレス
- ◆認知症の不安

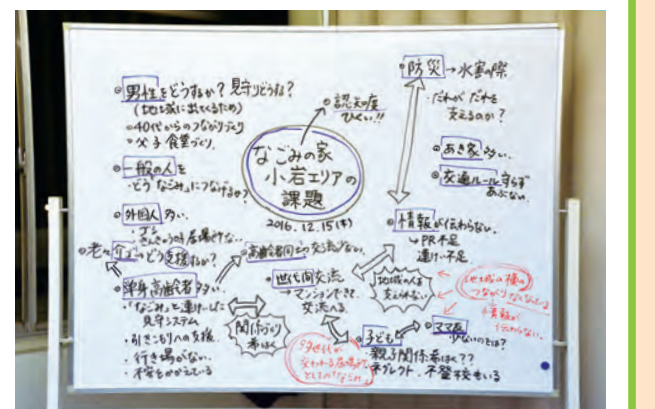
### 地域支援会議の開催

地域の課題解決を図るネットワークづくりを進めるため、町会・自治会、医療・介護関係者、民生・児童委員、熟年相談室、警察・消防、ボランティアなどで構成する地域支援会議を開催しています。

28年12月に開催された地域支援会議では、見守り訪問で寄せられた困り事や要望などをとに、地域の課題や問題点を議論しました。今後の地域支援会議において、各地域に必要な支援や対応策を検討していきます。



地域の関係者がそれぞれの立場から意見を交わし、解決すべき課題をまとめました (なごみの家小岩地域支援会議)

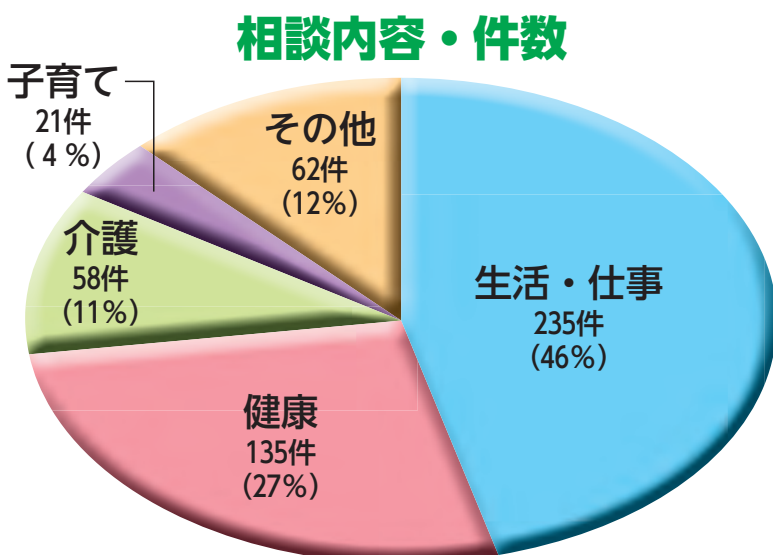


## なんでも相談

相談員や医療関係者などの専門職があらゆる相談に応じています。◎訪問相談も実施しています。



なごみの家松江北



※件数は、なごみの家3施設の合計。(28年5月7日～12月28日)

## お近くのなごみの家にお気軽にお立ち寄りください

開館時間 9時～17時30分  
休館日 月(祝の場合は月も休館)、水(水曜の場合は開館)、年末年始



なごみの家小岩  
東小岩 5-19-8  
☎3658-4753



なごみの家松江北  
中央 2-13-12  
☎3652-4753



なごみの家長島桑川  
東葛西 6-34-1  
☎3680-2753

4月オープン予定 (仮称)なごみの家鹿骨  
※詳しくは、今後の広報えどがわなどでお知らせします。

◎より身近な地域で利用できるよう、区内15カ所を目標に「なごみの家」を順次整備していきます。





# 情報 たからばこ

凡例 日日時(日程) 時間 場所 内容 人定員(対象) 費用 師講師 出演 持ち物 主催 共催 後援 協力 申し込み 問い合わせ 電子メール ホームページ

## 申し込み記入例

- ①催し名・コース(希望日・時間)
  - ②郵便番号・住所
  - ③氏名(フリガナ)
  - ④年齢(学年)
  - ⑤連絡先(電話・FAX番号など)
- ※往復ハガキの場合は、返信用にも住所・氏名を記入。  
 ●原則①～⑤を全て記入  
 ●区内在勤・在学の場合は⑥勤務先・学校名を記入  
 ●記事内に指定がある場合は⑦のそのほか記載事項を記入  
 ●原則1人1枚(重複申し込みは無効)  
 ※対象者は原則、区内在住・在勤・在学の方です。



## 催しもの

### 地域スポーツ講座「ドッジビー」

- ①小岩地区 日 1月28日 10時～12時 場 西小岩小学校体育館
- ②小松川地区 日 1月29日 10時～12時 場 平井小学校体育館 ※ふらぶるバレー体験も実施。
- ③葛西地区 日 2月4日 9時30分～11時30分 場 南葛西小学校体育館 《¥》100円(小学生以下①無料、②③50円) 《持》室内用運動靴、飲み物、タオル 《問》スポーツ係 ☎5662-1636

### プロボウラーが教える初心者向け健康ボウリング教室&無料体験会

内 日①無料体験会⇒2月7日 8・9日 10日 ②ボウリング教室⇒2月14日～3月17日の毎週(各曜日全5回) 時 10時30分～12時30分 ※ 14時～16時も実施。場 葛西とうきゅうポウル(東葛西9-3-3) 人 30歳以上の方各20人(申込順) ¥ 25500円(貸し靴料込み) 後 江戸川区 主 申 ①2月6日 ②13日までに電話で、江戸川区ボウリング連盟・板倉または志田 ☎090-2745-9603

### SIA新しいテーピング講習会

日 2月25日 3月4日 16時～18時(全2回) 場 グリーンパレス2階高砂 人 30人(抽選) ¥ 2000円 師 はちすばクリニック理学療法士・吉田奈美 主 江戸川区スポーツインストラクター連絡協議会(SIA) 後 江戸川区 申 往復ハガキ(参加者全員の住所・氏名・性別・年齢(学年)・電話を記入)で2月10日までに郵送(必着)、〒133

## イベントカレンダー

内容・定員・持ち物・申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

催し	日時	会場	費用	問い合わせなど	催し	日時	会場	費用	問い合わせなど
希望の家「土曜日」	1月28日 9時～13時	希望の家	なし	問 希望の家 ☎3680-1531	ふれあい茶席(人各回15人)	2月5日 13時から・14時から	一之江抹香亭	300円	申 1月23日 9時から電話で、えどがわ環境財団事業係 ☎5662-5542
江戸川区医師会区民公開講座「がんにならないために～胃がんと大腸がんについて知ろう～」(人40人)	2月3日 14時～15時	タワーホール船堀303会議室	なし	主 問 江戸川区医師会 ☎3652-3166	第69回総合体育祭秋季区民大会「アイススケート」	3月12日 9時30分から	スポーツランド	6000円(小・中学生2000円)	申 1月31日 までに郵送(必着)または電話で、〒132-0024 一之江3-21-10 江戸川区アイススケート連盟・梅原 ☎5663-0555

-0055 西篠崎2-27-11 小泉功 ☎スポーツ係 ☎5662-1636

### よくわかる! 成年後見制度講演会

日 2月11日 13時30分～16時 場 総合文化センター3階研修室 内 漫才、講座、クイズほか 人 200人(先着順) 主 問 お笑い芸人・怪獣、司法書士・松前章代ほか 後 問 安心生活センター(区社会福祉協議会内) ☎3653-6275

### 熟年相談室の催し

介護者交流会 在宅で熟年者を介護している家族の方が対象です。

テーマ	日時	会場	申込先
認知症サポート医と介護について話しましょう	1月25日 13時30分～15時	江東園 ☎3677-4631	
日頃の息抜きしませんか?	1月27日 13時30分～15時	アゼリー江戸川 ☎5607-7600	
消費者被害に遭わないために	1月27日 13時～15時	暖心苑 ☎3877-0181	
お薬の正しい知識を身に付けましょう	1月27日 13時～15時	南葛西会館	みどりの郷福楽園 ☎5659-5353
介護者の腰痛予防体操～身体を動かしてリフレッシュ～	1月27日 14時～15時	東部区民館	瑞江ホーム ☎3679-4102
かんたん体操でリフレッシュ	2月1日 10時～11時	篠崎コミュニティホール	ミキくま ☎5664-3080

申 各申込先へ電話で  
 介護予防教室 健康で生き生きと暮らしていくための教室です。日 1月27日 13時30分～15時 内 「のびのび体操」 場 申 問 電話で、江戸川区医師会 ☎5607-5591

### 総合体育館 健康増進セミナー第2弾「トクホを知ってあなたも元気に健康増進」

さくらカフェで健康を意識したランチセミナーを開催します。日 1月25日 11時30分～12時30分 人 18歳以上の方25人(申込順) ¥ 1000円(昼食代) 場 申 問 1月20日 11時から電話または窓口で、総合体育館 ☎3653-7441

### 江戸川農産物直売会

小松菜をはじめ季節の区内産新鮮野菜や鉢花などを直売します。日 1月26日 9時～12時 ※売り切れ次第終了。場 問 J A東京スマイル新葛西支店(北葛西4-25-24) 問 農産係 ☎5662-0539

### ユネスコ食文化創造都市鶴岡「寒鰯まつり」

鶴岡の冬の味覚、郷土料理「どんがら(寒鰯)汁」を1杯500円で限定1200食販売します。また、物産展も同時開催します。日 1月28日 10時～15時(雨天実施) 場 問 TOKIビル前広場(船堀駅南口) 問 鶴岡市東京事務所 ☎5696-6821

### タワーホール船堀の催し

アトリウムコンサート 日 1月29日 12時～12時30分・13時～13時30分 場

1階アトリウム 出 江戸川演奏家協会 問 タワーホール船堀 ☎5676-2211

### 総合文化センターの公演

小学生のための「歌舞伎体験ワークショップ」 日 2月26日 14時～16時 場 1階展示室 人 小学生と保護者60人(申込順) ¥ 2000円(全席自由) ※3人以上の場合、1人1000円で追加可。未就学児の入場不可。師 日本伝統芸能振興会 申 問 1月21日 10時から電話または窓口で、総合文化センター ☎3652-1106

### 人権のつどい「部落差別の解消に向けて」

日 2月3日 18時30分～20時30分 場 深川江戸資料館小劇場(江東区白河1-3-28) ¥ 1000円 師 河村健夫 後 江戸川区ほか 主 申 問 電話で、人権のつどい実行委員会 ☎3631-1340

### 創立65周年記念祝賀会&第9回ふれあいまみまつり

日 2月12日 12時30分～15時30分 場 タワーホール船堀2階福寿・桃源 内 式典、区歌(手話バージョン)、トークショー(出 砂田アトム、今井彰人)、協会の活動紹介、福引き会ほか ¥ 1万円(記念品・記念誌・飲食代を含む) 主 申 問 1月31日 までにファクシミリまたは電話で、江戸川ろう者協会 ☎6661-3002・☎6661-3004

### 中小企業セミナー

知らない大変なことになる!～受発注契約に関する法律講座～ 日 2月9日 14時～16時 師 弁護士・晁間光雄 お金をかけずにマスコミに掲載される! 無料で集客!～効果抜群のPR術～ 日 2月16日 14時～16時 師 ビューティラボ代表取締役・中野啓子 《場》タワーホール船堀4階研修室 《人》中小企業者70人(申込順) 《主 申 問》電話で、東京商工会議所江戸川支部 ☎5674-2911

### 中小企業向け施設見学会

日 2月22日 8時20分～16時 場 ANA 機体工場(大田区羽田空港)・クレハ環境(神奈川県川崎市) ※タワーホール船堀から貸切バスにより移動。人 中小企業者または在勤者25人(申込順) ¥ 6000円(バス・昼食代含む) 主 申 問 電話で、江戸川工場協会 ☎5667-2622

### 第18回江戸川区吹奏楽連盟「ソロ・アンサンブルフェスティバル」

日 2月11日 9時30分開演 場 問 タワーホール船堀5階大ホール 後 区教育委員会 主 問 江戸川区吹奏楽連盟・根本 ☎3869-9693

### 葛西海浜公園 海苔すき体験&試食体験イベント

日 2月5日～3月5日の毎週 11時～

14時(雨天中止) 場 問 葛西海浜公園管理事務所前 後 江戸川区 主 問 ふるさと東京を考える実行委員会 ☎3869-1992 ※各日先着200人に海苔のみそ汁とわかめのしゃぶしゃぶ試食あり。

### 篠崎文化プラザの催し「気功太極拳を始めよう!」

日 2月7日～28日の毎週 18時30分～20時(全4回) 人 20人(申込順) ¥ 2000円 師 宇留野良子 場 申 問 1月21日 14時から電話で、篠崎文化プラザ ☎3676-9071

### 共育プラザエー江「ネイティブスピーカーと話そう～English With Tom～」

日 2月9日 17時30分～18時30分 人 中学・高校生相当の方10人(申込順) 場 申 問 電話または窓口で受け付け中、共育プラザエー江 ☎3652-5911

## お知らせ

### くすのきカルチャー教室の受講生募集

29年度の受講生を2月1日 10時から募集します。応募方法・科目など詳しくは、広報えどがわ2月1日号でお知らせします。問 中央くすのきカルチャーセンター ☎3652-3911

### FMえどがわ(84.3MHz)「江戸川季節だより」

1月の放送 日 1月28日 10時18分ごろから(10～15分程度) 内 「農業体験農園～プロ農家指導の野菜づくり～」 出 江戸川区農業経営者クラブ・木村重佳 問 農産係 ☎5662-0539

### ファミリーサポートの協力会員になりませんか

子育てを地域で助け合うための研修です。活動によって依頼会員から協力会員へ報酬が支払われます。日 2月13日 9時30分～14時50分 場 子ども家庭支援センター 人 30人(申込順) 持 昼食 申 問 電話で、ファミリーサポート・センター ☎6231-8470 ※一時保育あり(1月21日 9時から要予約)。

### 市街地再開発事業における施行地区および設計概要の縦覧

南小岩六丁目地区第一種市街地再開発事業における、施行地区および設計概要の縦覧ができます。対象地区＝南小岩六丁目31番、南小岩七丁目24番の一部 縦覧期間＝組合の解散または建築工事完了の公告の日まで ※現在縦覧可、ただし日曜を除く。問・縦覧場所＝市街地開発課計画係(区役所北棟3階6番) ☎5662-1102

### 司法書士による暮らしの法律相談会

日 1月29日 13時～16時 場 北小岩コミュニティ会館 内 相続、遺言、成年

減塩川柳 「減塩で 不安も不調も 減らしましょう」 問 健康サービス係 ☎5661-2466



後見、土地や家の名義変更、会社設立、借金・過払い金の返還請求、裁判・訴状作成ほか 江戸川区 田中東京司法書士会江戸川支部・中川剛事務所 ☎3659-3332

インターネット公売(動産)

住民税の滞納者から差し押さえた動産(腕時計ほか)のインターネット公売を行います。なお、現物を直接ご覧になりたい方は事前にお問い合わせください。参加申し込み=1月23日(日)23時まで 入札期間=1月30日(日)13時~2月1日(日)23時 代金納付期限=2月9日(日)14時30分 ※詳しくは、区ホームページをご覧ください。やむを得ない事情により、公売を中止する場合があります。特別整理係 ☎5662-0305

非常勤職員の募集

いずれも区ホームページ内の「採用・募集情報」を必ずご確認ください。子ども未来館 雇用期間=4月1日~30年3月31日 勤務日=月~金のうち週5日・29時間30分 8時30分~17時15分(曜日によって異なる) 子どもの活動支援に関すること 教員免許を有する方または子どもの学び活動に相当の知識および経験がある方1人 報酬=月額20万9300円(予定) ※交通費の支給は月額3万円まで。履歴書(写真貼付)・志望動機(800字程度)を2月10日(日)までに郵送(必着)または持参、〒133-0061 篠崎町3-12-10 子ども未来館 ☎5243-4011 ※書類選考の上、2月18日(日)または19日(日)に面接を実施。子ども家庭支援センター 雇用期間=4月1日~30年3月31日 勤務日=月~金のうち週4日・30時間(をを除く) 8時45分~17時15分 児童虐待ケースへの対応・相談支援に関する業務ほか 児童福祉司の任用資格(社会福祉士など)、保健師いずれかの資格を有する方または児童虐待対応の実務経験がある方若干名 報酬=月額24万3700円(予定) ※交通費の支給は月額3万円まで。2月10日(日)までに電話の上、履歴書(写真貼付)

論文「児童虐待防止に対する区の役割」(800字程度)を2月13日(日)までに郵送(必着)または持参、〒132-0011 瑞江2-9-15 子ども家庭支援センター-養育支援係 ☎6231-8170 ※書類選考の上、2月下旬に面接を実施。すくすくスクール指導員 雇用期間=4月1日~30年3月31日 勤務日=月~金のうち週5日・29時間45分(をを除く) 区立小学校内 児童の育成・指導ほか 教員免許または保育士資格を有する方/大学において心理学・教育学・社会学を専修し、修了した方15人程度 報酬=月額21万6000円(予定) ※交通費の支給は月額3万円まで。履歴書(写真貼付)・資格証明書の写し・「志望動機と自己PR」(400字程度)を2月7日(日)までに特定記録郵便で郵送(必着)または持参、〒132-8501(住所不要)教育推進課すくすくスクール係(区役所4階3番) ☎5662-2732 ※書類選考の上、2月18日(日)に面接を実施。区立幼稚園講師 雇用期間=4月1日~30年3月31日 勤務日=月~金の1日6時間(をを除く) 区立幼稚園 園児保育に関わる業務および幼稚園の運営に関すること 幼稚園教諭免許を有する方(取得見込みを含む)若干名 報酬=月額24万5000円(予定) ※交通費の支給は月額3万円まで。履歴書(写真貼付)・志望動機(400字程度)を2月7日(日)までに郵送(必着)または持参、〒132-8501(住所不要)教育委員会事務局指導室事務係(区役所4階6番) ☎5662-1635 ※書類選考の上、通過者に面接日を通知。

虹の家(指定管理委託障害者施設) 常勤・非常勤職員募集

看護師(常勤) 勤務日=月~金の週5日(をを除く) 8時30分~17時15分 知的障害者の健康・薬の管理ほか 正看護師の資格を有する方 賃金=月額20万円以上(学歴・経験者考慮、試用期間中も同条件) 生活支援員(非常勤) 雇用期間=2月上旬~30年3月31日(更新あり)

図書館へ行こう!

Table with columns: 催し, 日時, 対象, 会場・申し込みなど. Includes events like '大人のための朗読会', '一日おはなし会', '星空の宅配便in松江図書館', '図鑑の世界'.

勤務日=月~金の週4~5日(をを除く) 9時45分~15時 内食事・排泄介助ほか 賃金=時給950円(試用期間中は932円) ※いずれも試用期間は3カ月。交通費の支給あり。常勤のみ、社保完備・退職金制度・昇給・賞与あり。《場申請》事前に電話で申し込みの上、面接日に履歴書などを持参、虹の家 ☎3676-3391 ※詳しくは、お問い合わせください。

休館のお知らせ
《設備点検などのため》
☆東葛西コミュニティ会館 ☎5658-4073 ⇨ 1月23日(日)
☆臨海町コミュニティ会館 ☎3869-2221 ⇨ 2月1日(日)
☆南小岩コミュニティ会館 ☎5668-2241 ⇨ 2月1日(日)
☆新田コミュニティ会館 ☎5658-7211 ⇨ 2月2日(日)

~スポーツ施設の教室~

Table listing sports classes: 陸上競技場の教室, 総合体育館の教室, 水辺のスポーツガーデン「水辺のテニス大会」, スポーツセンターの教室. Includes details on dates, times, fees, and locations.

夜間・休日急病診療
江戸川区医師会夜間・休日急病診療所(小児科・内科のみ)
診療時間 毎日21時~翌朝6時・日曜9時~17時 ☎5667-7775
診療場所 西瑞江5-1-6(江戸川区医師会地域医療支援センター内)
医療機関のご案内
休日急病当番医(急病のみ、往診不可) 診療時間9時~17時
小児科 内科 眼科 耳鼻咽喉科
江戸川区歯科医師会休日歯科応急診療所(要予約)
休日応急当番接(整)骨院(施術時間9時~17時)

葛西臨海水族園 休園のお知らせ 2月1日(日)~28日(日)は大規模改修工事などのため休園します。葛西臨海水族園 ☎3869-5152

直印のあるものは直接会場へ(申印のあるものは要申し込み) 印のないものは無料(同記事内の共通事項) 印のあるものは主に子ども・親子が対象、または内容が子育てに関するもの





人口	691,514	(-171)
男	349,342	
女	342,172	
世帯	333,759	(-185)

発行/江戸川区 ■編集/広報課 〒132-8501 江戸川区中央1-4-1 ☎3652-1151(代表) ☎3652-1109 🌐http://www.city.edogawa.tokyo.jp/

## 子育て応援講座 子育ての技術

～教える・見守る・ほめる～

「子どもが言うことを聞かない! どうしたらいいの?」などと悩んでいる方のための講座です。効果的で具体的な伝え方などを学びます。

日 2月2日 9日 10時～11時30分 (全2回)

人 概ね3～7歳のお子さんを育てている母親または父親、保育者など30人(申込順)

師 ボーイズタウン・コモンセンスペアレンティング指導者養成講師・山口大輔

場 1月23日 10時から電話で、

子ども家庭支援センター ☎6231-8120

※一時保育があります。詳しくは、お問い合わせください。



## 子ども未来館の教室



①まだ使えます! 野菜・果物の種や皮  
～石けん・香り袋・染め物作り～

種などの試食も行います。

日 2月4日 14時～16時

②海苔作り体験と海藻の科学

日 2月11日 18日 10時～11時30分 (全2回)

協 葛西さざなみ会

人 小学3～6年生 ①16人・②20人 (いずれも抽選)

場 往復ハガキ(6面記入例参照・保護者氏名も記入)で①は1月27日 ②は2月3日までに郵送(必着)、〒133-0061 篠崎町3-12-10 子ども未来館 ☎5243-4011



## 育てて楽しむ 花壇づくり講座

春から始める花壇づくりです。宿根草を利用した花壇づくりの基礎を身に付けませんか。

日 2月11日 10時～11時30分

場 グリーンパレス集会室401

人 50人(申込順)

料 500円(教材費)

師 恵泉女学園大学非常勤講師・山浩美

場 1月23日 9時から電話で、

えどがわ環境財団事業係 ☎5662-5542



## 「名主の麦」うどん打ち親子体験教室

一之江名主屋敷で収穫した小麦を使い、粉ひきからうどん打ちまでを体験します。

日 ①2月18日 9時50分～12時30分 粉ひき、

②19日 9時50分～14時 うどん打ち (全2回)

場 グリーンパレス①集会室405・②4階料理講習室

人 小学3年生以上のお子さんと保護者10組・20人(抽選)

料 1人300円

場 往復ハガキ(6面記入例参照・参加者全員の氏名・年齢・電話も記入)で1月31日までに郵送(必着)、〒132-0031 松島1-38-1 グリーンパレス3階 文化財係 ☎5662-7176



## 第3回 信州安曇野ハーフマラソン 参加者募集

安曇野FUN RUN ～人と自然で安曇野流おもてなし～

区の友好都市である長野県安曇野市の美しい景観と地域の皆さんの温かい応援で、全国から参加者が集まる「信州安曇野ハーフマラソン」。雄大な北アルプスの麓を走り、爽やかな初夏の安曇野を体感しませんか。

日 6月4日

場 豊科南部総合公園(長野県安曇野市豊科高家4882番地)とその周辺

問 都市交流係 ☎5662-6140

※申し込み方法など詳しくは、大会公式ホームページ(🌐http://azumino-marathon.com/)をご覧ください。信州安曇野ハーフマラソン実行委員会 ☎0263-72-2239へお問い合わせください。



種目	対象(大会当日現在)	参加費(税込)	申込期間
ハーフマラソン	18歳以上の方	5500円	3月17日 15時まで
ファミリーラン(2km)	18歳以上の保護者と小学生のペア	3000円(※)	

※小学生が2人の場合は4000円。

## 宿泊は 穂高荘 をご利用ください

ランナー応援宿泊パックをご用意しました!

### 宿泊パックの特典

- 会場までの送迎
- ランナー専用の朝食
- マラソン終了後の昼食と温泉入浴 ほか

宿泊料金(6月3日 1泊3食付き・入湯税別)

65歳未満の方⇒8000円/65歳以上の方⇒6000円

※いずれも区民または区内在勤者とその同居家族の方で、1室1人以上・大人1人当たりの料金。1人で申し込みの場合は相部屋となります。

※区内発着の穂高号(バス)利用の場合、別途9000円が必要です。

場 1月23日 9時から電話で受け付け、穂高荘予約センター ☎5662-7051 (受付開始日のみ申し込み多数の場合は抽選。1月24日以降は申込順)



## 穂高荘・塩沢江戸川荘

5月宿泊分の申し込みを電話で受け付けます

受付開始日 2月1日 9時～17時

※受付開始日のみ、予約が重なる日は抽選。2月2日 日以降は申込順。

問・申込先

穂高荘予約センター ☎5662-7051、

塩沢江戸川荘予約センター ☎0120-007-095

5月 穂高号	バス料金
7日 2泊	飯山 菜の花公園と高橋まゆみ人形館 1万5000円
8日 2泊	春のアルペンルートの風物詩 雪の大谷 1万4000円
10日 2泊	戸隠神社と水芭蕉の森林植物園 1万5000円
12日 2泊	清流梓川と新緑の高地を自然散策! 1万4000円
14日 2泊	飛騨の小京都 見どころたくさん飛騨高山 1万5000円
16日 2泊	春の木曾路を行く 妻籠宿・馬籠宿 1万6000円
18日 2泊	北アルプスの展望台 新穂高ロープウェイ 1万4000円
20日 1泊	富士山を望む絶景 富士芝桜まつり 1万3000円
22日 2泊	雪解けの春を迎える 世界遺産白川郷 1万6000円
24日 3日間	穂高荘を拠点に フリープラン3日間 1万1000円
26日 2泊	天空の大パノラマ 駒ヶ岳ロープウェイ 1万5000円
28日 2泊	美ヶ原高原美術館とビーナスライン 1万4000円
30日 1泊	ハケ岳チーズケーキ工房と新緑の清里高原 1万3000円
31日 2泊	天空へと続く道 乗鞍スカイライン 1万4000円
6/1 2泊	秘境を行く 黒部峡谷トロッコ電車 1万6000円

5月 塩沢号	バス料金
8日 2泊	春の花旅 信州飯山の菜の花畑と 妙高いもり池の水芭蕉 1万5000円
12日 2泊	戦国探訪 名城・春日山城址ハイ クと信州松代・真田の地 1万5000円
14日 2泊	雪解けの水鏡 松代の棚田と芝峠温泉 1万5000円
16日 3泊	満喫佐渡 2泊 絶景尖閣湾遊覧と長谷寺 1万7000円
20日 2泊	国指定重要無形文化財 山古志の牛の角突き 1万4000円
22日 2泊	根小屋の芝桜と塩沢江戸川荘で山菜採り 1万4000円
24日 3泊	友好都市・鶴岡市との共同企画! 山形庄内三大祭の鶴岡天神祭を江 鶴亭から鑑賞・羽黒山で精進料理 1万6000円
27日 2泊	新緑トレッキング湯沢 清津川の渓谷美 1万4000円
30日 1泊	バラ香るアンディ&ウィリアムスポタ ニックガーデンのローズウイーク 1万2000円

※各コースのバス料金は大人の料金です。 ※別途費用がかかるコースもあります。詳しくは、お問い合わせください。

## じゃばら湯

じゃばらジュースをプレゼントします(先着順)。日 1月29日 場 区内各公衆浴場

料 通常料金 主 公衆浴場組合江戸川支部 後 江戸川区 問 商工勤労係 ☎5662-0523

