

- 2 面 第69回人権週間
みんなで築こう 人権の世紀
- 3 面 マイナンバー制度による情報連携の本格運用が始まりました
- 7 面 TOKYO交通安全キャンペーン
- 8 面 冬の祭典 第35回氷上フェスティバル

洗えば健やか笑顔 防ごう! 冬の感染症

船堀幼稚園

今年もノロウイルスの季節がやってきました

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが感染性胃腸炎を引き起こします。

主な症状 吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱 ほか

去年かかってしまったときはおなかは痛いし、吐き気はものすごいしで散々な目に遭いました。感染を防ぐにはどうしたらいいの？

小まめな手洗いと食材の加熱を

外出やトイレに行った後には必ずせっけんで手を洗いましょう。カキなど二枚貝は芯までしっかり加熱調理してくださいね！

僕の家ではかかった子どもが所構わず吐いてしまって、そこから広まって一家でダウンしてしまいました。周囲の人が感染したときの対策は？

後始末を念入りに！

吐しゃ物や便などで汚れた衣類は、塩素消毒液に漬けるか、色柄もので漂白できない場合は熱湯をかけてから洗濯機に入れましょう。じゅうたんなど洗えないものは、アイロンでの加熱も有効です。汚した床やトイレ・水場も消毒液での処理を。

空気が乾燥する冬の時期は、ノロウイルスやインフルエンザウイルスが猛威を振るいます。感染症にかからない、うつさないための予防をしっかりと行いましょう。

☎感染症対策係 ☎5661-2476

塩素消毒液の作り方

塩素系漂白剤10ml(キャップ半分弱程度)を水2500ml(汚物処理用の場合は水500ml)で薄める。

※使用時はゴム手袋を着用しましょう。また、金属を腐食させるので、ドアノブなどの消毒後は水拭きが必要です。



その症状はインフルエンザかも

高熱、悪寒、頭痛、関節痛、筋肉痛などが**急激に表れる**のがインフルエンザの特徴です。

早期の抗ウイルス薬の服用が効果的なので、すぐに医療機関を受診しましょう。

予防には早めの予防接種に加え、うがい・手洗いが有効です。



江戸川区長 多田正見
東京都薬物乱用防止推進
江戸川区地区協議会が、中
学生を対象に標語を募集し
ました。今年は818点の
応募があったそうで、その
中の入選作品13点をご披露
します。(敬称略)

人生の 歯車 狂わす
そのくすり(坂井結)／一
度だけ その軽率が 命と
り(白石舞)／薬物なんか
に たよるな 負けるな
手を出すな(岩本侑生)／
薬物に自分の未来は決めさ
せない！(米倉真乃人)／
一度だけだと 自分にうそ
つく 薬物乱用(佐々木滉
太)／誘惑に 乗らない
行かない 負けない心(竹
川琴白)／薬物は あなた
の心 壊す敵(大木結月)
／守りぬけ 今の自分と
未来の自分(北林遼)／手
を出せば あなたの未来が
壊される(高橋慶一郎)／
立ち止まろう 闇への一線
越える前(太田幹人)／つ
らくても 薬物なんかは
逃げないで！(和田菜々美)
／その一度が 人生壊す
分岐点(大塚里菜)／薬物
の 誘いに乗るな 関わる
な！(小野田凌)

どの作品も短い文の中に、
薬物の誘惑には負けないと
いう強い意志が込められて
います。同時にポスターの
募集もあり、入選作品は区
ホームページで紹介してい
ます。どれも薬物の恐ろし
さが鮮烈に表現された作品
です。中学生の意識の高さ
を感じました。

ホット
ライン

第69回

人権週間

12月4日～10日

みんなで築こう 人権の世紀

私たちの社会は人と人とのつながりで成り立っています。一人ひとりが互いに思いやり、人権を尊重することは、誰もが幸せに暮らせる地域社会の実現につながります。人権週間を迎えるこの機会に、人権について考えてみませんか。

☎法務担当係 ☎5662-6264

インターネットを悪用した人権侵害をなくそう

インターネット上に、個人の名誉やプライバシーを侵害する書き込みがされたり、差別を助長する表現が掲載されたりするなど、その匿名性、情報発信の容易さを悪用した人権問題が発生しています。個人の名誉やプライバシー、インターネットを利用する際のルールやマナーに関する正しい理解を深めていく必要があります。



じんけん
人KEN
まもる君



人権イメージキャラクター

じんけん
人KEN
あゆみちゃん

同和問題に関する偏見や差別をなくそう

同和問題に関する偏見や差別意識から、結婚における差別、差別発言、差別落書きなどが依然として存在しています。同和問題に対する関心と理解を深めていくことが必要です。昨年12月、部落差別のない社会の実現に向けて「部落差別の解消の推進に関する法律」が施行されました。

区内においても、新中川・荒川・中川の河川敷に設置された看板や手すりなどへの差別落書きや、差別につながる土地調査が発生しています。このような行為は、人の心を傷つけ、人権を侵害するものであり、断じて許されません（落書きは、刑罰の対象となることがあります）。

子どもの人権を守ろう

いじめや体罰、児童虐待、児童買春、児童ポルノなどの人権問題が発生しています。子どもが一人の人間として最大限に尊重される社会を実現しましょう。

障害を理由とする偏見や差別をなくそう

障害のある方が職場で差別待遇を受けたり、店舗でのサービスを拒否されたりするなどの人権問題が発生しています。障害の有無にかかわらず、誰もが相互に人格と個性を尊重し合いながら共生できる社会にするために、関心と理解を深めましょう。



女性の人権を守ろう

セクシュアルハラスメントや妊娠・出産などを理由とする不利益取り扱い（マタニティーハラスメント）、家庭・職場における男女差別、配偶者・パートナーからの暴力などの人権問題が発生しています。

女性と男性が相互の立場を尊重して協力し合えるように、関心と理解を深めましょう。

熟年者の人権を守ろう

熟年者に対する就職差別や介護施設などにおける身体的・心理的虐待などの人権問題が発生しています。熟年者が生き生きと暮らせる社会を実現しましょう。



上記以外にも…

- アイヌの人々に対する偏見や差別をなくそう
- HIV感染者やハンセン病患者などに対する偏見や差別をなくそう
- 刑を終えて出所した人に対する偏見や差別をなくそう
- 犯罪被害者とその家族の人権に配慮しよう

- 北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めよう
- ホームレスに対する偏見や差別をなくそう
- 性自認を理由とする偏見や差別をなくそう
- 人身取引をなくそう
- 東日本大震災に起因する偏見や差別をなくそう

講演と映画のつどい

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催に向けて、外国人と接する機会が増えていくことが予想されます。この機会に外国人の人権について考えてみませんか。手話通訳があります。直接会場へ。

☎12月8日 13時30分～16時10分（13時開場）

場 総合文化センター小ホール

内 ▷ 講演「がんばっぺ！ オラの大好きな日本」（師 山形弁研究家・ダニエル・カール）

▷ 映画「風の匂い」（字幕付き）

人 350人（先着順） ☎法務担当係 ☎5662-6264



人権セミナー「先生に何をどこまでお願いしてもよいの？」～人権論から見た合理的配慮義務とインクルーシブ教育の意義～

障害のある子どもに対する合理的配慮の意味を確認することで、障害のある児童・生徒と障害のない児童・生徒が、同じ教室で学ぶ意義について一緒に考えます。

☎12月4日 19時～20時30分

場 タワーホール船堀 5階大ホール

人 750人（申込順）

師 帝京大学法学部助教・杉山有沙

申 問電話で受け付け中、すくすくスクール係 ☎5662-2732



人権に関する相談は人権擁護委員へ

人権問題でお困りの方の相談に、人権擁護委員（右表）が無料で応じています。

秘密は固く守ります。

● 面接相談（直接会場へ）

☎場 問

▷ 毎月第1 13時～16時（受付時間は13時～15時）
⇒ 区民相談室（グリーンパレス2階） ☎5662-7684

▷ 月～金 8時30分～17時15分 ⇒ 東京法務局（千代田区九段南1-1-15 九段第2合同庁舎12階）
☎0570-003-110

※ いずれも 月、年末年始を除く。



人権擁護委員（敬称略）

大久保誠太郎
真田 康子
荒木 昌道
小泉 弘二
宮本 道子
高濱 広記
川口 通治
八武崎育子
松田 守弘
吉野 茂雄
石井 修一
野崎 路子
小宮真由美

夜間人権ホットライン 相談専用電話

☎ 6722-0127

弁護士が電話で法律相談に応じます。

☎12月7日 17時～20時

問 東京都人権啓発センター ☎6722-0124・0125



凡例

日時（日程）

時間

場所

内容

人員

定員（対象）

費用

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

マイナンバー制度による情報連携の本格運用が始まりました

11月13日から情報連携の本格運用が始まり、マイナンバーを用いる各種事務手続きにおいて必要書類（住民票の写し、課税証明書など）を省略できるようになりました。ただし、事務手続きの内容により、引き続き必要書類の提出をお願いする場合があります。

各種事務手続きについて詳しくは、担当部署にお問い合わせください。

◎情報連携とは、マイナンバー法に基づき、これまで行政の各種事務手続きで提出する必要があった書類を省略することができるよう、専用のネットワークシステムを用いて、異なる行政機関の間で情報をやり取りすることです。

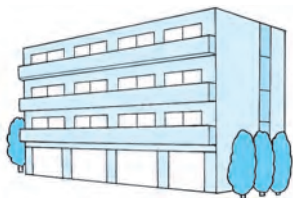


マイナンバー
キャラクター
マイナちゃん

問 住基・個人番号制度推進課推進係
☎5662-1698

都民住宅（東京都施行型）入居者募集

中堅所得者の家族向けの賃貸住宅で、原則として都営住宅の所得基準を超える世帯が入居対象です。



募集戸数 80戸

申込書・募集案内の配布期間・配布場所

12月4日（月）～12日（火）

⇒住宅課相談係（区役所北棟2階3番）

※（日）を除く。ただし、12月9日（土）・10日（日）9時～18時に東京都住宅供給公社都営住宅募集センターで配布します。

※配布期間中、東京都住宅供給公社ホームページ（<http://www.to-kousya.or.jp/>）からもダウンロード可（12日は18時まで）。

申 12月15日（金）までに郵送（必着）

問 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター
☎3498-8894、住宅課相談係 ☎5662-0517 ※いずれも（日）を除く。

◎詳しくは、募集案内をご覧ください。

区政情報誌

「くらしの便利帳」に広告を掲載しませんか

■発行 30年5月（予定）

■申込先 サンケイリビング新聞社
東京本部 ☎5216-9155

■申込期限 30年2月23日（金）

※公共性を損なう恐れがあるもの、意見広告などは掲載できません。また、掲載の基準・審査などにより、掲載できない場合があります。

※広告枠には限りがあり、申込期限前に満稿になる場合があります。規格・掲載料など詳しくは、上記事業者にお問い合わせください。



問 編集係 ☎5662-0403

特別区全国連携プロジェクト「北海道渡島地域 魅力体験ツアー」

北海道木古内町は、区の友好都市・山形県鶴岡市の姉妹都市で、区民まつり参加などを通じて交流を深めています。今回、厳寒の津軽海峡の中でご神体を潔め、豊漁豊作を祈願する「寒中みそぎ祭り」の見学をはじめ、新幹線開業で一層のにぎわいを見せる道南・渡島地域の魅力を存分に楽しめるツアーが開催されます。行程など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

日 30年1月13日（土）～15日（月）（2泊3日） ※羽田空港集合・東京駅解散。

内 寒中みそぎ祭り見学、青函トンネル記念館見学、ホタテ昆布巾着作り、松前漬作り（ほか）

人 15人（申込順） ※最少催行人員5人。

¥ 1人5万1000円（2泊7食・交通費含む・1室2～3人の料金）

※人数により料金が異なります。3歳未満のお子さんは無料。
申 申込書（<http://www.nta.co.jp/hokkaido/>）または区ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し、12月15日（金）までにファクシミリで、日本旅行北海道函館支店 ☎0138-62-3775

問 企画担当係 ☎5662-6045



▲寒中みそぎ祭りの様子

忘年会シーズンの食べ残しを減らしましょう！

「30・10運動」にご協力をお願いします

区では、区民1人当たり年間で約24.5kgの食べ残しなどによる「食品ロス」が発生していると推計されています。これは、お茶わん160杯分のご飯に相当します。

×160杯分

中でも、宴会では食堂・レストランのランチと比較した場合、約4倍の食べ残しが発生しています。



『おそとで実践！ 30・10運動』は、こうした宴会での食べ残しを減らす運動です。以下の3つを実践して宴会での食品ロスを削減しましょう。

『おそとで実践！ 30・10運動』の実践方法

注文時

年齢・性別などに合わせ、食べられる量だけ注文しましょう。



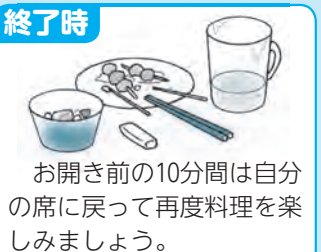
乾杯時

乾杯後30分間は席に座って料理を楽しみましょう。



終了時

お開き前の10分間は自分の席に戻って再度料理を楽しみましょう。



問 ゴミ減量係 ☎5662-1689

12月は 滞納STOP 強化月間

滞納STOPへの取り組み

納付案内センター

区では、税を納め忘れている方に「江戸川区納付案内センター」による電話や訪問員による納付案内を実施しています。

文書催告

滞納がある方を対象に、文書による納付催告を実施しています。

夜間・休日集中電話催告

督促状の発送に合わせ、職員による夜間・休日の集中電話催告を実施しています。

職員による一斉臨戸徴収

滞納整理強化策として、職員が休日、一斉に臨戸徴収を実施します。

搜索・差し押さえ

催告に応じない滞納者には、居宅や事業所を強制搜索する「搜索」や、財産の「差し押さえ」を実施します。

都と区市町村では、12月を「オール東京滞納STOP強化月間」として、安定した税収確保と納税義務の公平性確保を目指し、さまざまな徴収対策に取り組んでいます。

特別区民税・都民税の納税は便利な口座振替で

◎口座振替（自動払込み）のメリット

・納め忘れの心配がありません。・納めに行く手間が省けます。・手続きは一度申請すれば、翌年度以降も継続します。

◎口座振替依頼書（自動払込利用申込書）は、納税課（区役所4階1番）・区民課および各事務所で配布しています。

※郵送で口座振替依頼書をご希望の方は、下記担当係までご連絡ください（区ホームページからもダウンロード可）。

不審な電話や訪問にご注意を！

昨今、振り込め詐欺などが頻発しています。職員が訪問する際には、必ず「徴税吏員証」を携行しています。また、区役所の職員から電話でATMなどでの振り込みをお願いすることは絶対にありません。不審な電話や訪問があった場合は、必ずお問い合わせください。

問い合わせ

○納税相談について 病気や失業など、やむを得ない事情で納付が困難な方はご相談ください。住所により連絡先が異なります。

小松川・区民課管内の方⇒納税第一係 ☎5662-1013

小岩・東部・鹿骨管内の方⇒納税第二係 ☎5662-6354

葛西管内の方⇒納税第三係 ☎5662-6361

○口座振替について 収納推進係 ☎5662-6345

健康大好き

健康サポートセンター

中央 ☎5661-2467 葛西 ☎3688-0154
小岩 ☎3658-3171 鹿骨 ☎3678-8711
東部 ☎3678-6441 小松川 ☎3683-5531
清新町 ☎3878-1221 なぎさ ☎5675-2515

元気なときこそ がん検診

がん予防・事業係 ☎5661-2463

種類・対象	受診方法・場所
子宮頸がん【細胞診】 体がんは医師が必要と認めた方に実施	20歳以上 診療日・診療時間内に区内指定産婦人科（区ホームページなどでご確認ください）へ
胃がん【エックス線】 治療中・妊娠中（可能性含む）の方を除く	下記へ予約の上、江戸川区医師会医療検査センター（タワーホール船堀6階）へ ▷予約電話 ☎5676-8818 予約受付時間（㊦を除く） 月～田 8時45分～17時 ▷web予約 http://www.kenshin-edogawa-web.jp  スマートフォン用QRコード
乳がん 30～39歳【超音波】 40～64歳【超音波またはマンモグラフィ】 65歳以上【マンモグラフィ】 ※授乳中・妊娠中（可能性含む）の方を除く。マンモグラフィは前年度同検査未受診者のみ受診可。	
大腸がん【便潜血反応】 各会場で検便の容器を受け取り、採便後、提出してください	
口腔がん【視触診】 細胞診は歯科医師が必要と認めた方に実施	
肺がん【エックス線・喀痰細胞診】 妊娠中（可能性含む）の方を除く	▷保健所・健康サポートセンター⇨月～㊦ ▷江戸川区医師会医療検査センター⇨月～田 ▷区内指定医療機関⇨診療日 電話で、がん予防・事業係へ申し込み後、送付される受診券をもとに、区内指定歯科医療機関へ予約 直接、江戸川区医師会医療検査センターへ 月～田 { 9時～11時 13時～15時 ※タワーホール船堀が休館の場合は休診。
前立腺がん【血液検査】 29年4月～30年3月に、60・65・70歳の誕生日を迎える方	

◎年1回受診できます（子宮頸がん、乳がんのマンモグラフィ、口腔がんは2年に1回）。受診日は㊦を除く。結果通知は1カ月以内に送付します。
※喀痰細胞診は医療検査センターで肺がん検診を受診後、容器を配布します。
※いずれの検診も治療中・経過観察中および妊娠中など、身体状況により受診できない場合があります。

40～64歳の方へ 国保健診実施中 無料

●受診（予約）はお済みですか！
国民健康保険に加入している40～64歳（昭和28年4月1日～53年3月31日生まれ）の方を対象に、国保健診を実施しています。

◎対象の方には受診券を送付済みです。

◎まだ受診していない4～9月生まれの方も、ぜひご利用ください。

◎直前でも予約の取りやすい午後の受診がお勧めです。

受診期間 30年3月31日㊦まで
※2・3月は大変混み合います。早めの受診（予約）にご協力ください。

受診方法・場所 ☎5676-8818
（月～田 8時45分～17時、㊦・年末年始を除く）またはhttp://www.kenshin-edogawa-web.jp（携帯電話からは不可）で予約し、江戸川区医師会医療検査センター（タワーホール船堀6階）へ
☎5662-0623

こころの健康・物忘れ相談

最寄りの会場へ電話でお申し込み

みてください。

会場・申込先	日程		時間
	12月	30年1月	
健康サポートセンター	中央	11日㊦	14時から
	小岩	12日㊦	13時30分から
	東部	14日㊦	14時から
	清新町	15日㊦	9時30分から
	葛西	21日㊦	14時から
	鹿骨	25日㊦	9時30分から
	小松川	14日㊦	13時30分から
	なぎさ	19日㊦	9時30分から
		20日㊦	15時から
		16日㊦	15時から

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）
12月7日㊦	中央健康サポートセンター
30年1月18日㊦	東部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

いのち見守り隊（ゲートキーパー）養成講座

大切な人をなくさないために～「死にたい」と言われた時に～
自殺のサインに気付くことや、

封筒（国民健康保険に関する通知物送付用）へ掲載する広告を募集中

●広告の種類・最低募集価格など

	名称	規格（単位：cm）	発送部数（予定）	最低募集価格
①	封筒（国保のしおりおよび国保だより送付用）	縦7×横20	10万4000部	8万円
②	封筒（保険料決定通知書送付用）			

申問 12月8日㊦までに「医療保険課広告掲載申込書」（区ホームページからダウンロード）に必要書類を添えて郵送（必着）または持参、〒132-8501（住所不要）医療保険課庶務係（区役所北棟1階1番） ☎5662-0540

※掲載基準や申し込み方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください（①は30年3月下旬、②は30年6月中旬に発送予定）。

関わり方のポイントを学びます。

日 12月8日㊦ 18時30分～20時30分

場 総合文化センター3階研修室

人 200人（先着順） 師 自殺予防団体・風のとびら代表・飯田佳子

問 いのちの支援係 ☎5661-2478

アルコールの問題でお困りの方へ 予約制

一度飲み出したら止まらない、飲酒が原因で職場や家族に迷惑をかけるなど、思い当たることはありませんか？「今の飲み方で大丈夫なのか」など、専門家に相談できます。日 12月13日㊦・18日㊦、30年1月10日・24日の㊦ 14時～16時 場 中央健康サポートセンター
人 区内在住の本人または家族 申 問 事前に電話で、最寄りの健康サポートセンターへ

認知症サポーター養成講座

日 12月21日㊦ 10時30分～12時 場 イオン葛西店4階イベントスペース（西葛西3-9-19） 人 50人（申込順）
申 問 12月1日㊦ 9時から電話で、介護保険課事業者調整係 ☎5662-0032

中高年のためのひざ痛・腰痛改善教室

日 場 下表のとおり 人 区内在住の概ね40～74歳で、ひざや腰に痛みがあり、医師から運動を止められていない方各30人（申込順）
師 理学療法士 申 問 12月4日㊦ 9時から各会場へ電話で

日時（各全6回）	会場
30年1月10日・17日・24日・31日、2月7日・28日の㊦ 9時30分～11時	鹿骨健康サポートセンター
30年1月10日・17日・24日、2月7日・21日、3月7日の㊦ 13時30分～15時	なぎさ健康サポートセンター

熟年相談室の催し

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。

テーマ	日時（12月）	会場	申込先
身体と脳を動かして認知症予防をしましょう	8日㊦ 10時30分～11時30分	東部区民館	瑞江ホーム ☎3679-4102
尿もれの予防とケア	11日㊦ 13時30分～15時	新川さくら館	暖心苑 ☎3877-0181
頭と体を動かして認知症予防！	11日㊦ 14時～15時30分	葛西区民館	なぎさ健康サポートセンター ☎3675-1236

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（12月）	会場	申込先
茶話会～頑張り過ぎない介護のヒント見つけてみませんか～	9日㊦ 13時30分～15時	なぎさ和楽苑 ☎3675-1236	
心のこもった年賀状作り～もらってうれしい1枚～（㊦10人）	9日㊦ 14時～15時30分	小岩ホーム ☎5694-0111	
ヨガ体操でリフレッシュ	11日㊦ 10時～11時30分	船堀コミュニティ会館	暖心苑船堀 ☎5878-1521
千支小物作りでリフレッシュ	11日㊦ 13時30分～15時	松江区民プラザ	清心苑 ☎5879-5613
認知症サポート医から学ぶケアのポイント	13日㊦ 13時30分～15時	小松川区民館	第二ウエル戸川 ☎5858-2352
手芸で息抜き！来年の千支の小物作り	14日㊦ 13時30分～15時	暖心苑	☎3877-0181
クリスマスリース作り（㊦20人）	15日㊦ 10時～11時30分	東部区民館	瑞江ホーム ☎3679-4102
正月小物を作ってリフレッシュしましょう！	18日㊦ 13時30分～15時	江戸川区医師会	☎5607-5591
介護者の方、認知症サポート医に相談してみませんか？	20日㊦ 13時30分～15時	特別養護老人ホームさく	さく（分室） ☎5666-8477

《問》各申込先へ電話で

高次脳機能障害専門相談

日 12月20日㊦ 10時～12時 人 症状が思い当たる方とその家族 師 三軒茶屋リハビリテーションクリニック院長・長谷川幹 場 申 問 事前に電話で、地域活動支援センターはるえ野（春江町2-41-8） ☎5664-6070＝㊦ 10時45分～19時、㊦ 10時45分～17時 ◎毎週㊦にグループ訓練を実施。

医療情報セミナー

「LOH（男性更年期）症候群について～男性ホルモンとの関係～」

日 12月11日㊦ 14時～16時 場 篠崎文化プラザ 人 90人（申込順）
師 江戸川病院泌尿器科主任部長兼透析センター長・古賀祥嗣ほか
後 江戸川区ほか 主 申 問 12月1日㊦ 9時から電話またはファクシミリ（4面記入例参照）で、江戸川病院地域連携室 ☎0120-518-120・☎3657-0758

区民健康講座

「抗生物質で効かない細菌とは？」

日 12月16日㊦ 13時30分～14時30分 人 150人（先着順） 師 順天堂東京

穂高荘

30年1～3月の穂高号は「温泉ざんまい5日間」のコースがあります。寒い冬の季節に、身も心も温めてくれる穂高荘の温泉でのんびり過ごしてみませんか。申 問 穂高荘予約センター ☎5662-7051

江東高齢者医療センター・高齢者総合診療科・金井美紀 係江戸川区 場主間 順天堂東京江東高齢者医療センター（江東区新砂3-3-20） ☎5632-3111

12月1日は「世界エイズデー」です

現在、日本では、分かっているだけで1日に約4人が新たにHIVに感染しています。HIV感染は、今や身近な問題です。自分のため、大切な人を守るため、HIV検査を受けましょう。

HIV検査のご案内（無料・匿名）
回毎月第1・3回14時～15時30分
※30年1月は第3回、3月は第1回のみ実施。**場**江戸川保健所
内HIV即日検査 ※陰性の場合、結果が検査当日に分かります。**問**感染症対策係 ☎5661-2475

都医療券（気管支ぜん息）をお持ちの皆さまへ
～30年4月から一部自己負担が生じます～

東京都大気汚染医療費助成制度の改正に伴い、一部自己負担が生じます。対象は、生年月日が平成9年4月1日以前で、現在認定を受けて医療券を交付されている方です。30年4月1日以降の診療分から、認定された疾病に対する保険診療の窓口支払額のうち、月額6000円までが自己負担となります。

図書館へ行こう！

催し	日時	対象	会場・申し込みなど
おはなしクレヨンのスペシャルおはなし会 クリスマス・パネルシアター!!	12月9日 14時～15時	幼児（保護者同伴） ～小学生60人 （先着順）	場 問 東 部 図 書 館 ☎5666-1022
大人のための映画会 「ライブラシネマ篠崎」 （「フランソワーズ・サガンの悲しみよこんにちは」）	12月17日 14時～16時	50人（先着順）	場 篠崎文化プラザ 問 篠崎図書館 ☎3670-9102
Christmas Jazz Night 2017 （井上ゆかり）	12月17日 17時30分～19時	中学生以上の方80人 （申込順） ※未就学児の同伴不可。	場 申 問 12月2日 9時から 電話で、西葛西図書館 ☎5658-0751
人形劇「うしとかえる」と 小さな音楽会 （人形劇・木ぐつの木）	12月24日 14時～15時	幼児（保護者同伴） ～小学生150人 （先着順）	場 問 中央図書館 ☎3656-6211
おはなしこぼこのおはなし 会スペシャル （人形劇「手ぶくろをかいて」ほか）	12月24日 14時～15時	幼児（保護者同伴） ～小学生70人 （先着順）	場 問 松江区民プラザ 問 松江図書館 ☎3654-7251
大人向け朗読会「名作サロン」 （朗読の会 マザー・グース）	30年1月21日 14時～15時30分	40人（申込順）	場 申 問 12月2日 15時から 電話または窓口で、葛西図書館 ☎3687-6811

船堀ネパール上映のご案内 ☎5658-3230

作品名	日程(12月)
僕のワンダフル・ライフ	2日 田から
ナミヤ雑貨店の奇蹟	8日 全まで
DESTINY 鎌倉ものがたり	9日 田から
妖怪ウォッチ4	16日 田から
※上映作品・時間は、ご確認ください。 ※毎週回は、区民割引デー（1000円）、ダブル・スタンプデーです。 ※毎週回はレディースデー（女性1000円）です。	

※30年4月から使用できる「医療券」と「自己負担限度額管理票」は、2月末までに送付します。詳しくは、同封されている書類をご覧ください。

問 がん予防・事業係 ☎5662-1414、東京都福祉保健局環境保全衛生課 ☎5320-4492

30年度 江戸川区医師会
江戸川看護専門学校学生募集

江戸川看護専門学校では、地域医療に貢献できる看護師を養成しています。最新の設備が整っている本校で看護師を目指しませんか。願書受け付け＝30年1月9日 9時～26日 全 試験日＝30年2月3日 全 40人 ※申し込み方法、試験内容など詳しくは、お問い合わせいただくか、江戸川看護専門学校ホームページ（http://www.edogawa-kango.jp）をご覧ください。**申 問** 江戸川看護専門学校 ☎5667-8338

夜間・休日の在宅療養電話相談

近くの医療機関が知りたい、訪問診療や往診について知りたいなど、自宅での療養に関する電話相談に看護師が応じます。☎6240-5535＝21時～翌朝6時（日・年末年始は9時～17時も受け付け）

医学メモ

白内障

人の目はカメラのレンズに例えることができます。レンズは医学用語で水晶体と言い、健康な水晶体は透明で光を良く通します。そして、水晶体が濁ってしまうのが白内障です。カメラのレンズが曇っていると写真がぼやけてしまうのと同じように、水晶体が濁るとすりガラスのようになり、視力が低下し見えづらくなります。
自覚症状としては、かすんで見える、まぶしくなる、明るい所でも見えにくい、物が二重に見えるなどが挙げられます。白内障の主な原因は加齢なので、誰でも年齢とともに水晶体が濁ってしまいます。年齢が80歳以上になると、ほぼ全ての人に白内障による視力の低下が認められます。
その他、糖尿病などの全身の病気、アトピー性皮膚炎、薬の副作用やけがなどでも白内障になることがあります。日常生活に支障がないようなら、点眼薬で白内障の進行を遅らせます。しかし、点眼薬は進行を遅らせることはできませんが、残念ながら水晶体の濁りを回復させることはできません。
日常生活に支障が出るようになったら手術を行います。手術では濁った水晶体を取り除き、代わりに人工の眼内レンズを入れます。昨年に行われた白内障の手術は、全国で約110万件にのぼります。手術は怖いというイメージがあると思いますが、白内障の手術は日々進歩していますので、担当医師とよく相談して準備を進めると良いでしょう。目がかすむなどの症状が現れたら一度眼科を受診してみましょう。

江戸川区医師会（http://www.edogawa-med.jp/）

TOKYO交通安全キャンペーン

年末に多発する交通事故の防止、渋滞解消を目的に、都・区・警察が一体となって交通安全運動を実施します。

問 交通安全推進係 ☎5662-1998

キャンペーン期間 12月1日 全～7日 全

交通安全運動スローガン
「やさしさが 走るこの街 この道路」

キャンペーン重点項目

- 子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止
- 飲酒運転の根絶
- 二輪車の交通事故防止
- 自転車の交通事故防止
- 違法駐車対策の推進

※交通事故についてお悩みの方には、面接相談を行っています。

夜間・休日急病診療

受診の際は、健康保険証
などを持参してください

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 9時～17時 ☎5667-7775
診療場所 西葛江5-1-6（江戸川区医師会地域医療支援センター内）
※応急処置のため、薬の処方是最小限となります。

医療機関のご案内

- 江戸川区医師会休日診療テレホンセンター（日 9時～17時） ☎・ 5667-7557
- 東京都保健医療情報センター「ひまわり」（24時間） ☎5272-0303／ 5285-8080
- 東京消防庁救急相談センター（24時間） ☎#7119／ダイヤル回線 ☎3212-2323

休日急病当番医（急病のみ、往診不可） 診療時間 9時～17時

小 小児科 内 内科 眼 眼科 耳 耳鼻咽喉科 ※外科は、救急病院をご利用ください。

12月3日	小	葛西小児科	東葛西6-23-17	☎5675-2501
	内 小	太田医院	松江3-19-17	☎3656-1450
		成光堂クリニック	北小岩2-7-6	☎3657-6576
		北篠崎クリニック	北篠崎2-4-3	☎3698-7225
12月10日	内	谷口内科	東葛江1-27-6	☎3676-5757
	眼	あおぞら眼科クリニック小岩	南小岩6-25-16	☎3657-6987
	耳	赤上医院	南小岩7-18-13	☎3657-1435
	小	みやのこどもクリニック	南葛西2-18-27	☎3869-4133
12月10日	内 小	むらかみクリニック	一之江7-38-8	☎5678-7377
		下鎌田診療所	江戸川1-29-1	☎3677-3321
		みながわクリニック	西小岩4-9-5	☎5612-2151
		小岩医院	東小岩6-21-5	☎3657-1378
12月10日	眼	市原眼科	中央2-17-24	☎3653-1064
	耳	浅井耳鼻咽喉科医院	東葛江1-27-5	☎3698-8741

江戸川区歯科医師会休日歯科応急診療所（要予約）

診療時間 日 9時～17時（受け付けは16時30分まで） ☎・ 3672-8215
診療場所 東小岩4-8-6（江戸川区歯科医師会館内）

休日応急当番接（整）骨院（施術時間 9時～17時）

12月3日	田村接骨院	船堀7-16-16	☎3687-0864
	あさひ接骨院	南小岩8-15-12	☎5694-6177
12月10日	第一整骨院	西一之江3-1-11	☎3674-5353
	中川整骨院	西小岩5-9-12	☎3658-3019

塩沢江戸川荘

ポイントカードスタンプ2倍デー開催中！ 5ポイントで施設利用券2000円分、さらに10ポイントで無料宿泊券をプレゼント。12月26日 全までの平日限定です。申 問 塩沢江戸川荘予約センター ☎0120-007-095



競泳・池江璃花子選手がワールドカップで活躍!

区内在住の池江選手が、11月14日・15日に東京辰巳国際水泳場で行われたワールドカップ2017東京大会に出場しました。女子100m個人メドレーは57秒75で2位、女子50mバタフライでは25秒14で3位となり、いずれも自身の持つ短水路日本記録を更新しての入賞。また、女子100mバタフライでも2位に入賞する素晴らしい活躍ぶりでした。

問スポーツ係 ☎ 5662-1636

織茂伸之さんが都市緑化功労者 国土交通大臣表彰を受賞

「木の実会」代表の織茂伸之さんが、10月27日に国土交通大臣より表彰を受けました。今回の受賞は、地域の緑の保全育成活動のほか、地元の学校応援団として子どもたちに緑の大切さを伝えるボランティア活動を行うなど、長年にわたり地域の緑化推進に貢献してきたことが評価されたものです。

問水とみどりの課調整係 ☎ 5662-0320



冬の祭典 第35回 氷上フェスティバル

ウィンタースポーツの季節が到来! 氷上フェスティバルでは、スケートを楽しみながら、たくさんの催しに参加できます。

問スポーツランド ☎ 3677-1711

- ▶ 式典 (11時から)
- ▶ フィギュアスケート模範演技
- ▶ ウルトラ〇×クイズ (式典終了後)
- ▶ ホッケーシューティングゲーム
- ▶ スケートリンク無料一般公開
- ▶ フットサルコーナー
- ▶ リサイクルマーケット
- ▶ サークル発表会
- ▶ 模擬店 ほか

スポーツランド

12月10日(日) 9時~16時



フィギュアスケートの華麗な模範演技

滑走料 無料
※通常の一般公開は一般510円、小・中学生210円が必要です。
貸し靴料 一般310円、中学生以下210円
◎12月9日(土)はフェスティバル準備のため、全館休館となります。

クリスマス & 元旦は タワーホール船堀へ

イルカクリスマス ディナーショー

活動45周年、「なごり雪」の大ヒットでおなじみのイルカさんをお招きします。

日12月21日(土) 18時から 場 2階太陽の間

人350人 (申込順) 料 2万5000円

申問 電話で受け付け中、船堀マツヤサロン ☎ 5676-5511



初日の出を見よう!

展望塔からの初日の出観覧に、抽選で170人の方を招待します。

日30年1月1日(祝) 6時15分~7時15分

申問 往復ハガキ (催し名・参加者全員 (6人まで)

の住所・氏名・電話を記入) で12月6日(土)までに郵送 (必着)、〒134-0091 船堀4-1-1 タワーホール船堀 ☎ 5676-2211



展望塔から眺める元日の朝

展望塔を一般公開します。115mの高さからの景色をお楽しみください。

日30年1月1日(祝) 7時30分~9時

問 タワーホール船堀 ☎ 5676-2211

◎7階ロビーで、甘酒・コーヒーなどの販売や抽選会を行います。

◎映画館は年中無休で営業しています。毎月1日は「映画サービスデー」です。元日も1000円 (3歳未満無料) で映画をご覧いただけます。(映画館 = 問船堀シネパル ☎ 5658-3230)



クリスマス ファミリーディナー

日12月24日(日) 18時~20時30分 場 2階瑞雲の間

内ディナービュッフェ ※ピアノの生演奏あり。

人100人 (申込順) 料 中学生以上⇨5000円、3歳~小学生⇨3000円

申問 12月1日(土) 10時から電話で、船堀マツヤサロン ☎ 5676-5511



クリスマスツリー

1階に高さ4mのクリスマスツリーが登場! タワーホールを包む幻想的な雰囲気をお楽しみください。

日12月25日(月)まで 問タワーホール船堀 ☎ 5676-2211



せき かいや さん

1999年江戸川区生まれ。日大豊山高校在学中。多い時は朝練と放課後合わせて4時間30分の練習をこなす。そのため休みの日は一日中寝てしまうことも。日頃から心掛けてるのは「調子に乗らず、謙虚でいること」。好きな食べ物にはラーメンと焼き肉。



柔軟性を生かしたドルフィンキックで進むバタフライも得意種目。

今年一年で大きく成長 東京五輪で活躍したい!

中学から全国レベルの実力が

境でめきめき頭角を現した。水泳を始めたのは3歳。体が柔らかく、水に潜っては楽しそうにクネクネ泳いでいました。と関さんの母親は当時を振り返る。小学生となったからは、かの池江璃花子選手と同じ水泳クラブに所属し、ハイレベルな環境でめきめき頭角を現した。

今、水泳の道に進む若きスイマーに、熱い視線が集まっている。水泳の道に進む若きスイマーに、熱い視線が集まっている。水泳の道に進む若きスイマーに、熱い視線が集まっている。

勝を引寄せた。現在の課題は「気持ちをもっと強く持てる選手になること」と。高校卒業後は日本大学への進学が決まっております。水泳部の練習生として、これ以上の厳しい練習を待ち構えています。

注目を集め、高校は自ら水泳の強豪校を選び進学、記録を伸ばしてきた。大きな大会や合宿での経験が刺激となり、今では食生活や体づくりなど、選手としての自己管理にも真剣に取り組むようになったという。



9月のえひめ国体ではリレー種目で活躍 (右から2目が関さん)

輝石 kiseki



インターハイV!
五輪切符を狙う注目スイマー

水泳 関海哉さん (松島在住)

スポーツの世界で夢に向かって挑戦する えどがわ原石