



■ 昨年の「長寿を祝う集い」から

熟年者のしあわせを願って 長寿を祝う集い

9月15日(祝)・16日(休)・21日(土)



熟年者の皆さんの長寿をお祝いして開催します。演芸大会・リズム運動・作品展などすばらしい催しがいっぱいです。どうぞ、楽しい一日をお過ごしください。

区内各所で開催

	会場	開催時間	問合せ
15日(祝)	小岩アーバンプラザ	9:00～15:30	(5694) 8151
	上一色コミュニティセンター	9:00～14:00	(3674) 1381
	総合文化センター	10:00～15:00	※(3653) 5151
	鹿骨区民館	9:00～15:00	(3678) 6111
	一之江コミュニティ会館	9:30～14:30	(3654) 5320
	葛西区民館	9:00～15:00	(3688) 0431
16日(休)	清新町コミュニティ会館	9:00～15:00	(3878) 1981
	南葛西会館	9:15～15:00	(3686) 9411
21日(土)	二之江コミュニティ会館	9:00～15:00	(5658) 5320
	小松川区民館	9:00～15:00	(3683) 5181
	平井コミュニティ会館	9:00～15:00	(3683) 3241
	平井福祉センター	9:00～15:30	(3618) 4031
	西小岩コミュニティ会館	10:00～14:00	(3672) 0111
	くつろぎの家	9:00～15:00	(3670) 6324
	東部区民館	9:00～14:30	(3679) 1123
	松江コミュニティ会館	9:30～15:00	(5662) 5320

※9月15日(祝)の総合文化センターでの催しの問合せ先は、グリーンパレスです。

みのりの人生 楽しいふれあい

喜んでもらえることが
こんなに楽しいことだと
知りませんでした…



区内では、65歳以上の方が約8万6000人、このうち100歳以上の方は50人で、その数は年々増加しています。熟年者の方々にとって、健康でいきいきとした毎日を送ることは何よりも大切です。

このため区では、元氣な熟年者が生きがいをもって仕事や趣味を楽しめる「生涯現役」の環境づくりから、介護の必要な方が安心して暮らすことのできる福祉サービスまで、様々な施策を展開しています。

今回は、敬老の日になんで行われる『長寿を祝う集い』と『お背中流し隊』をご紹介します。

今年も参上！ お背中流し隊

9月15日(祝) 敬老の日

昨年好評だった健康長寿協力湯支援企画の2回目です。小学6年生・中学生のジュニアボランティアの皆さんが、区内の公衆浴場で営業開始から2時間程度、入浴中の熟年者のお背中を流します。

※男湯あるいは女湯のみで実施される公衆浴場もあります。

問合せ 孝行係 ☎(5662)0314

※各浴場で先着150人に飲み物をプレゼント※
当日先着150人に、年齢に関係なく飲み物(1本)を差し上げます。

〔公衆浴場組合江戸川支部〕

◎営業開始時間は、各公衆浴場にお問合せください。

ボランティア参加校 (59校・491人)

小学校	平井小・平井東小・平井南小・西小松川小・第三松江小・大杉東小・東小松川小・船堀小・船堀第二小・二之江第二小・二之江第三小・第二葛西小・第三葛西小・第五葛西小・第七葛西小・南葛西第二小・南葛西第三小・瑞江小・下鎌田西小・一之江小・一之江第二小・本一色小・篠崎小・篠崎第三小・篠崎第四小・鎌田小・小岩小・下小岩第二小・西小岩小・上一色小・上一色南小・南小岩小・南小岩第二小・中小岩小
中学校	小松川第三中・松江第一中・松江第二中・松江第三中・松江第五中・二之江中・葛西中・葛西第三中・南葛西中・南葛西第二中・西葛西中・東葛西中・清新第一中・清新第二中・瑞江中・瑞江第二中・春江中・鹿本中・鹿骨中・篠崎第二中・小岩第一中・小岩第二中・小岩第三中・小岩第四中・上一色中

新長期計画 えどがわ新世紀デザイン ～共育・協働・安心への道～ 《第6回》『活力を創造する産業づくり』

ものづくり産業の活性化

マーケティングの強化により、企画・提案型の企業としての自立と付加価値の高い製品開発を支援します。また個別企業の情報化支援に併せ、情報技術を活用したネットワークの構築による産業情報の共有化により、企業間連携と競争力の強化を図ります。例えば…

- 区民参加による製品開発の仕組みの整備
- 産学公連携の推進
- 産業情報ネットワークの構築 など

商業・生活サービス業の活性化

生活様式の多様化や地域の高齢化など、社会環境の変化による時代の新しい要請に対応した、地域から頼りにされる商店街づくりを支援します。例えば…

- 商店街振興プランの作成による計画的支援
- 空き店舗の有効活用の支援 など
- 情報化の促進による利便性の向上

都市農業の継承

区の都市農業を貴重な地域資源として守り、次代に継承していくとともに、特色ある新たな展開を図ります。

伝統的地場産業の継承・発展

区の伝統工芸を独自の文化として継承・発展させるとともに、伝統ある貴重な地域資源として金魚も保存・継承します。

情報産業・都市型ビジネスの育成

区の産業の新たな活力を創造するため、情報産業をはじめ、環境関連産業や福祉サービス産業などの新しい都市型ビジネスの育成を進めます。例えば…

- 起業家ゼミナール（仮称）の開設
- 開業支援策の充実
- 研究開発機関などとの引き合わせ支援 など

総合体育館の教室

【申込・会場】 総合体育館 ☎(3653)7441 〒133-0043 松本1～35～1

教室名・クラス名	曜日・区分	定員	費用	期間・時間
水泳教室	火曜・午前 火曜・午後 金曜・夜間	各100人	2,000円	【期間】 火曜コース 10/8～12/10（全10回） 金曜コース 10/4～12/6（全10回） 【時間】 午前⇨ 9時15分～10時45分 午後⇨ 12時45分～14時15分 夜間⇨ 19時15分～20時45分
はじめてのクラス 泳げない方、水泳をはじめたい方が対象	火曜・午前 火曜・午後 金曜・夜間	各100人	2,000円	【期間】 火曜コース 10/8～12/10（全10回） 金曜コース 10/4～12/6（全10回） 【時間】 午前⇨ 9時15分～10時45分 午後⇨ 12時45分～14時15分 夜間⇨ 19時15分～20時45分
初級クラス クロール・背泳ぎで10m程度泳げる方、はじめてのクラスを修了した方が対象	火曜・午前 火曜・午後 金曜・夜間	各100人	2,000円	【期間】 火曜コース 10/8～12/10（全10回） 金曜コース 10/4～12/6（全10回） 【時間】 午前⇨ 9時15分～10時45分 午後⇨ 12時45分～14時15分 夜間⇨ 19時15分～20時45分
中級クラス 25m程度泳げる方、初級クラスを修了した方が対象、クロール・背泳ぎ・平泳ぎの基本	火曜・午前 火曜・午後 金曜・夜間	各100人	2,000円	【期間】 火曜コース 10/8～12/10（全10回） 金曜コース 10/4～12/6（全10回） 【時間】 午前⇨ 9時15分～10時45分 午後⇨ 12時45分～14時15分 夜間⇨ 19時15分～20時45分
上達クラス クロール・背泳ぎ・平泳ぎで25m泳げる方が対象	火曜・午前 火曜・午後 金曜・夜間	各100人	2,000円	【期間】 火曜コース 10/8～12/10（全10回） 金曜コース 10/4～12/6（全10回） 【時間】 午前⇨ 9時15分～10時45分 午後⇨ 12時45分～14時15分 夜間⇨ 19時15分～20時45分
小・中学生クラス 泳げない方、10m程度泳げる方が対象	火曜・午後 金曜・夜間	各100人	500円	【期間】 火曜コース 10/8～12/10（全10回） 金曜コース 10/4～12/6（全10回） 【時間】 午前⇨ 9時15分～10時45分 午後⇨ 12時45分～14時15分 夜間⇨ 19時15分～20時45分

【対 象】 区内在住または在勤・在学の方
 【申込方法】 往復ハガキに ①希望クラス名・曜日・区分 ②住所（在勤の方は勤務先の所在地・在学の方は学校名を記入） ③氏名（フリガナ） ④年齢 ⑤電話、返信面にも住所・氏名を記入し、9月18日(木)までに郵送（必着）
 ※申込は、一人1枚・1コースのみ（重複申込は無効）。
 ※申込多数のとき抽選。
 ※前回（4月～6月）受講されていない方を優先とします。

教室名・内容	日 時	定員	費 用
サトコ水泳教室 クロールで25m以上泳げる方を対象に高度な技術を指導します	9/17～10/29の毎週火曜10時50分～12時50分（全7回）	40人	7,000円（初日に納入。ほかにプール使用料200円が毎回必要です）

【申込方法】 9月11日(火)9時から電話で先着順

スポーツセンターの教室

【申込・会場】 スポーツセンター ☎(3675)3811 〒134-8601 西葛西4～2～20

教室名・内容	日 時	定員	費用
親子ふれあい体操教室 区内在住の3歳以上の幼児と保護者を対象に、スキンシップをはかり運動への興味づけをします	9/30～12/16の毎週月曜 15時30分～16時30分 (10/14・11/4を除く全10回)	45組	2,000円

《申込方法》 9月12日(木)10時から電話で先着順

教室名・内容	日 時	定員	費用
初心者のためのバレエメソッド 区内在住または在勤の高校生相当以上の方を対象としたバレエの手法を用いた基礎トレーニングです	10/4～12/20の毎週金曜 19時15分～20時15分 (全12回)	40人	2,400円

《申込方法》 9月13日(金)10時から電話で先着順

教室名・内容	日 時	定員	費用
ヨーガ入門 区内在住または在勤の高校生相当以上の方を対象に、自律神経や身体のパランスを整えます	10/5～12/21の毎週土曜 19時15分～20時15分 (11/2・23を除く全10回)	70人	2,000円

《申込方法》 往復ハガキに ①教室名 ②住所（在勤の方は勤務先） ③氏名（フリガナ） ④年齢 ⑤電話、返信面にも住所・氏名を記入し、9月17日(火)までに郵送（必着） ※申込多数のとき抽選。

区内めぐり

ふるさと江戸川発見

①コース
荒川の水辺を楽しむ
日時 9月26日(木)9時30分～15時30分（雨天実施）
集合 葛西市民館
コース 総合文化センター
⇨平井水上ステーション（水上バス）
⇨ホテルシーサイド江戸川（昼食）
⇨くつろぎの家⇨篠原風鈴本舗 江戸風鈴
費用 昼食代1430円・水上バス乗船料500円
申込・会場 総合文化センター 中央4～14～1111

②コース 熟年者介護施設を知る
日時 9月27日(金)9時30分～15時30分（雨天実施）
集合 グリーンパレス
コース 八幡神社（北原白秋歌碑）⇨ビバース成光苑（老人保健施設）⇨総合区民ホール（昼食）⇨鶴岡江戸屋敷⇨みどりの郷福楽園（特別養護老人ホーム）
費用 昼食代1400円
《申込・問合せ》 9月11日(火)9時～17時に電話で受付、抽選。区政案内係 ☎(6060)6168

（3） 新長期計画書『えどがわ新世紀デザイン』は区役所3階3番窓口で販売しています（1部1000円）。また、概要版を各事務所・図書館・コミュニティ会館などで無料配布しています。

おひさま子育て広場

4月に開園した2つの公設民営保育園で行う地域の子育て支援です。親子でお気軽にご参加ください。
 日時 9月21日(土)10時30分から
 内容
 ▽講演会
 葛西「子どもの歯」
 新堀「子どもの食事」
 子育て講演会
 「赤ちゃんとの安心スキンシップ」
 日時 10月15日(火)14時～15時
 申込・会場 9月12日(木)9時から電話で先着順 鹿骨保健相談所 ☎(3678)8711

メトロセブン・エイトライナー 合同促進大会開催

9月3日、日本青年館で、メトロセブン促進協議会（江戸川区・足立区・葛飾区で構成、会長・多田江戸川区長）とエイトライナー促進協議会（世田谷区など6区で構成、主催による合同促進大会を開催しました。大会には約1100人が参加し、全員の賛同を得て「本構想の早期実現に向け、あらゆる力を結集し、最善を尽くす」旨の大会決議がなされました。
 大会終了後、関係9区の区長が国土交通大臣を訪ね、構想の必要性、実現に向けての支援を強く訴えました。
 この構想は、昨年の運輸政策審議会答申で、「今後整備について検討すべき路線」と位置付けられました。しかし、運営主体の確立や建設資金確保などの課題を解決する必要があります。現在、関係9区と東京都で構成する都区連絡会では、課題解決に向けて調査研究を重ねています。区民の皆さんとともに実現に向け取り組んでいきます。
 問合せ 交通調整係 ☎(6060)1103

秋のポリオ（小児マヒ）予防接種のお知らせ

日程・会場 下表のとおり
 受付時間 13時30分～14時30分
 対象 ①13年11月1日～14年4月30日に生まれたお子さん／②13年5月1日～10月31日に生まれたお子さん／③7歳6か月未満でポリオワクチン接種第1回目・第2回目を終了していないお子さん
 ☆①②の対象者の方には、9月下旬に接種票を郵送します。届かない方は、お問合せください。
 ☆接種票の予診欄は、接種当日に記入してください。
 ☆体温は会場で測ります。
 ☆当日は、母子手帳・体温計・スリッパと履物入れをお持ちください。
 ☆駐車場はありませんので車の来場はご遠慮ください。

都営交通無料乗車券の更新

身体障害者・知的障害者・戦傷病者・原爆被爆者の方へ
 対象 現在お持ちの「都営交通無料乗車券」の期限が「14年9月30日」の方
 更新手続き期間・会場
 ▽9月24日(火)～30日(月)区役所5階505会議室
 ▽10月1日(火)以降は障害者福祉課（区役所2階7番）
 問合せ 自立援助係 ☎(6060)0062 FAX(3696)5874

新しい乳医療証をお送りします

乳幼児医療費助成制度は、小学校就学前の乳幼児が病院などで診療を受けたときの医療費の自己負担分を助成する制度です。保護者の所得制限はありません。
 現在、オレンジ色の乳医療証をお持ちの方は、10月1日(火)から使える新しい医療証を9月下旬にお送りします。
 ◎9月末までに届かない方は、お問合せください。
 問合せ 手当係 ☎(6060)0082

ボランティア入門講座 **【無料】**

ボランティア活動を始めてみたいと思っている方、ぜひご参加ください。1科目から受講できます。
 日程・会場など 左表のとおり
 時間 9時30分～12時
 定員 区内在住または在勤・在学の高校生以上の方 各回30人
 申込・問合せ 9月11日(水)9時から電話で先着順、ボランティアセンター ☎(5662)7671

☆接種を受けられないお子さん
 さん、麻しん・風しん・おたふくかぜ・BCGなどの生ワクチン予防接種を受けてから4週間、DPT（ジフテリア・百日せき・破傷風）・日本脳炎などの不活化ワクチン予防接種を受けてから1週間を経過していないお子さん
 ☆接種後数週間にわたり、便とともに菌が排泄され、まれに他の人に感染し、麻痺をおこさせる可能性があります。そのため、1か月くらいは、便に直接手を触れないでください。
 ☆次の予防接種は15年4月に実施する予定です。
 問合せ 健康部事業係 ☎(5661)2464

おはなしボランティア養成講座

絵本や手遊びなどで子どもたちに「小さな文学」を届けてみませんか。
 コース・日程
 ①「我が子と遊びたい方」⇨10月6日(日)・13日(日)（全2回）
 ②「学校などで読み聞かせなどをしたい方」⇨11月8日・29日の毎週金曜（全4回）
 時間 各回とも10時～12時
 対象 各コースともに区内在住の方20人
 費用 1000円（材料費）
 講師 おはなしねむの木・清水典子ほか
 申込・問合せ 往復ハガキに、住所・氏名・年齢・電話・希望コース名を記入し郵送、〒132-0002 1-13-13 中央図書館 ☎(6056)6211
 ※9月18日(水)必着。申込多数のとき抽選。

秋の交通安全運動の重点項目は次の3点です
 ①高齢者の交通事故防止
 ②二輪車・自転車の交通事故防止
 9月は違法駐車取り締まり強化月間
 違法駐車を原因とする交通事故が後を絶ちません。車は駐車場にきちんと駐車しましょう。
 小松川・葛西・小岩警察署
 9月16日(火)14時30分～16時
 会場 総合区民ホール
 内容 式典・歌謡ショー
 《問合せ》交通安全係 ☎(6060)7154

『医療相談』 日時＝9月11日(水)13時30分～15時 内容＝高血圧症と高コレステロール血症
 定員＝6人 申込・問合せ＝9月10日(火)9時から電話で先着順、江戸川区医師会 ☎(3652)3166

ス・テ・キ発見 人・まち・話題

指導者の育成やボランティアを目的に活動している「江戸川区コミュニティ体操指導者会」と、サークル間の交流をもってボランティア活動にふれる「江戸川区健康体操サークル」が合同で毎年開催する、「チャリティフェスティバル」が10月6日（日）に20周年を迎えます。

今回の「ス・テ・キ発見」では、健康づくり・仲間づくりを目指し活動されている、江戸川区コミュニティ体操指導者会会長の細谷京子さん、江戸川区健康体操サークル地区委員長の大谷文子さんに、チャリティフェスティバルを始められたきっかけや内容、活動への思いなどを伺いました。



健康体操サークルの皆さんが
社会福祉に貢献！

元気と仲間と20年の チャリティ フェスティバル

区内の健康体操のサークルが一つにまとまった「健康体操サークル」では、地区ごとに子どもたちとお母さんたちのサークルが一緒にあって、地域まつりや区施設のイベントに参加・協力しています。子どもから熟年者までの幅広い世代の交流や地域の方々との交流、ボランティア活動が行われています。その活動の集大成としてチャリティフェスティバルがあります。



健康に感謝し
仲間と一緒に
いつまでも
【大谷】

す。ジャズダンスやバザー、模擬店で活躍している方もいれば、経費を少なくするために会場のシート敷きなどの準備やみんなのお弁当づくりに活躍する方もいます。皆さんが生きがいを感じて楽しんでいきます。大変だと思ふときもありますが、終わってしまふと「やったあ」という充実感と達成感があります。

この活動を一言でいえば「健康に感謝」ということです。週1回のサークル活動だけでは、人とのつながりや人間性は深くなっていかなかったと思います。それが健康体操、そしてチャリティフェスティバルを続けてきた実感です。これからも仲間と一緒にいつまでも楽しく、この活動を続けていきたいと思っています。

約30年前、育児のストレスから「運動によって元気になりたい」と、高校時代の体操の経験を活かし健康体操を始めました。同じような悩みを持った方々への指導をきっかけに、健康体操は区内に広がり、多くのサークルができました。健康体操で元気になった皆さんからは、「地域のために何かをしたい」という気持ち



一緒にやろう
やってみよう
という思い
【細谷】

ユニティ体操指導者会」と「健康体操サークル」が協力して、チャリティ活動や人とのふれあいを目的とするチャリティフェスティバルを始めました。

チャリティフェスティバルには、皆さんが楽しみながら社会福祉に貢献するイベントとして、主婦独自の知恵を活かしたバザー・模擬店・フリーマーケットなど多くの催し物があり、大

人も子どもも健康体操で体を動かし楽しんでいきます。また、運営や準備に携わっている方々など、ご家族や協力団体も含めた皆さんと一緒に盛り上げてくれています。チャリティフェスティバルが健康体操を通してコミュニティの場をつくり、指導者と会員の立場を越え、信頼関係という深い絆を育んでいます。

毎回、片付けが終わると、皆さん感動の涙があふれてきます。だからこそ、20年間続けてこれたのだと思います。「元気であれば支えてもらう前に支えてあげよう、一緒にやろう、やってみよう」という思いを、これからも多くの方々に伝えていきたいと思っています。

第20回 チャリティ フェスティバル

子どもから熟年者まで、元気に一日中楽しめます。ぜひ参加してください。

日時 10月6日(日)9時～15時

フリーマーケット

出店者募集

会場 スポーツセンター
催し 式典（20周年記念アトラクションなど）／ジャズダンス／ゲーム大会／手作り屋台村とファミ

出店料 3000円（区社会福祉に寄付）
申込方法 9月21日(土)9時から電話で先着順

／手作り屋台村とファミ

《主催》江戸川区コミュニティ体操指導者会・江戸川区健康体操サークル

／手作り屋台村とファミ

《後援》江戸川区《申込・問合せ》タニジャズジム

／手作り屋台村とファミ

※オークション・バザー

／手作り屋台村とファミ

※オークション・バザー

塩沢江戸川荘・穂高荘《9・10月分》
空き室利用申込 電話受付中

申込は電話で、支払いは現地フロントで。手続きは簡単です。

方へ魚沼産コシヒカリ1kgを贈呈します。さらに塩沢号2泊バスを4人で利用の場合、バス料金が割引になります。

受付時間 9時～17時
利用料金 大人7500円

65歳以上の区民5500円（1泊2食付き。1室3人以上利用の場合）

◎塩沢江戸川荘9月宿泊の

申込・問合せ 区民施設公社庶務課

◎塩沢江戸川荘9月宿泊の

☎(5662)7051

ホテルシーサイド江戸川
～楽しい秋のプラン～
問合せ ☎(3804)1180

秋のパーティープラン

期間 11月30日(土)まで
料金 ①5,000円(消費税・サービス料込み)⇒和・洋折衷料理、デザート、カラオケ、飲み放題
②3,500円(消費税・サービス料別)⇒和・洋折衷料理、デザート

利用時間 2時間
利用人数 10人以上の団体
予約 利用日の10日前までに電話で

ランチバイキング

日程 9月14日(土)～16日(休)11時～15時
料金 1,700円・小学生1,200円・幼児800円
(ソフトドリンク・消費税・サービス料込み)

