

東京で一番長い 斜張橋

荒川横断橋の名前募集中!

平成8年から工事が始まった放射16号線の荒川横断橋梁(仮称)が、いよいよ来年の春に完成します。都内の川に架かる最も長い船堀橋(桁橋)に次ぐ規模の橋です。都心への乗り入れがより便利になるとともに、周辺地域の交通渋滞の解消につながる荒川横断橋梁の名称を募集しています。あなたが名づけ親になりませんか。
問 土木部計画課 ☎(5662)1885



■荒川横断橋梁完成後のまちなみ(清新町付近)

荒川横断橋梁とは?

葛西橋の荒川下流側に建設中の荒川横断橋梁(仮称)は、放射16号線(千代田区大手町~江戸川区東葛西)の荒川・中川に架かる斜張橋です。高さ55m・44mの2基のタワーと斜めに張ったケーブルが特徴的で、美しい姿を荒川の水面に映しています。

橋の長さ 1,317.2m
橋の幅 26~40m

※「桁橋」=両岸から桁を渡した最も基本的な構造の橋



応募要領

5月5日(祝) 必着

応募資格

都内に在住・在勤の個人・グループ

応募方法

ハガキに橋の名前(理由)・住所・氏名(グループの場合は代表者名)・年齢・性別・職業(学校名など)・電話を記入し、郵送または持参
※区施設には応募ハガキ付きの応募要項があります。応募ハガキの受け付けもしています。

問・応募先

〒124-0023 葛飾区東新小岩1~14~11 東京都第五建設事務所 放射第16号線「荒川横断橋梁」名称検討委員会事務局 ☎(5670)6796
※採用された方には記念品を贈呈します(同一名称の応募者が複数の場合は、抽選)。

夢と希望をのせて世界へ

「青少年の翼」に参加しよう!

青少年を海外に派遣し、現地での生活体験や交流を通して、国際人としての感覚を養います。第1回は、カナダ、ニュージーランドでの雄大な自然体験、ホームステイや市民との交流などを行います。今年の夏、海外で生きた体験をしましょう。

問 都市交流係 ☎(5662)6140



■海外の豊かな大自然を満喫!(昨年のごスフォード市高校生訪問団)

応募資格

応募資格	募集区分	応募先
区内在住の中学2年~高校3年生 (高校生は、英検準2級程度の英語力が必要)	区内の中学校・高校に在学の方	在学する学校
	区外の中学校・高校に在学の方	文化課都市交流係
	区ジュニアリーダーとして活動中の高校生 ※中学生は除く。	教育委員会青少年係

派遣先

- ①カナダコース:自然体験・ホームステイ・市民との交流など
 - ②ニュージーランドコース:学校体験・ホームステイ・市民との交流など
- ※アメリカも予定していましたが、今回は取りやめました。

期間

7月28日(月)~8月8日(金)の12日間

募集人数

60人程度(各コース30名程度)

応募方法

参加申込書(小論文を含む)を応募先に提出してください
※参加申込書は区施設、区内中学校・高校にあります。

締め切り

5月6日(火)必着

選考方法

- ①第1次選考⇒書類審査 [区内中学校・高校に在学⇒各学校で実施 そのほかの方⇒区で実施]
- ②第2次選考⇒英語面接 [第1次選考合格者に対し、区が実施し、派遣者・派遣先を決定]

参加費

5万4,000円(予定)
※パスポートの取得にかかる経費などは本人負担です。

みんなの公園を花いっぱい 元気に活躍! 公園ボランティア



■清新第二小・清新第三小・臨海小の児童のみなさんがボランティアで種をまいた菜の花が、3月末、葛西臨海公園の広場一面に咲き乱れ、多くの方が訪れにぎわいました。

今、区内の50以上の公園を舞台に、草花や木の手入れ・清掃などに、公園ボランティアが活躍しているのをご存じですか。今回は、そんな公園ボランティアの中からひかり児童遊園で活動している金子美恵子さんにお話を伺いました。



金子美恵子さん(松島四丁目在住)

- **始めたきっかけは?**
花を育てるのが大好きで、10年以上前から園芸の講習会やサークルなどに参加してきました。昨年、広報紙を見てこのボランティアを知り、これはと思い登録しました。
- **活動を始めてから感じたことは?**
花を植えることで公園が明るくなり、見ていだけでうれしくなります。自分の庭のようにかわいくて、近くを通ると必ず寄ってしまいますね。
- **今後の抱負は?**
スペースなどを工夫して、花がいっぱいの華やかな公園にしたいです。また、もっと仲間が増えて楽しく活動できるといいなあ、と思っています。

ボランティア募集中!

- **葛西臨海公園**
約80万㎡の大規模な公園で、スケールの大きな花壇づくりやコスモスなどの花の種まき・水やりをしませんか。 申込 葛西臨海公園管理事務所 ☎(5696)1331
- **そのほかの区内の公園**
お近くの公園をみんなで一緒に、より素敵な公園にしましょう。安全で円滑な活動ができるようにするため、お気軽に登録してください。 申込 環境促進事業団計画課 ☎(5662)5542

くすのきカルチャーセンター特別教室 初心者のための パソコン教室

番号	日 時
①	5/19～6/20の毎週月・金曜 14時30分～16時30分(10回)
②	7/7～8/8の毎週月・金曜 14時30分～16時30分(10回)

会場 中央くすのきカルチャーセンター
内容 基本操作、簡単な文書の作成、インターネット・電子メールの利用方法など
定員 区内在住で60歳以上のパソコン初心者①②とも各20人
費用 700円(テキスト代ほか)
申込 往復ハガキに、住所・氏名(フリガナ)・電話・生年月日・希望教室番号(①または②)を記入し4月30日(水)までに郵送(必着)、〒132-0032 西小松川町34-1 中央くすのきカルチャーセンター ☎(3652)3911
※申し込みは一人1通1教室のみ。以前受講したことがある方の申し込みは不可。
※申し込み多数のとき公開抽選⇒5月9日(金)10時30分から・中央くすのきカルチャーセンターで。

だっこ DE ぶっく

～赤ちゃんといっしょによむえほん～

図書館にきて、大好きな1冊を探しませんか? 赤ちゃんをひざにだいて、お気に入りの絵本のよみかかせをしましょう。乳幼児健診(3～4か月児)会場の健康サポートセンターで、また2歳以下のお子さんの保護者の方には各図書館でお配りしています。

▲おすすめの絵本20冊を紹介しているパンフレットです

中央図書館 ☎(3656)6211



新緑まぶしく、花あざやかな季節になりました。江戸川区は区内でも有数の花と野菜の産地です。今年「花の祭典」は「コサージュ作りなど花を楽しむ体験コーナー」朝採り野菜の即売、「昔の小松菜」の即売、花生産体験などを新設し、花や野菜により親しめる催しになりました。ご家族そろって、ぜひお越しください。

農産係 ☎(5662)0539

花の祭典

第29回

菜を即売します
特産農産物品評展示会
野菜 3日11時～14時30分
花 3日11時～16時
コンテナガーデン体験コーナー 3日12時～16時
先着200人 / 4日10時～13時(先着100人)
※鉢と土をプレゼント。
花を楽しむ体験コーナー
コサージュ作り・簡単なアレンジ体験 ほか
無料金魚すくい 3日13時30分～4日10時・13時30分
4日10時30分
4日10時30分

会場 鹿骨スポーツ広場(下図参照)

日時 5月3日(祝)10時～16時 / 4日(日)10時～15時
※雨天実施

花と野菜の園芸相談
花生産体験 ポット苗の植え込み体験
農産物直売コーナー
区内産の新鮮な朝採り野菜

会場案内図
鹿骨スポーツ広場(篠崎町8～5)

●交通
●地下鉄新宿線で篠崎駅下車徒歩約10分
●京成バスで小73系統(小岩駅～江戸川スポーツランド)で鹿骨2丁目下車徒歩約1分
●駐車場⇒篠崎第四小学校(なるべく公共の交通機関をご利用ください)

第27回 緑のフェスティバル

花と緑がいっぱいの新しい公園の完成を祝い、おまつりを行います。

日時 4月29日(祝)10時～14時

会場 東葛西けやき公園(東葛西6-38-8)

●自然とふれあいながら仲間づくりを
●式典(10時) / アトラクション / 花の即売 / 苗木の無料配布 / 鉢植え・アレンジ講習会 ほか
●環境促進事業団計画課 ☎(5662)5542

楽しいいっぱい! ジュニアリーダーになろう

子ども会や地域活動に積極的に参加する青少年を養成する講習会です。キャンプやレクリエーション、工作などの体験を通して、仲間づくりや地域活動について一緒に学びませんか。

ジュニアリーダー講習会
日程・会場
▽講習① 6月～9月の土・日曜5回 / 区内小学校など(11会場予定)
▽キャンプ① 7月19日(土) / 21日(祝)または7月21日(祝) / 23日(水)の2泊3日 / 国立中央青年の家(静岡県御殿場市)
対象 区内在住または在学年の小学5・6年生
費用 7000円(キャンプ費用実費)

内容・日程など
▽講習① 5月、11月の土・日曜7回 / 開講は5月17日(土) / 大杉小学校など
▽キャンプ(中学生コース)
▽3泊4日 / 国立信州高遠少年自然の家
▽宿泊研修(高校生コース)
▽1泊2日 / 都立水元青年の家
募集人数・費用 区内在住または在学の方
▽中学生コース 1000円
▽高校生コース 1000円
▽高校生コース 高校生相当の年齢の方30人・4000円
※費用は保険代、キャンプ・宿泊研修費の実費。
●青少年係 ☎(5662)1629
※ジュニアリーダー講習会申し込みは区少年団体連合会を支部でも可。

第23回 下小岩縁日まつり

みんなでつくりあふれあいのまち

日時 4月29日(祝)10時～14時

会場 南小岩六丁目児童遊園(天祖神社境内)

●式典(11時) / ミニSL / 木工工作 / 太鼓演奏 / 福引き / 茶席 / ステージ発表 ほか
●小岩事務所自治係 ☎(5662)78036

区内めぐり かるさと江戸川再発見!

《バス代無料》

①コース 花の祭典と新緑の水辺
日時 5月3日(祝)9時30分～15時30分(雨天実施)
集合 グリーンパレス
コース 葛西臨海公園・新左近川親水公園・タワー・ホテル船堀(昼食)・鹿骨スポーツ広場(花の祭典)・喜養寺(影向の松)
費用 昼食代1400円

②コース 花の祭典と日本の伝統美
日時 5月3日(祝)9時30分～15時30分(雨天実施)
集合 小岩アーバンプラザ
コース 小松川境川親水公園・鹿骨スポーツ広場(花の祭典)・タワー・ホテル船堀(昼食)・自然動物園・春花園BONSAI美術館(盆栽)
費用 昼食代1050円・春花園BONSAI美術館入館料400円
●申込先 区政案内係 ☎(5662)6168

③コース 花の祭典と江戸の旧家
日時 5月4日(日)9時30分～15時30分(雨天実施)
集合 葛西区民館
コース 一之江名主屋敷・鹿骨スポーツ広場(花の祭典)・総合文化センター(昼食)・平井駅前商店街・大島小公園
費用 昼食代1050円・一之江名主屋敷施設維持協力費100円

④コース 海辺の花畑と鶴岡江戸屋敷
日時 5月9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 篠崎ポニーランド・鶴岡江戸屋敷・ホテルシーサイド江戸川(昼食)・葛西臨海公園(泊)・タワー・ホテル船堀(観賞魚フェア)
費用 昼食代1430円
●4月22日(火)9時～17時に電話で受け付け、抽選※タワー・ホテル船堀は総合文化センターの愛称です。
●団体(25人以上)の申し込みも受け付けています。
●申込先 区政案内係 ☎(5662)6168

ファミリーサポート 事業説明会

地域で子育ての助け合いを行う事業です。内容や仕組みを詳しく説明します。直接会場へお越しください。

日時 4月25日(金)10時～11時

会場 勤労福祉会館
ファミリーサポートセンター ☎(3677)2560

5月7日(水)から 区民健診が始まります

詳しい日程と会場は、広報えどがわ5月1日号または回覧チラシでご確認ください。

健康部推進係 ☎(5661)2462

スポーツセンターの教室

教室名・内容	日 時	定 員	費 用
クロストレーニング	5月24日～7月19日の毎週土曜17時～18時30分(9回) ※5月24日、6月28日は陸上運動のみ。	区内在住または在勤の高校生相当以上の方60人(先着順)	3,200円
親子ふれあい体操教室	5月12日～7月14日の毎週月曜15時30分～16時30分(10回)	区内在住の3歳以上の未就学児(2人まで)と親45組(抽選) ※対象者以外参加不可。	2,000円
小学生フィットネス教室	5月15日～7月17日の毎週木曜16時～17時(10回)	区内在住の小学1～3年生40人(抽選)	500円
バレエメソッド	5月24日～7月26日の毎週土曜19時15分～20時15分(10回)	区内在住または在勤の高校生相当以上の方40人(抽選)	2,000円

●往復ハガキに教室名・住所(在勤の方は勤務先)・氏名(フリガナ)・年齢・電話、返信面に住所・氏名を記入し、4月25日(金)までに郵送(必着) ※各教室とも重複申し込みは無効。

迷ったら5月の相談 困ったら 無料

相談名	相 談 日	時 間	会 場
区 民	(身の上、簡易な相談) 毎日	9時～16時 (受付11時～15時)	グリーンパレス ☎(3653)5151
結 婚	水～日曜(月・火曜は休み)	13時30分～16時 (受付11時～15時)	
法 律	第1～6日・火・金曜 2日 6日 9日 13日 16日 20日 23日 27日	13時30分～16時 (受付11時～15時)	グリーンパレス ☎(3653)5151
税 務	第1・3水曜 1日 15日	13時～16時 (受付11時～15時)	
外国人 入居 相談室 Foreign Residents Advisory Desk	毎週月曜(节假日除外) Every Monday (except public holidays) 12日 19日 26日	13時～16時 (受付11時～15時)	グリーンパレス ☎(3653)5151
司法書士登記法律 士地家屋調査士	第1・3土曜 17日	13時～16時 (受付11時～15時)	
行 政	第3水曜 21日	13時～16時 (受付11時～15時)	グリーンパレス ☎(3653)5151
人 権 擁 護	第1水曜 7日	13時～16時 (受付11時～15時)	
不 動 産	第1～4水曜 7日 14日 21日 28日	13時～16時 (受付11時～15時)	グリーンパレス ☎(3653)5151
相続・遺言の手続と 内容証明の書き方相談	第3月曜 19日	13時～16時 (受付11時～15時)	
更 生 保 護	水曜 7日 14日 21日 28日	10時～16時 (受付11時～15時)	グリーンパレス ☎(3653)5151
消 費 者	月～金曜 消費者センター内 (5662)7637	9時30分～11時30分 / 13時～16時	
交 通 事 故	月～金曜(予約制) ☎(5662)7154	1日4回予約制	グリーンパレス ☎(3653)5151
教 育 面 接 相 談	いじめ電話相談 ☎(3654)7867 教育電話相談 ☎(3655)8200 教育研究所 ☎(3653)5151 内線328 葛西分室 ☎(3689)3718 篠崎分室 ☎(5243)3348 本一色教育相談室 不登校 ☎(5607)0483 非行 ☎(5607)5259 春江学習相談室 ☎(3652)9712 西小岩学習相談室 ☎(3657)0353 東篠崎学習相談室 ☎(5243)3342 西葛西第一学習相談室 ☎(3878)8234 西葛西第二学習相談室 ☎(3689)5230	月～金曜 9時～16時30分 受け付け	
子 育 て	月～土曜 子育て相談センター内 (3877)2460	月～金曜9時～20時 土・日・祝10時～17時	グリーンパレス ☎(3653)5151

●祝休日(5月は3日出～5日)は休みです(いじめ電話相談を除く)。
●秘密は守ります。 ●相談事項に関する書類がある場合は持参してください。
●電話での予約は受け付けません(交通事故・教育・子育てを除く)。

特集

生涯現役を目指して!

介護予防で始まるいきいき生活

みなさんを応援!

区では、さまざまな方法でみなさんの介護予防を応援しています。その中から一部をご紹介します。

心ふれあう仲間づくり

★熟年ふれあいセンター

家庭にひきこもりがちな60歳以上の方を対象に、書道・手芸・体操などの趣味・生きがい活動を通して仲間づくりや介護予防のお手伝いをしています。瑞江・清新に続き、4月に小岩熟年ふれあいセンターがオープンし、3つになりました。



▲みんなで手軽に楽しく体操!

☎ 生活支援係 (5662) 2486

★くすのきクラブ

同じ地域に住む60歳以上の熟年者が自主的に運営している団体です。現在207のクラブが教養の向上・健康の保持・レクリエーション・ボランティアを中心に、明るく楽しく活動しています。

☎ 生きがい係 (5662) 0039

気軽に元気に健康づくり

★リズム運動

健康づくり・仲間づくりを目的として、60歳以上の方を対象に行っています。社交ダンスなどを取り入れた軽運動で、くすのきクラブを中心にしています。



▲いきいきはつらつ! リズム運動

☎ 生きがい係 (5662) 0039

★ウォーキング

気軽にウォーキングに親しむことができるよう、体育指導委員やファミリーヘルス推進員の方などを中心に、親水公園・親水緑道・健康の道などを会場としたウォーキング大会を開催しています。

☎ スポーツ係 (5662) 1636 / 各健康サポートセンター

高齢化社会が進む中、将来的に介護が必要となる方の増加が見込まれています。家族の方や社会全体の負担の面からも、健康を維持し、介護が必要な状態にならないことが大切です。

そのために重要となるのが、介護予防(介護が必要な状態になることを防止すること)です。日常生活の中でのちょっとした取り組みや心がけが介護予防につながります。

気軽にできる介護予防で、いきいきとした毎日を過ごしましょう。

☎ 福祉推進課計画係 (5662) 1275

さあ 始めよう!

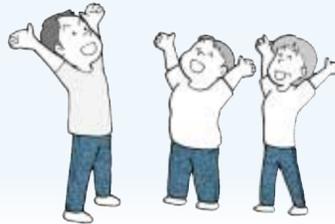
年齢を重ねるごとに、人の身体機能は低下していきます。そのために外出がづらくなったり、気持ちが消極的になるなど、健康を害する要因となります。

介護予防には、健康を維持するために一人ひとりが意識的に取り組むことが大切です。友達と交流したり、適切な運動や食事を心がけるなど、身近なことから始めましょう。

- 外に出て友達と話をする
- 趣味などを通して仲間づくりをする
- 例えば...
 - ・熟年ふれあいセンター/くすのきクラブ/地域のサークル活動 など



- 無理せず、適度な運動をする
- 例えば...
 - ・ウォーキング/リズム運動/ラジオ体操 など
 - 健康体操などのスポーツ講習会に参加する など



- 栄養バランスのとれた食事を規則正しくとる
- 家族や友達と一緒に楽しく食事する
- 健康サポートセンターで栄養相談や食事診断を受ける など



介護予防を支えます

★介護予防教室

食事のポイントや簡単にできる体操など、健康のために気軽にできることを学びます。また、料理や水中ウォーキングなどの講座・教室を紹介し、趣味・生きがいづくりのお手伝いをします。

☎ 事業者調整係 (5662) 0032



▲無理せずできる水中ウォーキング教室

★介護予防プランの作成

一人ひとりに合った健康づくりのために、在宅介護支援センターの相談員、区の保健師がご自宅を訪問し、個別プランを作成します。

☎ 事業者調整係 (5662) 0032

身近な健康づくりの相談窓口

健康サポートセンター

保健師・栄養士などの専門スタッフが、食事やリハビリ・介護予防などに関する質問・相談に応じます。また、介護保険の申請も受け付けます。お気軽にご利用ください。

名称	電話
中央健康サポートセンター	(5661) 2466~7
小岩健康サポートセンター	(3658) 3171
東部健康サポートセンター	(3678) 6441
清新町健康サポートセンター	(3878) 1221
葛西健康サポートセンター	(3688) 0154
鹿骨健康サポートセンター	(3678) 8711
小松川健康サポートセンター	(3683) 5531
なぎさ健康サポートセンター	(5675) 2515



■葛西臨海公園の菜の花を楽しみながら健康づくり(健康ウォーキング大会)

介護環境のさらなる充実に向けて 第2期介護保険事業計画がまとまりました

区では昨年5月に介護保険事業計画等改定検討委員会を設置し、計9回にわたり熱心に検討を重ねてきました。このたび、「介護保険事業計画および熟年しあわせ計画」がまとまりました。主な内容をご紹介します。

☎ 福祉推進課計画係 (5662) 1275

◎計画の基本的方向

1. 在宅介護の条件整備
 - 見守りのネットワークなどによる安心・安全の確保
 - 地域での多様な生活の場としてグループホームなどを整備
 - 介護家族支援の充実
2. 介護予防の推進
 - 介護を要する状態にならないための施策を積極的に展開



◎計画の推進体制

区では、今年度、福祉推進会議(仮称)を新たに設置し、事業計画の進捗状況を把握するとともに、介護関連事業を中心とした福祉の諸課題について積極的に検討していきます。

◎65歳以上の方の介護保険料

今月から、保険料基準額が月額2,920円から3,220円に、所得段階が5段階から6段階になりました。

■ご覧ください!「事業計画書」

「事業計画書」は、福祉推進課(区役所2階2番)の窓口にて1部500円で販売しています。

◎各図書館・区ホームページでもご覧になれます。

◎概要版は福祉推進課のほかに、第一・第二介護相談室、各在宅介護支援センター、介護保険課(区役所2階3番)の窓口でも無料で配布しています。





スポーツ健康

★太極拳 中国功の会
★空手 玄氣道チャンバラ道
★柔道 菅原道
★水泳 ささみクラブ
★軟式野球 マリンズ
★バレーボール バウトテニスクラブ

★空手 玄氣道チャンバラ道
★柔道 菅原道
★水泳 ささみクラブ
★軟式野球 マリンズ
★バレーボール バウトテニスクラブ

★中国語に親しい会
★英語話 U.P.U.P.
★水書道 小岩和墨会
★水書道 小岩和墨会

★花の趣味
★華道 梢美会
★書道 桐美会
★俳句 桐美会

★社交ダンス ミニダンス
★社交ダンス ミニダンス
★社交ダンス ミニダンス

テニスコート・河川敷野球場
6月分抽選
下記の日程は、区民大会・工事などのため、申し込みができません。

塩沢江戸川荘 穂高
7月分申し込み
申し込み方法は、申し込み方法がさらに簡単になりました。

みんなで行こう! 児童館
みなで行こう! 児童館
みなで行こう! 児童館

★洋裁 ニューファッション
★陶芸 小岩陶苑
★アクセサリー アクセサリー

★中国語に親しい会
★英語話 U.P.U.P.
★水書道 小岩和墨会
★水書道 小岩和墨会

★花の趣味
★華道 梢美会
★書道 桐美会
★俳句 桐美会

★社交ダンス ミニダンス
★社交ダンス ミニダンス
★社交ダンス ミニダンス

リサイクルバンク
電化製品、家具、ベビー用品などを譲りたい方、譲ってほしい方、リサイクルバンクに登録しませんか?

薬の相談会
薬の副作用や飲み合わせチェックなど、様々な不安や質問に薬剤師がお答えします。

みんなで行こう! 児童館
みなで行こう! 児童館
みなで行こう! 児童館

5月5日(祝) こどもの日
5/4(日) 9時から あつまれけんぎつ子!

★アート裁縫 ひまわり
★水泳 ささみクラブ
★軟式野球 マリンズ

★中国語に親しい会
★英語話 U.P.U.P.
★水書道 小岩和墨会
★水書道 小岩和墨会

★花の趣味
★華道 梢美会
★書道 桐美会
★俳句 桐美会

★社交ダンス ミニダンス
★社交ダンス ミニダンス
★社交ダンス ミニダンス

リサイクルバンク
電化製品、家具、ベビー用品などを譲りたい方、譲ってほしい方、リサイクルバンクに登録しませんか?

薬の相談会
薬の副作用や飲み合わせチェックなど、様々な不安や質問に薬剤師がお答えします。

みんなで行こう! 児童館
みなで行こう! 児童館
みなで行こう! 児童館

5月5日(祝) こどもの日
5/4(日) 9時から あつまれけんぎつ子!

