

主な内容

- 2 面 一人ひとりが防犯力を高めよう
- 3 面 3月から妊婦健診の助成を拡充
- 4・5 面 税金特集 暮らしを支える税 早めの申告で確かな納税を！
- 8 面 ウオーキングは健康づくりの第一歩

■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) FAX(3652)1109 ホームページ <http://www.city.edogawa.tokyo.jp/>

ゼロ歳児の

安心子育て 保育ママ

乳児期のお子さんは、豊かな愛情の中で育まれることが大切です。区では、保護者が仕事などにより自宅での養育が困難な場合、家庭的な環境の中でお預かりし、スキンシップを大切にしながら0歳児を保育する「保育ママ制度」を実施しています。

☎ 保育ママ係 ☎(5662)0072



家族のような 温かい雰囲気です

ママさんには、温かい雰囲気の中で、本当の家族のように接してもらっています。記念日ごとにメッセージをいただいたり、成長の様子を細かく話してくださったり、とてもありがたいです。



橋本佳代さん
(保護者・小松川在住)



下元聡美さん
(保護者・東松本在住)

子どもが伸び伸びと 育っています

もう一人のお母さんとして、一緒に育てていただいている感じです。ママさんのもとで、子どもが伸び伸びと育っていることがわかります。育児のベテランなので、教わるのがたくさんあります。

赤ちゃんの笑顔を 大切にしています

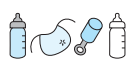
赤ちゃんは本当にかわいくて、楽しみながらお預かりしています。衛生面やけが、病気などに注意することはもちろんですが、赤ちゃんが笑顔で一日を過ごせるように努めています。保育園に行くようになってからも、ときどき遊びに来てくれることがうれしいですね。



植木眞保子さん
(保育ママ・南小岩在住)



保育ママ制度 Q&A



Q. 対象のお子さんは？

A. 生後9週(57日)目から1歳未満の健康なお子さん

Q. 預けられる時間は？

A. 8時30分～17時(前後1時間の時間外保育もあります)

Q. 保育料は？

A. 月1万7,000円(雑費を含みます)



保育ママ募集！

乳児を育てた経験があり、熱心で愛情のある方を随時募集しています。詳しくはお問い合わせください。

☎ 保育ママ係 ☎(5662)0072

地域のみなさんの活動が栄えある賞を受賞！

まちづくりや防災、環境への取り組みなど、今年度も区民のみなさんの様々な活動が表彰されています。

なぎさニュータウン管理組合

「住宅用火災警報器の設置促進活動」

▶ 防災まちづくり大賞「住宅防火部門」消防庁長官賞(総務省消防庁)

▶ 地域の防火防災功労賞優良賞(東京消防庁)



小松川平井地区連合町会

「長年にわたる地域防災訓練の継続実施」

▶ 地域の防火防災功労賞優秀賞(東京消防庁)

小松川千本桜を愛する会

「さくらの愛護・育成・研究」

▶ 「さくら功労者」表彰(助日本さくらの会)

一之江境川親水公園を愛する会

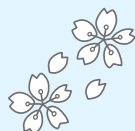
「花と緑の愛護活動」

▶ 全国「みどりの愛護」功労者国土交通大臣表彰(国土交通省)

えどがわエコセンター

「地域に根ざした持続可能なまちづくりの推進」

▶ 循環・共生・参加まちづくり表彰(環境省)



「広報えどがわ」は新聞折り込みでお届けしています。そのほか区の主な施設、駅広報スタンド、ファミリーマート、サンクス、デイリーヤマザキ、ローソン（一部）にも置いてあります。

40歳未満の方を対象に

受診無料

区民健診を実施中

健康保険証・運転免許証など、本人確認のできるものを持って、直接、下表の会場へお越しください（予約不要）。

受付時間 13時～14時30分

■ 昭和44年4月1日以降に生まれた区民（勤務先や学校などで健診を受診する機会のない方）

※40歳～74歳の方は特定健診、75歳以上の方は長寿健診の対象となりますので、この健診は受診できません。

■ 尿検査、血液検査、血圧測定など

※採尿は当日会場でもできますが、ご希望の方には事前に採尿容器を保健所・各健康サポートセンターでお渡しします。

■ 健康推進課推進係☎(5661)2462

◎車での来場はご遠慮ください。



日程	会場	日程	会場
20日(金)	葛西区民館	5日(木)	小岩アーバンプラザ
21日(土)	鹿骨区民館	6日(金)	小松川さくらホール
23日(月)	小岩アーバンプラザ	7日(土)	葛西区民館
24日(火)	二之江コミュニティ会館	9日(月)	総合文化センター
25日(水)	東部区民館	10日(火)	鹿骨区民館
26日(木)	清新町コミュニティ会館	11日(水)	清新町コミュニティ会館
27日(金)	総合文化センター	12日(木)	東部区民館
28日(土)	小岩アーバンプラザ	13日(金)	総合体育館
3月		16日(月)	東部区民館
2日(月)	鹿骨区民館		
4日(水)	北葛西コミュニティ会館		

3月から

妊婦健診の助成を拡充

◆妊婦健康診査受診票の交付が増え14枚になります

妊娠届の提出時に交付している、都内の契約医療機関で受診できる「妊婦健康診査受診票」の枚数が、3月2日(月)から14枚に増えます（2月27日(金)までは5枚の交付）。

◎2月27日(金)以前に妊娠届を提出し、5枚の受診票の交付を受けた妊娠中の方には、3月2日(月)以降に各健康サポートセンターで9枚の受診票を追加交付します（交付の際に母子手帳が必要）。

◎追加交付した受診票が使用できるのは、3月からの健診です。受診票を使用せず、実費で受診した場合は、受診後にその費用を区で負担することはできませんので、ご注意ください。

◆超音波検査受診票を使用できる方の年齢制限がなくなります

妊娠中に検査を1回受けられる「超音波検査受診票」の使用は、出産予定日の年齢が35歳以上の方に限られていましたが、3月からはすべての妊婦の方が使用できるようになります。詳しくはお問い合わせください。

◆都外医療機関や助産院での健診の助成も拡充・新設します

- ①里帰り出産などで都外の医療機関で妊婦健診を受診し、妊婦健康診査受診票を使用しなかった方に対して、受診費用の一部を5回まで助成していましたが、3月受診分からはその回数が最大14回に増えます。
- ②助産院での妊婦健診も3月受診分から助成の対象となります。最大14回まで受診費用の一部を助成します。
- 助成額** 1回5,000円まで
- 申請に必要なもの** ①未使用の妊婦健康診査受診票（2月27日(金)以前に妊娠届を提出した方は、受診票の追加交付を受けていることが必要）、②妊婦健診を受診した医療機関・助産院の発行する領収書、③母子手帳、④印鑑（スタンプ印は不可）、⑤普通預金通帳
- 申請先** 各健康サポートセンター

■健康サービス係☎(5661)2466



「江戸川区保健表彰」は、日ごろから病気の克服や自らの健康づくりに

20年度

江戸川区保健表彰

児童・生徒など358名を表彰

「江戸川区保健表彰」は、日ごろから病気の克服や自らの健康づくりに努めている児童・生徒を励まし、たたえようと共に、児童・生徒を側面から支え続けている学校医・幼稚園医・保育園嘱託医などの方々を表彰するものです。

今年度は、健康努力児童・生徒328名（小学生195名・中学生133名）、保健功労者30名（学校医・幼稚園医・保育園嘱託医）の方々に表彰し、2月4日、総合文化センター大ホールで表彰式を行いました。

■給食保健係☎(5662)1626

- ▽長期在職の会長▽8名
- ▽退任した会長▽29名
- ▽退任した役員▽139名
- ▽現役30年以上の役員▽74名
- ▽現役20年以上の役員▽74名
- ▽現役10年以上の役員▽143名
- ▽現役5年以上の役員▽306名
- コミュニティ係☎(5662)0515



平成21年

町会自治会役員表彰

946名の方々を表彰

現在、区内では284の町会・自治会が活発なコミュニティ活動を続けています。

区では、長年にわたり町会・自治会役員として地域のために活躍されている方々を表彰しています。今年は946名の方々を表彰し、2月8日、総合文化センター大ホールで表彰式を行いました。

表彰を受けた方々の区分ごとの数

塩 沢 号	塩沢江戸川荘☎025(783)4701
1日(月)～2日(火)1泊	山の恵みを満喫山菜採りと愛・天地人博南魚沼
3日(火)～5日(金)2泊	上杉・直江家の秘宝公開と名湯上山温泉
5日(金)～6日(土)1泊	山と日本海の大パノラマ八海山ロープウェイ
6日(土)～7日(日)1泊	土で行く水芭蕉咲く尾瀬ヶ原ハイキング
7日(日)～10日(水)3泊	最上峡船下りと霊山羽黒山を訪ねて
8日(月)～11日(木)3泊	「日本の朝日百選」の水見と絶壁親不知子不知
11日(木)～13日(土)2泊	上杉・直江家の秘宝公開と名湯上山温泉
13日(土)～14日(日)1泊	土で行く水芭蕉咲く尾瀬ヶ原ハイキング
14日(日)～15日(月)1泊	高山植物の宝庫駒止温泉とヒメサユリ咲く高清水公園
15日(月)～17日(水)2泊	国営越後丘陵公園のバラと寺泊・出雲崎時代館
18日(水)～20日(土)2泊	60万本のあやめ咲く五十公野公園と清水園・足軽長屋
21日(土)～23日(月)2泊	残雪と新緑の奥只見湖山菜バイキングクルーズ
23日(月)～25日(水)2泊	初夏の息吹わたらせ渓谷鉄道と足尾銅山
25日(水)～27日(土)2泊	瓢湖のあやめ祭りと北方文化博物館（蒙農の館）
27日(土)～28日(日)1泊	ヒマラヤの青いけし咲く湯沢高原アルプの里と清津峡の渓谷美
28日(日)～30日(火)2泊	名湯宇奈月温泉とトロロッコ電車で峡谷美を満喫
30日(火)～7/1日(水)1泊	壮大な風景を一望谷川ロープウェイと奈良保ダム

穂 高 号	穂高荘☎0263(83)3041
1日(月)～3日(水)2泊	木曽川屋うかい観賞と犬山からくり展示館
3日(水)～5日(金)2泊	北アルプスの大パノラマ新穂高ロープウェイ
5日(金)～7日(日)2泊	森林浴発祥の地赤沢自然休養林
7日(日)～9日(火)2泊	黒部峡谷トロロッコ電車の旅
9日(火)～11日(木)2泊	日本屈指の景勝地上高地
11日(木)～13日(土)2泊	奇岩怪石の船旅恵那峡遊覧船
13日(土)～14日(日)1泊	1泊2日富士山五合目と旧軽井沢散策
14日(日)～16日(火)2泊	新緑の乗鞍スカイライン
15日(月)～20日(土)5泊	穂高荘へ直行温泉三昧5泊6日
15日(月)～18日(木)3泊	穂高荘へ直行温泉三昧3泊4日
16日(火)～18日(土)2泊	水芭蕉を訪ねて梅池自然園
18日(土)～20日(月)2泊	新緑の美ヶ原高原散策
20日(月)～21日(火)1泊	1泊2日富士山五合目と上高地
21日(火)～23日(木)2泊	雲上の大パノラマ御嶽山御岳ロープウェイ
21日(火)～23日(木)2泊	総合体育館・穂高荘健康づくりツアー
23日(木)～25日(土)2泊	世界遺産白川郷
25日(土)～27日(月)2泊	息を呑む大自然駒ヶ岳千畳敷カール
27日(月)～29日(水)2泊	風情薫る街飛騨高山
29日(水)～7/1日(木)2泊	黒部ダムと立山の大自然室堂

今回の受け付けは6月1日(月)～30日(火)の宿泊分です。電話でお申し込みください。

受付開始日 3月1日(日)

受付時間 穂高荘▽9時～17時
塩沢江戸川荘▽10時～18時

※3月1日(日)のみ、予約が重なる日は抽選。3月2日(月)以降は申込順。

穂高号・塩沢号運行予定 左表のとおり

6月の見どころ

▽穂高号の往復観光コースに旧軽井沢散策、サクランボ狩りが初登場。塩沢号では、残雪の織り成す景色や新緑、山菜採りを楽しむコースなどを多数ご用意。

■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)07095

穂高 塩沢江戸川荘

6月分

申し込み

なくそう！ 飲酒運転

飲んだら運転しない。飲んだ人には運転させない。運転する人には酒を出さない、勧めない。■交通安全係☎(5662)7154

◎ 申告は手軽な郵送を、納税は便利な口座振替で

凡例
日
時
（
日
程
）
時
間
場
所
内
容
人
定
員
（
対
象
）
費
用
師
講
師
出
演
持
持
ち
物
主
主
催
共
共
催
後
後
援
協
協
力
申
申
込
込
み
問
問
い
合
合
わ
わ
せ
HP
ホ
ホ
ー
ー
ム
ム
ペ
ペ
ー
ー
ジ
ジ

情報

たからばこ

講座・教室

篠崎文化プラザ

「楽譜なんて怖くない！
～超初心者のための指音符講座～」

■3月1日(日)13時～14時30分 ■30人
(申込順) 費500円 師すずきみゆき
場■田園2月21日(出)9時から電話で、篠崎文化プラザ☎(3676)9071 ※篠崎文化プラザでは、講座を行う講師のボランティアも募集中です。詳しくは、お問い合わせください。

知的財産入門セミナー

■3月1日(日)14時～16時 場タワーホール船堀3階産業振興センター 内「中小企業にとって知的財産権はなぜ必要か？」 ■50人(申込順) 師香原・藤田特許事務所弁理士・香原修也 田園2月27日(金)までにファクシミリまたは電子メールで、産業振興課計画係☎(5662)0525・FAX(3652)9856・電子メール=webmaster@ei-net.city.edogawa.tokyo.jp

経営者育成セミナー

■3月15日(日)13時～16時 場タワーホール船堀3階産業振興センター 内「円滑な事業承継をするために」 ■経営者と後継者30組(申込順) ※1人での参加も可。師国際後継者フォーラム代表取締役・二条彪 田園3月2日(月)までにファクシミリまたは電子メールで、産業振興課計画係☎(5662)0525・FAX(3652)9856・電子メール=webmaster@ei-net.city.edogawa.tokyo.jp

江戸川区登録手話通訳者養成講座

■4月～22年2月の①火曜19時～21時・②木曜10時～12時 ※各全35回。場グリーンパレスほか ■区内在住または在

勤で、登録手話通訳者をを目指す、旧区民手話講習会上級修了程度の方各30人 田園往復ハガキに希望コース・住所(在勤の方は勤務先も)・氏名(フリガナ)・年齢・電話・手話学習年数を記入し、2月24日(火)までに郵送(必着)、〒132-8501(住所不要) 障害者福祉課庶務係☎(5662)0054 ※3月7日(出)に選考を実施。

家庭教育セミナー(幼児コース)
「子育ての不安解消！」

■3月12日(木)・16日(月)・19日(木)・23日(月)10時～12時(全4回) 場篠崎コミュニティ会館ほか ■30人(申込順) 師この本だいすきの会代表・小松崎進、にしがはちだいほか 田園江戸川区家庭教育サークル連絡会 園江戸川区 田園2月23日(月)9時から電話で、文化課推進係☎(5662)1628 ※一時保育あり(要予約)。

小岩地区中高年スポーツ教室
「ウォーキング、ストレッチ」

■2月28日(出)・3月14日(出)・28日(出)10時から 場◎小岩菖蒲園 ■40歳以上の方 費1回10円 園運動できる服装 園スポーツ係☎(5662)1636

小松川地区中高年スポーツ教室
「ウォーキング、ストレッチ」

■3月1日(日)・8日(日)9時から 場◎小松川さくらホール ■40歳以上の方 費1回10円 園運動できる服装 園スポーツ係☎(5662)1636

総合体育館の一般公開体操教室

3月から開始します。				
教室名	曜日	時間		
①ストレッチヨガ	月	10時～11時15分		
②ソフトエアロビクス	火	9時30分～10時30分		
③元気ハツラツ体操		10時30分～12時		
④ベーシックヨガ		13時～14時30分		
⑤親子体操		15時～16時		
⑥小学生体操		16時15分～17時45分		
⑦エアロビクス	水	19時～20時		
⑧ストレッチ&シェイプ		13時～14時		
⑨バランスボール	金	14時15分～15時15分		

※祝休日にあたる場合は休み。②③はキッズコーナー(2歳～3歳対象)あり。
■①～④⑦⑧⇒高校生相当以上の方／⑤⇒2歳6か月以上のお子さんと保護者／⑥⇒小学生／⑨⇒高校生相当以上の方25人(先着順、13時45分から受け付け)

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
レモン湯(田園公衆浴場組合江戸川支部)	2月22日(日)各浴場営業時間内	◎区内公衆浴場	通常料金	商工勤労係☎(5662)0523
介護者交流会	感染症と食生活	2月23日(月)13時30分～15時	暖心苑	なし
	介護ストレスをなくしましょう	2月24日(火)13時30分～14時30分	瑞江ホーム	なし
	介護の悩みあれこれ(懇談会)	2月25日(水)14時～15時15分	江東園	なし
	介護に役立つエンディングノート	3月3日(火)13時30分～15時	なぎさ音楽苑	なし
スプリングコンサート2009～室内楽とジャズ演奏の聴き比べ～	2月28日(出)14時開演	◎東部フレンドホール	なし	東部フレンドホール☎(5666)1221
社交ダンス講習会(園ルンバ、タンゴ)	2月28日(出)19時～21時	◎グリーンパレス302集会室	200円	田園江戸川区ダンススポーツ連盟☎(3678)8815
知的障がい児・者支援イベント・ひだまりコンサート～音楽で手をつなごう～	3月1日(日)14時～16時	小岩アーバンプラザ	500円	田園音育工房ぼらの・重杉☎090(9309)6317

催し	日時	会場	費用	問い合わせ
区民公開セミナー「狭心症・心筋梗塞の脅威」	3月7日(出)14時30分から	◎小岩アーバンプラザ	なし	江戸川病院地域連携室・女川☎(0120)518120
第61回総合体育祭秋季区民大会「アイススケート」	3月8日(日)9時30分から	スポーツランド	スピードスケート⇒500円(小学生300円)／アイスホッケー⇒6000円(小・中学生2000円)	田園アイススケート連盟・梅原☎(3670)7447(〒132-0013江戸川3～52～2)⇒2月28日(出)までに郵送(必着)または電話で
第62回総合体育祭春季区民大会軟式野球	3月29日(日)から	区球場、江戸川グラウンド	更新2万円、新規2万2000円(互助会費1人300円が別途必要)	江戸川区軟式野球連盟・金巻☎(3653)5536 田園2月28日(出)14時～19時に総合文化センター会議室へ参加費を持参
バスケットボール	4月12日(日)から	総合体育館、スポーツセンター	6000円(連盟登録料5000円が別途必要)	スポーツ係☎(5662)1636 田園3月10日(火)18時30分～19時にタワーホール船堀4階研修室へ参加費を持参
空手道	4月26日(日)9時30分～18時	総合体育館	個人戦2000円、団体戦6000円	田園竹川達男☎(3878)8318⇒3月1日(日)～8日(日)の9時～21時に電話で

園高校生相当以上200円、小・中学生50円、幼児無料 園運動着、室内用運動靴 場園◎総合体育館☎(3653)7441

スポーツセンター募集制教室

	コース名(対象)	曜日	開始時間	定員(抽選)
①	Jr. ヒップホップ(小学1～3年生)	月	16時20分	各50人
②	Jr. ヒップホップ(小学4～中学3年生)		17時20分	
③	Jr. ヒップホップジャズ(小学1～3年生)	火	16時20分	各50人
④	Jr. ヒップホップジャズ(小学4～中学3年生)		17時20分	
⑤	Jr. チアダンス(小学1～3年生)	水	16時20分	40人
⑥	Jr. チアダンス(小学4～中学3年生)		17時20分	
⑦	Jr. バレエ(小学1～6年生)	木	17時20分	各50人
⑧	Jr. ヒップホップ(小学1～3年生)	金	16時20分	
⑨	Jr. ヒップホップ(小学4～中学3年生)		17時20分	
⑩	Jr. 新体操(小学1～2年生)	土	16時20分	各40人
⑪	Jr. 新体操(小学3～中学3年生)		17時20分	
⑫	初心者女性剣道(一般)	水	10時	50人
⑬	女性健康体操(一般)		13時	
⑭	初心者バドミントン(一般)	木	10時	140人
⑮	バレエ(一般)		20時30分	
⑯	初心者卓球(一般)	金	10時	70人
⑰	バランスボール&ストレッチ(一般)		10時11時	
⑱	アクティブピラティス(一般)	金	9時30分10時45分	各40人
⑲	ママ&ベビー体操(18年4月1日～20年3月31日生まれのお子さんと保護者)		10時11時	
⑳		金	10時11時	各30組

※一般とは高校生相当以上の方です。時間は、⑫⑬⑭⑯が1時間30分、⑮⑰が1時間、そのほかが50分です。
■月曜⇒4月6日～7月13日(5月4日を除く全14回)／火曜⇒4月7日～7月14日(5月5日、6月2日を除く全13回)／水曜⇒4月8日～7月15日(4月29日、5月6日、6月3日を除く全12回)／木曜⇒4月9日～7月16日(全15回)／金曜⇒4月10日～7月17日(⑧⑨⑳)は全15回、⑯は6月19日・7月3日を除く全13回、⑯は6月19日を除く全14回)／土曜⇒4月11日～7月18日(5月16日を除く

全14回) 費①②⑩⑪各4200円／③④各3900円／⑤⑥各4600円／⑦～⑨各4500円／⑫⑬⑰各4800円／⑭⑮各6000円／⑯5200円／⑰各5600円／⑱⑳各9000円 田園往復ハガキに希望番号(⑰～⑳は希望時間も記入。第3希望まで可)・住所・氏名(フリガナ)・年齢(学年)・生年月日・性別・電話・現在受講中の方はコース名を記入し、3月7日(出)までに郵送(必着)または持参、〒134-8601 西葛西4～2～20 スポーツセンター☎(3675)3811 ※重複申し込みは無効。

スポーツランド フットサル体験教室

■3月14日(出)・28日(出) ■園小学1～3年生⇒15時～16時15分／小学4～6年生⇒16時30分～18時／高校生相当以上の方⇒18時15分～19時45分 ※各20人(申込順)。費小学生600円、高校生相当以上の方1200円 場田園2月21日(出)15時から電話で、スポーツランド☎(3677)1711

アーチェリー初心者講習会

■3月8日(日)10時～12時、3月9日(月)・11日(水)・13日(金)・16日(月)・18日(水)・20日(金)19時～21時(全7回) ■区内在住または在勤の方15人(申込順) 費1400円 場田園2月21日(出)9時から電話または直接、勤労福祉会館☎(3688)1481

野球審判講習会

■2月22日(日)18時～21時、3月1日(日)9時～12時、3月8日(日)9時～15時 場総合文化センターほか 田園田園江戸川区軟式野球連盟・鈴木☎(3675)5161

ソフトテニス連盟ジュニア教室

■4月～22年3月の月2～5回土曜10時～12時 場谷河内テニスコート ■小学4～6年生20人(抽選) 費1万4000円(保険料を含む) 園江戸川区 田園往復ハガキに住所・氏名・生年月日・学校名・学年・保護者氏名・電話を記入し、2月28日(出)までに郵送(必着)、〒132-0013 江戸川2～8～14～210 江戸川区ソフトテニス連盟・土屋文雄☎090(3067)4254

硬式テニス初心者・初級者講習会

■4月4日～25日の毎週土曜18時～20時(全4回) 場谷河内テニスコート ■15歳以上の方45人(抽選) 費3000円／

➤ 江戸川区 国国往復ハガキに講習会
名・住所・氏名・生年月日・電話・勤務
先名または学校名を記入し、3月5日(木)
までに郵送（必着）、〒133-0061 篠崎
町3-15-10 江戸川区テニス連盟・木
村文彦 ☎(3698)9747

ゴルフ入門講座

国下表のとおり ※週1回80分または
90分・全7回。国①ロッテ葛西ゴルフ
（臨海町2-4-2）、②メセナワール
ドゴルフプラザ（西葛西7-29-6）
国区内在住または在勤の20歳以上の方各
14人程度（申込順） 国1万7000円 国
江戸川区 国国希望の曜日と時間と場所
（第2希望まで）・住所・氏名・電話を
記入し、2月28日(土)までに郵送（必着）
またはファクシミリで、〒132-0023
西一之江4-15-24 ゴルフ教育研究会
講座江戸川事務局 FAX(3652)3048 国
桜井 ☎090(3248)2261

時間	日程						
	3月7日(土)～4月24日(金)	月	火	水	木	金	土
11時～12時30分	両	両	両	両	①	②	②
14時～15時30分	両	両	両	両		②	②
19時30分～20時50分	①		①				
21時～22時20分		①		①			

※「両」は①②の両方で開講。



催しもの

第26回勤福サークル文化祭

国3月1日(日)10時～15時（雨天実施）
国ステージ発表、作品展示、お茶席、模
擬店ほか 国国国勤労福祉会館 ☎(368
8)1481

国共育プラザ小岩

サティスファクションライブ(卒業ライブ)

中学・高校生による音楽活動の発表で
す。国3月1日(日)11時から 国国国共育
プラザ小岩 ☎(3672)0604

国子ども家庭支援センター

ボランティアによるイベント

国国①3月5日(木)⇒パネルシアターほ
か②3月19日(木)⇒絵本、紙芝居、手遊
び③3月24日(火)⇒ヨガ 国①②10時30
分～11時③10時30分～11時15分 国③
12組（申込順） 国①おはなレクレヨン
②おはなしたまご 国①②⇒直接会場
へ③⇒2月23日(月)10時から電話で 国

国・申込先＝子ども家庭支援センター（勤
労福祉会館内） ☎(3877)2460

ぜん息講演会「ぜん息の予防」

国国2月26日(木)⇒スポーツセンター／
3月3日(火)⇒小岩アーバンプラザ 国17
時～18時 国区内在住の方各50人（申込
順） 国国公害補償係 ☎(5662)1414

国おはなし会

国2月21日(土)11時30分～12時 国エブ
ロンシアター、本の読み聞かせほか 国
幼児（保護者同伴）～小学3年生 国お
はなしこぼこ 国国国上色コミュニテ
ィセンター ☎(3674)1381

中央図書館講演会「聞いた！見た！

書いた！～ノンフィクションのススメ～」

国3月1日(日)14時～16時 国中学生以
上の方80人（申込順） ※未就学児は入
場不可。国ノンフィクション作家・黒岩
比佐子 国国国2月21日(土)10時から電話
で、中央図書館 ☎(3656)6211

ホテルシーサイド江戸川 賞味会

30人限定の洋中折衷特別コースです。
国2月27日(金)18時30分から 国1万2000
円 国国国ホテルシーサイド江戸川 ☎(3
804)1180

タワーホール船堀 プライダルフェア

国3月1日(日)11時～18時 国模擬挙式
（11時30分から、15時から）、模擬披露
宴（12時20分から、15時30分から）、料
理展示、演出相談ほか 国国国船堀マツ
ヤサロン（タワーホール船堀2階） ☎
(5676)5511

第21回江戸川区心身障害者(児)作品展示会

区内在住の心身障害者の方々が、絵画
・手芸・書道などの作品を出展します。
国2月28日(土)～3月2日(月)10時～16時（2
日は15時まで） 国タワーホール船堀1
階展示ホール1 国江戸川区 国国作品
展示会実行委員会・芦口 ☎090(1053)
7494

江戸川農産物直売会

小松菜をはじめ区内産新鮮野菜と鉢花
などを直売します。国2月26日(木)9時～
12時 ※売り切れ次第終了。国国国J A東
京スマイル新葛西支店（北葛西4-25～
24） 国江戸川区ほか 国農産係 ☎(566
2)0539



お知らせ

区立保育園非常勤職員募集

雇用期間＝4月1日(木)～22年3月31日
(木)（更新あり）勤務日＝月～土曜の週
6日（祝休日を除く） 国15時45分～19
時45分 国延長保育 国松島・南平井・
南篠崎・清新第一・小松川第一保育園
国保育士証のある方（取得見込みも含
む）5人程度 報酬＝月15万2900円 ※
交通費の支給は月1万3000円まで。国国
履歴書（写真貼付）に希望保育園名（複
数可）を記入し、3月2日(月)までに郵送
（必着）または持参、〒132-8501（住
所不要） 保育課庶務係（区役所2階8
番） ☎(5662)0063

ボランティアフェスティバル参加団体募集

国7月12日(日)10時～16時 国タワーホ
ール船堀1階展示ホールほか 募集内容
＝①ブースで活動紹介を行う団体②ス
テージで活動紹介を行う団体③体験コ
ーナーで体験・紹介を行う団体 国区内
で活動するボランティア団体、NPO法人、
学校のボランティア部ほか 国国参加申
込書（ボランティアセンターで配付）を
3月6日(金)までに郵送（必着）または持
参、〒132-0031 松島1-38-1 グリ
ーンパレス1階 ボランティアセンター
 ☎(5662)7671

リハビリ・運動相談（予約制）

けがや病気による高次脳機能障害・言
語障害・身体障害のある方のリハビリに
ついて、または、足腰が弱った方やメタ
ボリックシンドロームを予防したい方の
ための簡単な運動について、理学療法士
・作業療法士・言語聴覚士が相談に応じ
ます。国国下表のとおり 国各4人程度
（申込順） 国国2月23日(月)9時から希
望する会場に電話で

日 時（3月）	会場（健康サポ ートセンター）	電 話
5日(木)9時～11時	中 央	(5661)2467
12日(木)9時～11時	小 岩	(3658)3171
16日(月)9時～11時	清新町	(3878)1221

農業委員会委員選挙の

選挙人名簿が確認できます

21年1月1日現在で調製した選挙人名
簿が確認できます。国2月23日(月)～3月

9日(月)8時30分～17時 国国国選挙管理
委員会事務局（区役所西棟5階） ☎(566
2)5553

特別区民税・都民税の 納め忘れはありませんか？

20年度第4期分の特別区民税・都民税
（普通徴収）の納期限が過ぎました。ま
だ納めていない方は、すでに送付した納
付書により銀行・信用金庫などで3月2
日(月)まで納められます。納付書をなくし
た方は、区役所または各事務所で納めて
ください。国納税係 ☎(5662)1013

国ファミリーサポートに 参加しませんか？

子育てを地域で助け合う活動の説明・
研修会です。国3月16日(月) 国国説明会
⇒10時～11時30分、基礎研修会⇒12時15
分～15時30分 ※活動を行うためには、
説明会と基礎研修会の受講が必要。国勤
労福祉会館 国国ファミリー・サポート
・センター ☎(3877)2560

江戸川特別支援学校非常勤看護師募集

雇用期間＝4月1日(木)～22年3月31日
(木) 勤務日＝月15日以内 国1日3～4
時間・週10時間程度 国肢体不自由児の
吸引・導尿・注入などの医療的ケア 国
看護師資格のある方若干名 賃金＝時給
1800円 ※交通費の支給は1日2600円ま
で。国国国都立江戸川特別支援学校 ☎(3
653)7355

地域包括支援センター常勤職員募集

国保健師または地域ケア経験がある看
護師若干名 ※給与などは施設によって
異なります。国国履歴書（写真貼付）を
3月6日(金)までに郵送（必着）または持
参、〒132-8501（住所不要） 介護保険
課事業者調整係（区役所2階4番） ☎(5
662)0032

総合文化センターの休館

7月21日(火)～9月18日(金)は、空調工事
のため、施設を利用できません。これに
伴い、3月1日から実施している8月分
の施設の利用受け付けも今回は行いませ
ん。国総合文化センター ☎(3652)1111

休館のお知らせ

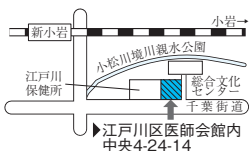
☆勤労福祉会館 ☎(3688)1481⇒3月
2日(月)17時30分～21時30分＝館内消毒の
ため

休日急病診療

- 診療時間⇒9時～17時（急病のみ受け付け。往診は不可）
- 外科は救急病院（「平成20・21年度くらしの便利帳」182
ページ参照）をご利用ください。
- 当番医（変更になる場合もあります）、医療機関の案内は
下記のとおりで行っています。聴覚に障害のある方はフ
ァクシミリをご利用ください。
▷テレホンセンター＝日曜・祝休日9時～17時
☎(3651)5270／FAX(3654)4902
▷東京消防庁救急相談センター＝24時間
・携帯電話・PHS・プッシュ回線⇒☎＃7119
・ダイヤル回線⇒☎(3212)2323
▷東京都保健医療情報センター「ひまわり」＝24時間
☎(5272)0303／FAX(5285)8080

江戸川区医師会休日・夜間急病診療所

- 診療科目⇒小児科・内科
- 診療時間⇒①日曜・祝休日
9時～17時②毎日21時～
翌朝6時
- 問い合わせ⇒①☎(3655)51
51／②☎(3651)5270



休日急病当番医

2月22日

小——千葉クリニック 北葛西1-14-23 ☎(3680)4035
内——広見医院 中央2-28-18 ☎(3651)5376
小——森内科クリニック 東葛西4-7-6 ☎(3869)3411
小——小暮医院 興宮町16-13 ☎(3653)5347
内——瑞江脳神経外科医院 南篠崎町3-24-2 ☎(3670)2112
眼——中央眼科 中央2-13-12 ☎(5661)3722
耳鼻——きた耳鼻咽喉科クリニック 瑞江2-15-13 ☎(3676)8733

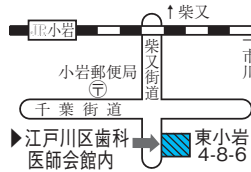
3月1日

内——まつかわハートクリニック 一之江7-37-17 ☎(5661)0810
小——下鎌田診療所 江戸川1-29-1 ☎(3677)3321
小——江戸川クリニック 西葛西3-8-3 ☎(3687)8933
小——同仁内科医院 北小岩6-39-3 ☎(3657)0080
小——深田医院 東小岩6-19-5 ☎(3657)6051
眼——まつかわハートクリニック 一之江7-37-17 ☎(5661)0810
耳鼻——船堀ゆり医院 船堀1-4-13 ☎(5605)3301

休日歯科応急診療

2月22日・3月1日

- 診療時間⇒9時～17時
- 休日専用電話☎(3672)
8215に予約のうえ、16
時30分までにお越しき
ださい。



休日応急当番接（整）骨院

- 施術時間⇒9時～17時

2月22日

志保井接骨院 平井4-2-24 ☎(3681)5523
桜井接骨院 南葛西3-14-13 ☎(3689)9671

3月1日

えばた接骨院 船堀4-10-23 ☎(5675)1523
たんば接骨院 南小岩8-9-22 ☎(3673)3651

◎受診の際は必ず健康保険証などを持参してください。

みんなが迷惑！犬ふんの放置

犬のふんは飼い主が必ず持ち帰りましょう。マナーを
守って住みよいまちに！ 国生活衛生課 ☎(3658)3177

●印のあるものは直接会場へ（●印のあるものは要申し込み）

●印のないものは無料

●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



広報

えどがわ

2009年
平成21年

2/20

認知症ホットライン

(3652) 2300

物忘れが気になる方、認知症の方を介
護するご家族の方など、気軽にご相談を。
月～土曜 9 時～ 18 時

8

■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) FAX(3652)1109 ホームページhttp://www.city.edogawa.tokyo.jp/

ウォーキングは健康づくりの第一歩

区は、ファミリーヘルス推進員と協力して、日常生活の中で気軽に健康づくりができるウォーキングを推奨しています。特に3月を「ウォーキング月間」として、今年も区内8か所で健康ウォーキング大会を開催します。

ウォーキングは健康増進に様々な効果があります。みなさん、ぜひご参加ください。

問 各健康サポートセンター

ウォーキングは いいことがいっぱい

- 生活習慣病の予防や症状の改善に効果的！
- 足腰の筋力や骨を強くし、転倒を予防！
- 便秘や肩こりを解消！
- 血行を良くし、脳に酸素を行きわたらせ、認知症や老化を予防！
- 足の裏を刺激し、自律神経のバランスを調整！
- 気分がリフレッシュし、ストレスを解消！



ウォーキングのポイント



- 靴選び** ①靴底が適度に曲がり、通気性がよいもの
②つま先に1cmくらいの余裕があるもの
③足がずれないように、ひもで調節できるもの
- 歩き方** ①視線は高く、十数メートル先を見る
②腕はやや大きく振る
③歩幅は広く
④つま先を上げ、ひざをまっすぐ前に伸ばすようにして進む



メタボリックシンドロームの 解消にもおススメ！

ウォーキングは体内に大量の酸素を取り入れる有酸素運動で、体脂肪を効率よく燃やすことができます。メタボリックシンドロームの解消・予防のためにも、ぜひウォーキングに取り組んでください。

健康ウォーキング大会

無料・当日参加もできます

日 程	集合時間	集合場所・コース・距離	申し込み・問い合わせ	日 程	集合時間	集合場所・コース・距離	申し込み・問い合わせ
3月7日 (土)	9時30分	小岩菖蒲園～寅さん記念館（折り返し）〔5.6km〕	小岩健康サポートセンター ☎(3658)3171	3月8日 (日)	9時30分	涼風橋下新中川河川敷～①大杉橋～一之江橋～涼風橋下〔4km〕・②松本橋～一之江橋～涼風橋～明和橋（周回）～涼風橋下〔7km〕	中央健康サポートセンター ☎(5661)2466
	9時30分	今井児童交通公園～篠崎ポニーランド広場（終点）〔5km〕	東部健康サポートセンター ☎(3678)6441	3月14日 (土)	9時30分	松本小学校校庭～①鹿骨新橋～一之江橋～松本小〔3km〕・②小岩大橋～一之江橋～松本小〔5km〕	鹿骨健康サポートセンター ☎(3678)8711
	9時30分	船堀スポーツ公園～①一之江境川親水公園～今井街道（折り返し）〔4km〕・②一之江境川親水公園～圓福寺（折り返し）〔6km〕	葛西健康サポートセンター ☎(3688)0154	3月15日 (日)	9時	なぎさニュータウン中央広場～葛西臨海公園（折り返し）〔4km、6km〕	なぎさ健康サポートセンター ☎(5675)2515
3月8日 (日)	9時	清新町緑道（区球場側）～①つばさ橋～新左近川親水公園～清新町緑道〔4km〕・②臨海橋～葛西臨海公園（周回）～清新町緑道〔7km〕	清新町健康サポートセンター ☎(3878)1221	4月4日 (土)	9時	都立大島小松川公園自由の広場～①小松川千本桜（折り返し）〔4km〕・②亀戸中央公園（折り返し）〔7km〕	小松川健康サポートセンター ☎(3683)5531

※お近くのファミリーヘルス推進員も申し込み・問い合わせを受け付けています。

第1回区議会定例会

2月20日(金)～3月25日(水)開催予定

問 区議会事務局 ☎(5662)5556



▲昭和40年代の新川周辺

明治時代から現代までの江戸川区の移り変わりを、地図と空中写真で紹介します。
日 2月28日(土)～3月22日(日) 9時～17時
※3月20日(祝)を除く。
場 郷土資料室(グリーンパレス3階)
問 文化財係 ☎(5662)7176

郷土資料室企画展 地図と空中写真で見ると 江戸川区のちよつとむかし



子どもたちの手作りマイバッグを募集したところ、37校の小学校から応募がありました。数多く

えどがわエコセンター 毎日使いたい！子どもたちの 手作りマイバッグ作品展

子どもの作品の中から、斬新で豊かな発想で作られた作品など188点を展示します。
日 2月27日(金)・28日(土)・3月2日(月)～4日(水) 9時～17時
場 園 へどがわエコセンター(タワーホール船堀3階)
☎(5659)1651

企画展講座 「江戸の古地図」 ・現代の古地図

企画展に合わせ、古地図についての講座を開催します。ぜひご参加ください。
日 3月7日(土) 14時～16時
場 篠崎文化プラザ
人 区内在住または在勤・在学の中学生以上の方40人(申込順)
師 地図研究家・芳賀啓
申 問 2月23日(月)10時から電話で、文化財係 ☎(5662)7176



レジ袋削減のため、買い物にはマイバッグを利用し、レジ袋はもらわないようにしましょう。マイバッグ運動推進店には紫色のステッカーが貼ってあります。問 ぐみ減量係 ☎(5662)1689