

主な内容

- 2 面 就職・お子さんの進学などを応援します
- 3 面 介護保険サービスの利用状況を郵送でお知らせします
- 8 面 郷土資料室企画展・一之江名主屋敷のイベント

■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/>

始めよう！ エコライフ

～もったいないの達人を目指して～

余熱を活かして省エネ料理！



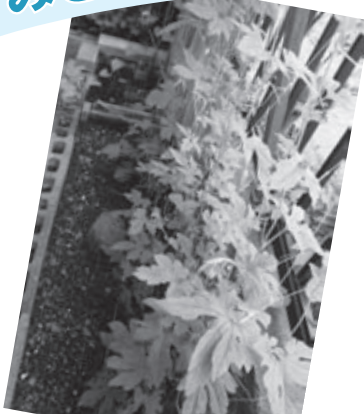
余り布などを使って、オリジナルの鍋帽子®を手作りし、普段の料理に利用しています。余熱でじわじわと味をしみ込ませる調理法で、エネルギーの削減につながります。



小林正代さん（西葛西在住）

座布団の部分と帽子の部分でお鍋を包みます。おすすめの料理は、カレーやポトフ、茶碗蒸しです。

みどりのカーテンでCO₂を削減！



生ごみを堆肥化して利用しています。植物が好む環境を整えてあげておくことを心掛けています。

つる植物を庭やベランダの日よけにする「みどりのカーテン」にチャレンジしています。みどりのカーテンは周囲の熱を吸収するため、エアコンの使用が減り、二酸化炭素（CO₂）を削減します。



中村美里子さん（平井在住）

おきがる環境講座を開催します

エコライフを気軽に学べる「おきがる環境講座」を10月以降に開催します。講座は全部で11種類。興味のある分野を選んで参加できます。

例えば…

◆環境講座（入門編）

講師 江戸川総合人生大学学長・北野大

◆家庭でできる省エネ対策セミナー

◆めざせ！ 買い物でエコ

◎詳しくは今後の広報えどがわや、えどがわエコセンターホームページ（☎ <http://www.edogawa-ecocenter.jp/>）でお知らせします。



▲篠崎ビオトープでの生き物探し

お月見キャンドルナイト2010



9月22日(水)は中秋の名月。照明・テレビを消し、ろうそくの灯で静かに月を眺めて過ごしてみませんか。

●「お月見キャンドル」プレゼント

☎☎ 電話で、またはファクシミリ・電子メールに住所・氏名・電話を記入し、えどがわエコセンター☎ (5659) 1651・FAX (56

59) 1677・電子メール= edogawa-ecocenter@bz01.plala.or.jp

●タワーホール船堀の展望室が「天空のお月見スポット」に！

時 21時30分まで

※区内各施設などで「お月見イベント」を実施します。詳しくは、えどがわエコセンターホームページをご覧ください。

江戸川区長 多田 正見

ホット
ライン

先日、百歳を迎えた山崎たづさんを訪問しました。すこぶるお元気で、「よく来てくださいました」と喜びを満面に迎えてくれました。6人のお子さんも健在で、明るく賑やかなご一家です。山崎さんは21歳で結婚後、32歳の若さでご主人と死別され、世の中の辛苦を乗り越えて、今日の長寿を噛み締めておられます。

ご長男が、私に一冊の冊子をくださいました。それは、6人の兄弟が記憶の糸をたどってまとめあげた、『母の一生』と題する100ページを超える山崎さんの一代記です。幼少の頃、学業は常に一番でありながら、貧しさ故に学校を辞め、厳しい奉公を体験。夫と死別後は死に物狂いの子育て。そして戦中・戦後の厳しさを乗り越え、今なお続くナット製作の会社を興す等々。母としての愛情や仕事への飽くなき情熱、そこから溢れ出る逞しい生き様は、ご長男曰く「まさに『おしん』の世界ですよ」とのこと。

一代記の巻末には、『母の一言集』として、珠玉の言葉が綴られています。「私はどこに行っても幸せの歌を唄って、そこに幸せを置いてくるんだよ。大きな顔して、しっかりとした姿で幸せの気持ちで唄うんだよ。」

苦難を幸せに、暗闇を光に変える、これは人間の持つ底知れぬ力でしょうか。

凡例 日時（日程） 時間 場所 内容 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 HPホームページ

一定所得以下の方へ 就職・お子さんの 進学などを応援します

都では、一定所得以下の方を対象に生活安定化総合対策事業を行っています。区は、都の委託を受け、生活相談や就職・進学支援などを行う「生活安定化窓口」を開設しています。

●主な事業内容

就職チャレンジ支援事業
正規雇用を目指して、無料で職業訓練（3～6か月）を受講できます。
訓練科目 IT・PC養成、医療・経理事務、介護サービス ほか
※受講奨励金があります（月約15万円）。
チャレンジ支援貸付事業
中学3年生、高校3年生などを養育する方へ、学習塾の費用や受験料などを無利子で貸し付けます。※連帯保証人が必要です。

また、償還が免除される場合があります。
●対象
次の要件をすべて満たしている方①世帯の生計を主に担っている②総収入金額が一定基準以下である③預貯金などの資産の保有額が600万円以下である④現在居住する土地・建物以外に土地・建物を所有していない⑤都内に1年以上居住している⑥生活保護を受けていない※別途、事業ごとに要件があります。

●開設時間
月～金曜9時～17時（祝日を除く）
※電話で予約の上、お越しください。

私立幼稚園等保護者負担軽減補助金・就園奨励費補助金の申請

区内在住で区外の私立幼稚園へ通園しているお子さんの保護者に、入園料補助金（22年度入園児のみ）と保育料補助金を支給します。

●申請書（9月中旬までに通園している幼稚園を通じて配付）を9月24日（金）までに郵送（必着）、〒132-8501（住所不要）子育て支援課推進係 ☎（562）10001
※今年度補助金を受けていない方が対象です。

「小学校希望調査」の結果
23年4月に小学校入学予定のお子さんの「小学校希望調査」の結果、受け入れ可能者数を上回った次の学校は、通学区域外からの入学希望者を対象に抽選を行います。
●抽選校 鎌田小学校
※対象者には個別に通知。
●学校別の希望者数は、区ホームページに掲載しています。
●抽選校以外への受け入れ可能な学校を希望したお子さんは、希望校へ入学できます。
◎学校別の希望者数は、区ホームページに掲載しています。
●学事係
☎（5662）0898

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。平日は時間が取れない方のために、日曜日に相談窓口を開設します。
●日時 9月26日（日）9時～16時
●場所 生活安定化窓口（グリーンパレス1階社会福祉協議会内）
☎（5662）7638

9月21日（火）～30日（木）は秋の全国交通安全運動 交通安全江戸川区民の集い

秋の全国交通安全運動に先立ち、区・警察署・交通安全協会の主催で、「交通安全江戸川区民の集い」を実施します。このイベントでは、通学マナーを推進し、「安全で快適な交通社会」の実現を目指します。アトラクションもあります。ぜひご参加ください。

消費者教室「住宅リフォーム成功の秘訣」準備から完成まで

住宅リフォームの注意点や住宅エコポイント制度などを学びます。
●日時 9月24日（金）14時～16時
●場所 グリーンパレス2階 千歳・芙蓉
区内在住または在勤

えどがわエコセンターの催し

水質は？ どんな魚、ヤゴ、カニがいるのかな？
●日時 9月11日（土）12時50分～15時30分（小雨実施）
●場所 葛西臨海公園鳥類園
※小学生以下は保護者同伴。
●費用 100円（保険代）
●申込 9月2日（木）9時からファクシミリまたは電子メールで、葛西東渚・鳥類園友の会 ☎（3688）2495
・電子メールはkasai.bird@gmail.com
●ダンボールでオープンを作ろう！
●日時 9月26日（日）10時～12時30分
●場所 小岩区民館
小学生以上の方25人（申込順）
※小学1・2年生は保護者同伴。
●費用 500円
●申込 エプロン、三角きん
●日時 9月2日（木）9時から

楽しい生ごみ堆肥作り
●日時 ①9月18日（土）・10月23日（土）・11月27日（土）
②葛西健康サポートセンター／③9月30日（木）・11月25日（木）
④グリーンパレス、10月21日（木）
⑤タワーホール船堀 各全3回
●時間 14時～16時
●人数 各30人（抽選）
●費用 500円
●申込 9月8日（水）までにハガキを郵送（必着）、〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

※ハガキ・ファクシミリ・電子メールの場合は、催し名・参加者全員の住所・氏名・年齢（学年）・電話番号またはファクシミリ番号を記入。
●ハガキ・ファクシミリ
〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

滞納者から差し押さえた動産（貴金属類34点）のインターネット公売を行います。下見を希望する方はご連絡ください。
●下見期間 9月9日（木）～22日（水）9時～16時30分
※土・日曜、祝日を除く。
●下見会場 納税課（区役所4階1番）
●参加申し込み 9月9日（木）13時～22日（水）23時

入札期間 9月28日（火）13時～30日（木）23時
代金納付期限 10月13日（水）14時30分まで
※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

インターネット公売（動産）
●入札期間 9月28日（火）13時～30日（木）23時
●代金納付期限 10月13日（水）14時30分まで
※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

子ども未来館の教室

①「笑い」で友達のを広げよう
●日時 9月12日（日）・23日（祝）10時～11時30分（全2回）
●人数 小学生24人（抽選）
●2段階で椅子作りに挑戦！
●日時 9月12日（日）13時30分～15時
●人数 小学4～6年生16人（抽選）
③秋のお月見会／中秋の名月・月のふしぎ
●日時 9月22日（水）18時～19時
●人数 小学4～6年生16人（抽選）
●費用 500円
●申込 9月8日（水）までにハガキを郵送（必着）、〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

自然動物園
親子の一日飼育体験教室
●日時 9月25日（土）・26日（日）10月2日（土）・3日（日）9時～15時30分
●内容 簡単な飼育作業、動物の健康診断、クイズラリー、獣医さんのお話 ほか
●人数 区内在住の小学1・2年生と保護者各日8組16人（抽選）
●申込 往復ハガキに希望日・住所・児童氏名
●費用 500円
●申込 9月8日（水）までにハガキを郵送（必着）、〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

自然動物園
親子の一日飼育体験教室
●日時 9月25日（土）・26日（日）10月2日（土）・3日（日）9時～15時30分
●内容 簡単な飼育作業、動物の健康診断、クイズラリー、獣医さんのお話 ほか
●人数 区内在住の小学1・2年生と保護者各日8組16人（抽選）
●申込 往復ハガキに希望日・住所・児童氏名
●費用 500円
●申込 9月8日（水）までにハガキを郵送（必着）、〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

自然動物園
親子の一日飼育体験教室
●日時 9月25日（土）・26日（日）10月2日（土）・3日（日）9時～15時30分
●内容 簡単な飼育作業、動物の健康診断、クイズラリー、獣医さんのお話 ほか
●人数 区内在住の小学1・2年生と保護者各日8組16人（抽選）
●申込 往復ハガキに希望日・住所・児童氏名
●費用 500円
●申込 9月8日（水）までにハガキを郵送（必着）、〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

自然動物園
親子の一日飼育体験教室
●日時 9月25日（土）・26日（日）10月2日（土）・3日（日）9時～15時30分
●内容 簡単な飼育作業、動物の健康診断、クイズラリー、獣医さんのお話 ほか
●人数 区内在住の小学1・2年生と保護者各日8組16人（抽選）
●申込 往復ハガキに希望日・住所・児童氏名
●費用 500円
●申込 9月8日（水）までにハガキを郵送（必着）、〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

自然動物園
親子の一日飼育体験教室
●日時 9月25日（土）・26日（日）10月2日（土）・3日（日）9時～15時30分
●内容 簡単な飼育作業、動物の健康診断、クイズラリー、獣医さんのお話 ほか
●人数 区内在住の小学1・2年生と保護者各日8組16人（抽選）
●申込 往復ハガキに希望日・住所・児童氏名
●費用 500円
●申込 9月8日（水）までにハガキを郵送（必着）、〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

自然動物園
親子の一日飼育体験教室
●日時 9月25日（土）・26日（日）10月2日（土）・3日（日）9時～15時30分
●内容 簡単な飼育作業、動物の健康診断、クイズラリー、獣医さんのお話 ほか
●人数 区内在住の小学1・2年生と保護者各日8組16人（抽選）
●申込 往復ハガキに希望日・住所・児童氏名
●費用 500円
●申込 9月8日（水）までにハガキを郵送（必着）、〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

自然動物園
親子の一日飼育体験教室
●日時 9月25日（土）・26日（日）10月2日（土）・3日（日）9時～15時30分
●内容 簡単な飼育作業、動物の健康診断、クイズラリー、獣医さんのお話 ほか
●人数 区内在住の小学1・2年生と保護者各日8組16人（抽選）
●申込 往復ハガキに希望日・住所・児童氏名
●費用 500円
●申込 9月8日（水）までにハガキを郵送（必着）、〒132-0033 東小松川3-35-13 ☎（35）1387
4 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎（3655）1387

偽造運転免許証による住基カードの虚偽申請が多発！

偽造された運転免許証を提示し、本人になりすまして住基カードなどを不正に取得する事件が、区内をはじめ、都内全般で発生しています。

虚偽申請を未然に防ぐため、申請時に運転免許証などを職員がお預かりし、確認や写しを取るなど、本人確認を強化しています。ご理解とご協力をお願いいたします。

区民課戸籍住民係 ☎（5662）0591

介護保険サービスの利用状況を 郵送でお知らせします

利用したサービスの種類や費用を、9月上旬に郵送でお知らせします。届いたら、領収書などで内容を確認してください。



■ 22年6月に介護保険サービスを利用した方
■ 介護保険課指導係
☎(5662)0892

障害者のための 初めてのパソコン講座

■ 10月9日・11月13日の毎週土曜15時15分～17時15分（全6回）
■ パソコンの基本操作、文字入力

■ 区内在住で障害者手帳をお持ちの18歳以上の方6人（抽選）
■ 上履き、筆記用具ほか
■ 9月10日（金）17時まで
■ 支援ハウス ☎(5667)1333

えがのの家 エアロビ教室

■ 利用者と一緒楽しく体を動かしましょう。

■ 10月4日・23年3月14日の月2回月曜ほか（全12回）
■ 10時30分～11時30分
■ 15人（抽選）

グリーンパレス45周年記念 江戸川区伝統工芸の 秋を楽しむ3日間

■ 区内伝統工芸者による「匠の技」の実演や作品販売を年4回行っています。今回は秋をテーマに開催します。グリーンパレス45周年を記念した限定工芸品も出品され、カフェでは期間限定メニューもご用意します。

■ 9月3日（金）・4日（土）・5日（日）10時～17時
■ 《場内》グリーンパレス ☎(5662)7687

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

地震のときに倒れてきた家具でけがをすることがないように、地元の大工さんが転倒防止金具を無料で取り付けます。



■ ①65歳以上の熟年者の単身世帯または熟年者のみの世帯、②障害者のみの世帯で自力で取り付けが困難な世帯
■ 施工範囲 室内の家具・たんす・食器棚・冷蔵庫など10か所程度までの施工方法 L字型金具などで家具を壁に固定
■ 賃貸住宅は、所有者の承諾が必要です。
■ 申 住宅課相談係 ☎(5662)0517

ごみ処理・リサイクル施設 バス見学会

■ 清掃工場、中央防波堤埋立処分場、リサイクル施設（富津市）を見学し、ごみ減量やリサイクルへの理解を深めます。

■ 10月1日（金）①7時45分～17時（総合文化センター発）・②8時～17時（葛西区民館発）
■ 区内在住または在勤・在学の小学4年生以上の方各40人（申込順）
■ ※小・中学生は保護者同伴。
■ 昼食
■ 申 9月2日（木）9時から電話で、ごみ減量係 ☎(5662)1689

一之江抹香亭の催し

■ 抹香を作っていた旧家を整備した公園です。
■ 所在地 一之江5-13
■ 開園時間 9時～17時

お月見会

■ お月見キャンドルナイト2010（一面参照）に合わせて、開園時間を21時まで延長します。

■ 9月22日（水）
■ ①18時～21時
■ ②16時30分～17時
■ 各10人（申込順）
■ ②竹細工職人のお話
■ 18時から（直接会場へ）

■ 9月11日（土）10月3日（日）
■ 9月26日（日）11時から13時から
■ 各24人（申込順）
■ 各500円（材料費）
■ 9月2日（木）9時から施設第一課へ電話で
■ 《申・申込先》施設第一課 ☎(5662)5543

講座「庄内の風土・人と文学 ～藤沢周平の世界～」

■ 区の友好都市・鶴岡市出身の作家・藤沢周平の作品や生き方を通して、庄内の文化を考えます。

■ 9月26日（日）13時30分から
■ 0人（申込順）
■ 鶴岡市総合研究所・東山昭子
■ 申 9月2日（木）9時から電話で、西葛西図書館 ☎(5658)0751

講演会「やる気・元気・勇気を 引き出すリーダーの条件」

■ 4年連続赤字・借入金70億円の経営状態を、1年で黒字にし4年で累積赤字を解消した経営者から、時代の荒波に立ち向かうヒントを学びます。

■ 70人（申込順）
■ ※未就学児は入場不可。
■ 講師はとバス元社長・宮端清次
■ 申 9月2日（木）10時から電話で、中央図書館 ☎(3656)6211

一之江名主屋敷「昔ばなしの会＆ やってみよう！ 作ってみよう！」

■ 9月11日（土）11時～13時
■ 一之江名主屋敷
■ 昔ばなし「安の滝」「あぶないあぶない」「鬼の笛」ほか／荷造りひもでかご作り
■ 5歳以上の方30人（申込順）
■ 維持協力費1000円（中学生以下無料）
■ 申 9月2日（木）9時から電話で、文化財係 ☎(5662)7176

ふれあい農園で 収穫体験をしませんか

■ 農家の方が作ったさつまいもを、みなさんと収穫しませんか。

■ 収穫日 9月25日（土）
■ 収穫場所 鹿重農園（鹿骨3-10）
■ ※車での来園は不可。
■ 収穫作物 さつまいも
■ 区内在住の方80世帯（抽選）
■ 5株1000円

■ 往復ハガキに「ふれあい農園希望」・住所・氏名・電話を記入し、9月7日（火）までに郵送（消印有効）、〒132-8501（住所不要）産業振興課農産係 ☎(5662)0539
■ ※申し込みは1世帯1枚。収穫開始時間は結果通知でお知らせします。

初心者のための読み聞かせ講座

■ 小学校で初めて読み聞かせをする方に実践を交えてアドバイスします。

■ 10月7日（木）10時～11時30分
■ 小学生の保護者25人（申込順）
■ 申 9月2日（木）10時から電話で、中央図書館 ☎(3656)6211

平成23年度採用 特別区職員募集（身体障害者）

■ 職種Ⅱ事務（Ⅲ類）
■ 第一次試験日 10月11日（祝）
■ 採用予定数 Ⅱ18名（Ⅲ23区全体）
■ 昭和58年4月2日～平成5年4月1日生まれで、身体障害者手帳をお持ちの方
■ ※詳しくは、申込書類各区人事担当課、特別区人事委員会事務局で配付）をご覧ください。
■ 申 郵送 9月13日（月）までの消印有効／インターネット申し込み 9月13日（月）まで／持参 9月14日（火）15日（水）
■ 申 申込先 特別区人事委員会事務局任用課採用係 ☎(5210)9787、江戸川区職員課能力開発推進係 ☎(5662)1003

船堀シネパル 上映のご案内

作品名	日程（9月）
借りぐらしのアリエッティ	17日（金）まで
THE LAST MESSAGE 海猿	18日（土）から
ハナミズキ	24日（金）まで
十三人の刺客	25日（土）から

※上映作品・時間は、ご確認ください。
※毎週木曜は区民割引デー（1,000円）、ダブル・スタンプデーです。
※毎週水曜はレディースデー（女性1,000円）です。

えどがわ区民ニュース 9月1日号放映中！

●特集 守ろう！我が身を我がまちを～大地震に備える～
●ニュースフラッシュ
・第12回 旧中川東京大空襲犠牲者慰霊灯籠流し
・環境をよくする運動葛西地区大会ほか
CATVで放送中！
◎J：COM江戸川 アナログ 9チャンネル
／デジタル 11チャンネル
（図9時から／12時から／20時から）
※曜日・時間により番組内容が異なります。
えどがわ区民ニュース Broad Band
<http://www.news.city.edogawa.tokyo.jp/>
図ビデオテープの貸し出し・申し込み
⇒映像広報係 ☎(5662)6167



篠崎文化プラザの講座

韓国語をはじめよう！ 図9月8日～12月8日の毎週水曜19時～20時30分（10月6日・11月3日を除く全12回） 観20人（申込順） 観2万4000円 観霜島和子
アロマとハーブを学ぶ 図9月10日（金）10時30分～12時30分 観20人（申込順）観2500円 観山田信子
《観観観》9月2日（木）9時から電話で、篠崎文化プラザ☎（3676）9071

卓球講座

図9月9日～30日の毎週木曜19時～21時（全4回） 観◎小松川第一中学校体育館 観40人（先着順） 観400円 観運動着、室内用運動靴、ラケット（お持ちの方） 観スポーツ係☎（5662）1636

小松川・東部・葛西・小岩地区
地域スポーツ講座

ドッチビー 図観◎1月5日（日）9時30分～11時30分⇒葛西小学校体育館／②9月5日（日）・12日（日）10時～12時⇒平井第二小学校体育館／③9月5日（日）・19日（日）10時～12時⇒篠崎第三小学校体育館／④9月12日（日）・10月3日（日）10時～12時⇒南篠崎小学校体育館／⑤9月19日（日）9時30分～11時30分⇒船堀第二小学校体育館 観①②⑤区内在住または在勤・在学の方、③④区内在住の小学生 観運動着、室内用運動靴
グラウンドゴルフ 図観◎9月7日（火）19時～21時⇒小岩第二中学校 ※雨天中止。区内在住または在勤・在学の方 観運動着、運動靴
《観》1回100円（小学生以下50円）《観》スポーツ係☎（5662）1636

中央地区中高年スポーツ教室
「ウォーキング、ストックウォーキング」

直接、集合場所へ。図①9月12日（日）10時～12時、②9月26日（日）10時～12時、③10月

1日（金）・8日（金）19時～21時 ※いずれも雨天中止。観観①東小松川公園に集合し、向島百花園までのウォーキング（東京スカイツリーを経由）／②タワーホール船堀前に集合し、富岡八幡宮までのウォーキング／③総合文化センター前に集合し、ストックウォーキングの実践 観40歳以上の方 観1回10円 ※①は別途入園料150円（65歳以上は70円）が必要。観運動着、飲み物、昼食（①②に参加する方） 観中央スポーツ連絡協議会・連見☎090（2456）6696

ウェイトトレーニング講習会

図9月25日（土）18時15分から 区内在住または在勤・在学の16歳以上で、ウェイトトレーニングを新たに始める方 観運動着、室内用運動靴、住所（区外在住の方は勤務先・学校）の確認ができるもの、写真（縦3cm×横2.5cm、背景なし）2枚 観観◎グリーンパレス☎（5662）7687

小松川さくらホール水泳教室

いずれも区内在住または在勤・在学の18歳以上の方が対象です。図10月12日～11月30日の毎週火曜（11月23日を除く全7回） 観観観下表のとおり 観各1400円 観観観往復ハガキにコース名・住所（在勤の方は勤務先、在学の方は学校名も）・氏名（フリガナ）・年齢・性別・電話を記入し、9月30日（木）までに郵送（必着）、〒132-0034 小松川3～6～3 小松川さくらホール☎（3683）7761 ※重複申し込みは無効。

コース名・内容・対象	時 間	定員（抽選）
アクアピクス 水中で音楽に合わせて行う運動	10時30分～11時25分	50人
四種目基礎練習 クロールを含む2種目以上で25m以上泳げる方が対象	12時55分～13時55分	30人
水中ウォーキング 水の浮力・抵抗を使って行う水中エクササイズ		15人
初級・中級 泳げない方～25m泳げる方対象	18時55分～20時25分	50人

スポーツセンター「サトコ水泳教室」

オリンピックメダリストの竹宇治聰子さんと楽しく泳ぎませんか。図毎週火曜13時30分～16時（月4回） 観高校生相当以上の水泳初心者～上級者 観月4000円 ※1回1500円での参加も可。観観観スポーツセンター☎（3675）3811

水辺のスポーツガーデンの教室
「青空ヨガ、青空太極拳」

図9月27日（月）、10月4日（月）・18日（月）（各全3回） ※予備日は10月25日（月）。観観青空ヨガ⇒10時～11時、青空太極拳⇒11時～12時 観18歳以上の方各50人（申込順）

観1回500円 観観観9月2日（木）10時から電話または窓口で、水辺のスポーツガーデン☎（5636）6550

総合体育館の教室

各教室とも区内在住または在勤・在学の方が対象です。一般とは高校生相当以上の方です。
からだいきいき体操教室 図①10月4日～12月20日の毎週月曜（10月11日を除く全11回）、②10月6日～12月22日の毎週水曜（11月3日・10日を除く全10回） 観9時30分～10時30分 観ストレッチや指を使った脳の体操ほか 観各30人（抽選）観①4400円、②4000円

親子で遊ぶ教室

コース名	曜 日	開始時間	定員（抽選）
6か月～2歳児（一般）	火	13時	60組
1歳6か月～2歳6か月	木	9時30分	各40組
2歳～3歳児		10時45分	

※時間はいずれも1時間です。

図火曜⇒10月5日～12月21日（11月23日を除く全11回）／木曜⇒10月7日～12月16日（全11回） 観お子さんと保護者2人1組 観各4400円

コース名（対象）	曜 日・区分	開始時間	定員（抽選）
初めてプール（一般）	月・午後	13時	15人
らくらくウォーキング（一般）	火・午前 水・午後 木・午後	9時20分 13時	各20人
アクアピクス（一般）	月・夜間 水・午前 木・午前	20時 11時20分 10時20分	各50人
初級（一般、クロールと背泳ぎで25m泳ぐことを目指す方）	月・午後 火・午前 木・午前 木・午後 木・夜間 金・午後 金・夜間	13時 9時20分 11時 13時 19時40分 13時 19時40分	各15人
4種目基礎（一般、クロールと背泳ぎで25m泳げる方）	月・午後 火・午前 水・午後 木・午前 木・午後 木・夜間 金・午後 金・夜間	13時 9時20分 13時 10時50分 13時 19時40分 13時 19時40分	各15人 各30人
上級（一般、4種目で25m泳げる方）	水・午後	13時	15人
親子（2歳6か月以上の幼児と保護者、2人1組）	水・午前 水・午後	10時10分 16時25分	各30組
小・中学生	月・午後 木・午後 金・午後	16時20分	各75人

※時間は、アクアピクス、親子が50分、そ

のほかが1時間10分です。

図10月1日～12月22日の毎週各曜日（各全10～12回・除外日あり） 観3000円～4800円

スタジオ教室

コース名（対象）	曜 日	開始時間	定員（抽選）
パワーヨガ（一般）	月	19時30分	各45人
ピラテス（一般）	木	19時	
Jr.バレエ（小・中学生）	火		30人
キッズチアリーディング（小学1～3年生）	水	17時	20人
Jr.ヒップホップ（小学1～4年生）	金	16時50分	各30人
Jr.ヒップホップ（小学5年～中学生）		17時50分	
親子ふれあい体操（2・3歳児と保護者、2人1組）	月・金	9時30分	各30組
幼児体操（年少児）	木		
幼児体操（年中児）	火	15時30分	各30人
幼児体操（年長児）	水・金		

※時間はJr.ヒップホップが50分、そのほかが1時間です。

図10月4日～12月24日の毎週各曜日（各全10～12回・除外日あり） 観3000円～4800円
《観観観》往復ハガキに希望教室名・コース名（水泳教室は曜日・区分、スタジオ教室は曜日も）・住所（在勤の方は勤務先、在学の方は学校名も）・氏名（フリガナ）・年齢（学年）・電話を記入し、9月10日（金）までに郵送（必着）または持参、〒133-0043 松本1～35～1 総合体育館☎（3653）7441 ※申し込みは各教室1枚まで。

西葛西テニスコートの教室

ジュニアテニススクール 図9月18日～10月23日の毎週土曜（全6回） ※予備日は10月30日・11月6日。観観⑦7時50分～9時⇒小学1～4年生36人、②8時50分～10時⇒小学5年～中学生30人 ※いずれも抽選。観①4800円、②5200円

ジュニアプレイヤーズ教室（選手コース） 図9月21日からの毎週火曜19時～21時（1クール4回） 観小学5年生～高校生相当の方20人（抽選） 観1クール6650円
《観》運動靴、ラケット ※ラケットは貸し出しあり（1回200円・要予約）。《観観観》往復ハガキに教室名・ジュニアテニススクールはコース番号（①または②）・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話・ジュニアプレイヤーズ教室はテニス歴を記入し、9月8日（木）までに郵送（必着）、〒134-0088 西葛西8～17～1 西葛西テニスコート☎（3687）1721

発達障害のあるお子さん向けの余暇教室 図観①9月18日（出）・11月20日（出）⇒パンブくり、②10月3日（日）・11月7日（日）・12月5日（日）⇒パソコン講習 ※1回2時間程度。 観発達障害のある小・中学生各日3人程度（申込順） ※いずれも保護者同伴。 観①2000円、②1000円 観江戸川区 観観観観9月2日（木）10時から電話で、NPO法人ぶるーる（東葛西6～6～5～201）☎（6808）4630

フラッグフットボール講習会と交流大会

図観①講習会⇒9月4日（出）・18日（出）、10月

月2日（出）・16日（出）、11月6日（出）・20日（出）10時～12時／②講習会⇒9月25日（出）、10月9日（出）・23日（出）、11月13日（出）10時～12時／③交流大会⇒11月21日（日）9時～16時 観観①③水辺のスポーツガーデン、②新左近川親水公園駐車場2階広場 観小学生と保護者 観①②1回1500円（初回は無料）、③1500円 観江戸川区 観観江戸川区アメリカンフットボール連盟・逆井☎090（3060）7183

ソフトテニス連盟ジュニア教室

図10月～23年3月の土曜10時～12時（月3回程度） 観谷河内テニスコート 観小学3～6年生20人（抽選） 観8000円（保険代を含む） 観江戸川区 観観観往復ハガキに住所・氏名・生年月日・学校名・学年・保護者氏名・電話を記入し、9月11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

地域包括支援センター介護予防教室

健康でいきいきと暮らしていくための教室です。 図9月13日（月）14時～15時30分 観松江区民プラザ 観自宅で行える介護予防体操 観観清心苑☎（3655）6117

認知症高齢者グループホーム
介護者交流教室

図9月13日（月）13時～14時30分 観コミュニティプラザザエ江 観認知症になった方を介護する家族の悩み相談会 観観グループホームあじさい☎（3804）2585

初心者のための茶の湯教室

図10月20日～23年3月の水曜（全12回） 観①14時～16時、②19時～21時 観総合文化センター2階和室 観茶の点て方・飲み方 区内在住または在勤の方各20人（抽選） 観月3500円 観①小野雄仙、②長崎宗美 観江戸川区 観往復ハガキに教室名・希望時間・住所・氏名・年齢・電話を記入し、9月30日（木）までに郵送（必着）、〒132-8501（住所不要） 文化課推進係 観江戸川区華道茶道協会・石田☎（3657）8569

発達障害のあるお子さん向けの余暇教室

図観①9月18日（出）・11月20日（出）⇒パンブくり、②10月3日（日）・11月7日（日）・12月5日（日）⇒パソコン講習 ※1回2時間程度。 観発達障害のある小・中学生各日3人程度（申込順） ※いずれも保護者同伴。 観①2000円、②1000円 観江戸川区 観観観観9月2日（木）10時から電話で、NPO法人ぶるーる（東葛西6～6～5～201）☎（6808）4630



小岩図書館「おはなし会スペシャル」

図9月11日（土）14時から 観ちよっとこわくておもしろいおはなし会 観幼児（保護者同伴）～小学生 観佐藤凉子 観観◎小岩図書館☎（3672）0251

グリーンパレス「おはなし会」

図9月4日（土）14時30分～15時 観◎2階こども図書室 観「やまばあさんの恩返

し」 観幼児（保護者同伴）～小学生20人（先着順） 観おはなしこぼこ 観グリーンパレス☎（5662）7687

中央図書館「おはなし会」

図9月8日（木）10時30分～11時 観3歳以下のお子さんと保護者15組（先着順） 観おはなしねむの木・清水典子 観観◎中央図書館☎（3656）6211

松江図書館「子ども映画会」

図9月5日（日）14時から 観◎松江区民プラザ 観「うずらちゃんのかくれんぼ」ほか 観幼児（保護者同伴）～小学生 観松江図書館☎（3654）7251

篠崎図書館の特別映画会「鉄道シネマ」

図観9月4日（土）14時から（13時30分開場、上映時間1時間15分）⇒「キートンの大列車追跡」／9月18日（土）14時から（13時30分開場、上映時間1時間22分）⇒「上海特急」 観◎篠崎文化プラザ 観各70人（先着順） 観篠崎図書館☎（3670）9102

総合文化センターの公演

江戸川プレミアム・クラシックス アンサンブル・ウィーン～ホーネックとウィーンの仲間たち～ まもなく発売！ 図12月15日（木）19時開演 観小ホール 観5000円 観9月11日（出）9時から⇒総合文化センターの窓口で／10時から⇒チケットぴあ（0570）029999／13時から⇒総合文化センターのホームページで ※完売しなかった場合、12日（日）10時から総合文化センターの電話でも受け付け。
◎**お得なセットチケットを発売！** 上記公演と23年2月5日（出）に行われる「錦織健テノール・リサイタル」がセットになったチケットを、9月11日（出）9時から総合文化センターの窓口で発売します（電話での受け付けは12日（日）10時から）。 観9000円
《観》総合文化センター☎（3652）1111

タワーホール船堀の公演

亀淵友香&VOJA ゴスペルコンサート まもなく発売！ 図12月3日（金）19時開演 観5階大ホール 観3800円 観観9月12日（日）9時から⇒タワーホール船堀の窓口で／13時から⇒タワーホール船堀のホームページで ※完売しなかった場合、13日（月）10時から電話でも受け付け、タワーホール船堀☎（5676）2211

地域包括支援センター介護者交流会

在宅で熟年者を介護している家族の方が対象です。 観観各申込先へ電話で

テーマ	日時（9月）	会場	申込先
茶話会～男性介護者の集い～	15日（木）14時～15時30分	小松川区民館	第二ウエル江戸川☎（5858）2352
上手な介護サービスの使い方	17日（金）13時30分～15時	清心苑	清心苑☎（3655）6117

第27回江戸川伝統工芸展

図9月9日（木）～14日（火）10時～18時（14日は17時まで） 観タワーホール船堀1階展示ホール1 観江戸川区ほか 観観江戸川区伝統工芸会・篠原☎（3670）2512

第10回江戸川区太鼓連盟発表会・第8回盆太鼓日本コンテスト

図9月26日（日）10時30分開演 観◎タワー

ホール船堀5階大ホール 観800円（前売り600円） ※未就学児は無料。観江戸川区 観観江戸川区太鼓連盟・清水順次☎090（3450）4666

江戸川マラソン大会
ボランティア募集

図10月24日（日）8時～13時 観陸上競技場 観大会運営の補助 観観9月10日（金）までに電話で、スポーツ係☎（5662）1636

選挙管理委員会からのお知らせ

新たに選挙人名簿に登録された方の名簿が確認できます 9月2日（木）に次の方を新たに選挙人名簿に登録します。観①3月24日～6月1日に江戸川区に転入の届け出をし、引き続き区内に居住し、9月1日（木）現在、20歳以上の方／②平成2年7月13日～9月2日に生まれた方で、9月1日（木）現在、引き続き区内に3か月以上居住している方 図9月3日（金）～7日（火）8時30分～17時 ※在外選挙人名簿も縦覧できます。
東京海区漁業調整委員会委員選挙の選挙人名簿記載申請 次の要件を満たす方の申請に基づき、選挙人名簿を調整します。 観平成2年12月6日以前に生まれた方で、9月1日（木）現在、区内に住所または事業所を有し、1年に90日以上漁船を使用する漁業を営む方、または漁業者のため漁船を使用して行う水産動植物の採捕・養殖に従事する方 申請期限＝9月3日（日）
《観観観》選挙管理委員会事務局（区役所西棟5階）☎（5662）5553

南小岩コミュニティ会館サークル発表会
フリーマーケット出店者募集

図10月23日（出）9時～15時 観40店舗（抽選・1店舗2m×2m） 観かるがもひろば（会館前） 観1000円 観南小岩コミュニティ会館サークル連絡会 観観観往復ハガキに具体的な出店内容・住所・氏名・電話を記入し、9月30日（木）までに郵送（必着）、〒133-0056 南小岩7～17～10 南小岩コミュニティ会館☎（5668）2241

行政書士による相続遺言の手続き・くらしの無料相談

意見がある方は意見書を提出できます。 縦覧期間＝9月3日（金）～17日（金） 縦覧場所＝①都市計画課（区役所第三庁舎1階）、②瑞江駅北部土地区画整理事務所（瑞江1～30～7） ※②は土・日曜も縦覧可。意見書提出期間＝9月3日（金）～24日（金） ※土・日曜、祝日を除く。意見書提出先＝都市計画課 観都市計画係☎（5662）6369、瑞江駅北部土地区画整理事務所☎（3678）6751

瑞江駅北部土地区画整理事業
事業計画変更案の縦覧

意見がある方は意見書を提出できます。 縦覧期間＝9月3日（金）～17日（金） 縦覧場所＝①区画整理課（区役所第二庁舎1階）、②瑞江駅北部土地区画整理事務所（瑞江1～30～7） ※②は土・日曜も縦覧可。意見書提出期間＝9月3日（金）～10月1日（金） 意見書提出先＝東京都区画整理課（〒163-8001 新宿区西新宿2～8～1 都庁第二庁舎）☎（5320）5444 観瑞江駅北部土地区画整理事務所☎（3678）6751

9月は固定資産税・都市計画税
第2期分の納期です

6月に発送した納付書により、金融機関または都税事務所で、9月30日（木）までに納めてください。なお、コンビニエンスストアや、ペイジーマークの付いている金融機関などのATM、パソコン、携帯電話からも納付できます。 観江戸川都税事務所☎（3

654）2151 ※納付には口座振替が便利です。詳しくは東京都納税推進課☎（5912）7520にお問い合わせください。

ほっとワークえどがわミニ面接会

一般・パート採用を行う区内外の事業所の人事担当者と面接ができます。 図9月16日（木）13時30分～16時 観タワーホール船堀3階産業振興センター 観1社10人程度（申込順） 観履歴書（写真貼付） 観観ほっとワークえどがわ☎（5662）0359 ※当日の申し込みは不可。

鹿骨健康サポートセンター
臨時職員（栄養士）募集

雇用期間＝10月25日（月）～11月26日（金） 勤務日数＝10日程度（土・日曜、祝日を除く） 観1日6時間程度 観国民健康栄養調査に関わる訪問調査および集計調査事務ほか 観栄養士または管理栄養士の資格を有する方若干名 報酬（日額）＝1万円 ※交通費の支給はなし。観観観履歴書（写真貼付）と栄養士免許または管理栄養士登録証の写しを9月14日（火）までに郵送（必着）または持参、〒133-0073 鹿骨1～55～10 鹿骨健康サポートセンター☎（3678）8711 ※書類選考の上、面接を実施。

南小岩コミュニティ会館サークル発表会
フリーマーケット出店者募集

図10月23日（出）9時～15時 観40店舗（抽選・1店舗2m×2m） 観かるがもひろば（会館前） 観1000円 観南小岩コミュニティ会館サークル連絡会 観観観往復ハガキに具体的な出店内容・住所・氏名・電話を記入し、9月30日（木）までに郵送（必着）、〒133-0056 南小岩7～17～10 南小岩コミュニティ会館☎（5668）2241

行政書士による相続遺言の手続き・くらしの無料相談

意見がある方は意見書を提出できます。 縦覧期間＝9月3日（金）～17日（金） 縦覧場所＝①都市計画課（区役所第三庁舎1階）、②瑞江駅北部土地区画整理事務所（瑞江1～30～7） ※②は土・日曜も縦覧可。意見書提出期間＝9月3日（金）～24日（金） ※土・日曜、祝日を除く。意見書提出先＝都市計画課 観都市計画係☎（5662）6369、瑞江駅北部土地区画整理事務所☎（3678）6751

「身元不明相談所」を
開設します

家を出して長い間所在がわからない方や、犯罪や事故に巻き込まれているおそれがある方がいたらご相談ください。 図観9月30日（木）までの9時～16時30分⇒監視庁1階身元不明相談室（千代田区霞が関2～1～1）、浅草警察署観音前警備派出所（台東区浅草2～3～1）／9月14日（火）～24日（金）9時～16時⇒巣鴨とげぬき地蔵尊高岩寺会館（豊島区巢鴨3～36～1） 観監視庁身元不明相談室☎（3592）2440

証明書自動交付機の利用休止

9月11日（出）は、区役所本庁舎の保守点検による停電のため、区内すべての証明書自動交付機が15時まで利用できません。 観住基管理係☎（5662）1698

休館のお知らせ

☆スポーツランド☎（3677）1711⇒9月9日（木）・10日（金）＝館内消毒などのため ☆グリーンパレス☎（5662）7687⇒9月11日（土）17時～12日（日）＝設備点検などのため

● 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 ● 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

穂高荘 12月25日（土）は生バンド演奏によるXmasダンスパーティーを開催！ また、12月の穂高号は、国営アルプスあづみの公園のイルミネーションにご案内します（12月25日まで、月曜出発分を除く）。 図観穂高荘予約センター☎（5662）7051

塩沢江戸川荘～南魚沼産コシヒカリ入荷～

地元農家直送の南魚沼産新米コシヒカリを9月下旬から販売します。 地方発送も承ります。 図観塩沢江戸川荘☎025（783）4701

がん検診

種 類・対 象		受 診 方 法 ・ 会 場
胃がん[X線] 治療中・妊娠中（可能性含む）の方を除く	30歳以上	電話で予約し、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 予約電話 ☎(5676) 8818 予約受付時間（祝休日を除く）月～土曜 8時45分～17時
乳がん[超音波][触診] 授乳中・妊娠中（可能性含む）の方を除く	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ご確認ください）へ
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	40歳以上	▷保健所・健康サポートセンター⇨月～金曜 ▷江戸川区医師会医療検査センター⇨月～土曜 ▷区内指定医療機関⇨診療日
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	40歳以上	直接、江戸川区医師会医療検査センターへ 月～土曜 { 9時～11時 13時～15時
肺がん[X線][喀痰細胞診] 妊娠中（可能性含む）の方を除く	40歳以上	
前立腺がん[血液検査] 4月～23年3月に60・65・70歳になる方	40歳以上	

※年1回受診できます（子宮（頸）がんは2年に1回）。受診日は祝休日を除く。結果通知は1か月以内に郵送します。

◎「女性特有のがん検診」対象の方に、無料クーポン券・検診手帳を送付しています。予約の上、早めに受診しましょう。

☎ 健康推進課推進係 ☎(5661) 2462

高次脳機能障害専門相談会

高次脳機能障害は、頭部のけがや脳卒中などにより、「性格が変わってしまった」「外出先から戻れない」など、日常生活が困難になる障害です。症状が思い当たる方を対象に、専門家による相談会を開催します。

☎ 9月17日（金）13時30分～15時30分

場 申 問 9月2日（木）10時から電話で、地域活動・相談支援センターかさい（中葛西2～8～3） ☎(5679) 6445

薬剤師会健康講座

「医師や薬剤師との上手な付き合い方」

目まぐるしく変化する医療現場で賢い患者になるための秘訣を、記者の視点で語ります。

☎ 9月12日（日）13時30分から

場 道 タワーホール船堀303会議室

人 45人（先着順）

師 読売新聞東京本社・渡辺勝敏

☎ 問 江戸川区薬剤師会 ☎(5607) 1535

こころの健康相談

専門医が個別に相談に応じます。最寄りの会場へ電話でお申し込みください。

会場・申込先		日 程		時 間
		9月	10月	
健康サポートセンター	中 央	1日（水）	6日（水）	9時から
		28日（火）	——	13時30分から
		——	28日（木）	14時から
	小 岩	10日（金）	——	13時30分から
		——	14日（木）	14時から
		17日（金）	15日（金）	9時30分から
	東 部	16日（木）	21日（木）	14時から
		——	22日（金）	9時30分から
		3日（金）	1日（金）	13時30分から
	清 新 町	22日（水）	——	13時30分から
		21日（火）	19日（火）	9時30分から
		30日（木）	28日（木）	13時30分から
	葛 西	——	6日（水）	13時30分から
		27日（月）	25日（月）	14時から
		15日（水）	13日（水）	13時30分から
	鹿 骨	——	27日（水）	14時から
		8日（水）	13日（水）	14時から
		22日（水）	——	14時から

熟年男性料理栄養教室

食は健康の基本！ いつまでも元気で過ごすため、料理や栄養の基本を学びませんか。

☎ 9月10日（金）・17日（金）・24日（金）10時30分～13時30分（全3回）

場 グリーンパレス4階料理講習室

人 調理経験が少なく、初めて受講する60歳以上の男性36人（申込順）

費 1500円（材料費）

申 問 9月2日（木）9時から電話で、中央健康サポートセンター ☎(5661) 2467

精神保健講演会

「うつ病とは？」

☎ 9月24日（金）14時～16時

場 総合文化センター2階会議室

内 うつ病の症状、治療法 ほか

人 区内在住または在勤の方60人（申込順）

師 都立精神保健福祉センター・田中祐

申 問 9月2日（木）9時から電話で、精神保健係 ☎(5661) 2465

長寿健診

75歳以上の方を対象に長寿健診を実施しています。受診の際は、7月末に送付した受診券と、同封の「生活機能に関する基本チェックリスト」を必ず記入の上、持参してください。

☎ 10月31日（日）まで（休診日を除く）

場 区内指定医療機関

内 問診、生活習慣病などの検査、生活機能に関するチェック、胸部X線撮影

人 昭和10年7月31日以前に生まれた方

※65歳以上で、後期高齢者医療制度に加入している方も対象です。

◎詳しくは受診案内をご覧ください。

☎ 健康推進課推進係 ☎(5661) 2462

自立支援セミナー

外出体験リハビリ教室

自分の力でできることを増やして、毎日を活動的に過ごしましょう。理学療法士とともに歩行や階段昇降、公共交通機関の利用体験を行います。

☎ 9月28日～12月21日の毎週火曜 9時30分～11時（11月23日を除く全12回）

人 区内在住の概ね75歳までの方で、身体に障害があるために外出が困難な方

※外出に車いすを利用する方や介助が必要な方も参加できます。

費 1回200円

場 申 問 9月2日（木）9時から電話で、中央健康サポートセンター ☎(5661) 2467

※受け付け後に面接を実施します。

言語リハビリ教室

区内在住で、脳卒中後遺症などによる言語障害がある方のための通年開催の教室です。詳しくは希望の会場へお問い合わせください。

☎ 月1回月曜13時30分～15時

内 言語聴覚士を中心としたグループ訓練

費 1回200円

場 申 問 清新町健康サポートセンター ☎(3878) 1221／鹿骨健康サポートセンター ☎(3678) 8711



サタデーネットヨガ

毎月第1・3水曜18時～20時／タワーホール船堀／入会金1000円／1回1500円／高橋 ☎(3670) 8955

全日本伝統居合道連盟

江戸川支部

毎週火・金曜17時～19時／松江第一中（小体育館）／月1500円／池上 ☎090(4014) 9087／中学生以上対象

健康体操

マイペース小松川土曜会

毎週土曜10時30分～12時30分／小松川さくらホール／入会金1000円／月5000円／浜野 ☎(3682) 8039

健康体操 サプナ21ゆめ

毎週金曜13時30分～16時／コミュニティプラザ之江／入会金1000円／月1500円／田中 ☎080(1197) 9850

よさこいソーラン 凛

毎週金曜19時～21時／小岩アーバンプラザ／入会金1000円／月2000円／大塚 ☎090(3428) 6734

社交ダンス 夢

毎週日曜13時～15時／グリーンパレス／入会金1000円／月3000円／伊藤 ☎080(5451) 1150＝13時～15時

ベリーダンスサークル

ヤスミン

毎週月曜19時～20時30分／小岩アーバンプラザほか／入会金3000円／1回1600円または月6000円／高橋 ☎090(6308) 9466＝13時～14時または21時～22時

料理 サークル木暮会

毎月第2金曜18時30分～21時

／グリーンパレス／入会金1000円／月2000円／前田 ☎(3652) 2861

英会話を楽しむ会

毎月第2・4金曜13時～15時／小松川区民館／費用はなし／野田 ☎(3617) 2080

童謡・世界の歌を歌う会

毎週火曜14時15分～16時／東小岩6丁目の施設／入会金2000円／月2300円／星野 ☎090(9248) 8957

合唱 うたうーまん

月3回金曜10時30分～12時／西葛西図書館ほか／入会金500円／月3000円／高崎 ☎090(4296) 9419／お子さんの保育あり（有料）

シャンソン・カンツォーネ

ラ・メール

毎月第1・3土曜10時～12時30分／臨海町コミュニティ会館／入会金1000円／月3500円／川井 ☎(3675) 1784

ハーモニカ

スカイハーモニーク江戸川

毎月第2・4火曜18時30分～20時45分／第三松江小／月3000円／上條 ☎(3654) 6020

大正琴 さくら会

毎月第1・3木曜14時～16時／鹿骨区民館／入会金2000円／月2500円／田島 ☎(3679) 6859＝12時～13時または19時以降

着物着付愛好会

毎週水曜13時30分～20時30分／小岩区民館／入会金2000円／月2500円／五十嵐 ☎(3653) 3919／女性対象

端唄・小唄・三味線

ほほえみ会

毎月第1・3・5土曜17時30分～20時30分／清新町コミュニティ会館／月3000円／伊藤 ☎(3689) 9886＝19時以降

親子サークル

小松川ぽぽちゃん

月3回金曜 9時50分～12時10

分／小松川さくらホール／入会金2500円／月1800円／倉部 ☎(3637) 2755＝19時～21時／1～3歳の未就園児と保護者対象

小岩陶芸会

月2回土曜13時30分～16時30分／小岩区民館／入会金2000円／月3000円／横田 ☎090(9381) 5493＝18時以降

俳句 槐の会

毎月第1日曜13時～15時30分／グリーンパレス／月1000円／北尾 ☎(3674) 7801＝17時以降

俳句 サークルつくも会

毎月第2・4金曜 9時～11時／小岩区民館／入会金1000円／月1500円／福澤 ☎(3659) 5734＝18時～21時／60歳以上対象

日時／会場／費用／連絡先＝電話の時間指定／そのほかの順で掲載しています。

活動の内容など詳しくは、直接サークルにご確認ください。

☎ 編集係 ☎(5662) 0403

おくすり相談窓口（予約制）

薬に関する疑問などを窓口で相談できます。☎ 月～金曜10時～12時・13時～16時 ※祝休日を除く。場 申 問 江戸川区薬剤師会 ☎(0120) 093490

健康大好き

健康推進課
☎(5661)2462
健康サービス課
☎(5661)2466
保健予防課
☎(5661)2464

生活衛生課
(食品・環境衛生関係)
☎(3658)3177

健康サポートセンター

中 央 ☎(5661)2467
小 岩 ☎(3658)3171
東 部 ☎(3678)6441
清新町 ☎(3878)1221
葛 西 ☎(3688)0154
鹿 骨 ☎(3678)8711
小松川 ☎(3683)5531
なぎさ ☎(5675)2515

◎特に記載のない場合、費用は無料です。

凡例
日時(日程)

時間

場所

内容

人定員(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

ホームページ

医学メモ インフルエンザ

インフルエンザは、インフルエンザウイルスの感染によって起こる病気です。ウイルスは大きく分けて、A型・B型・C型の3種類あります。特にA型は変異しやすく、去年猛威を振るった新型インフルエンザもA型が変異したものでした。どの型も潜伏期間が1～3日間と短く、強い感染力が特徴です。主な症状としては、38～40度の高熱や頭痛、筋肉痛などがみられます。通常の風邪と比べ、症状が重く、高齢者がかかると肺炎を併発し、重症化すると死に至ることもあります。また、乳幼児がかかると、脳炎や脳症を併発するおそれがあります。

こうした症状が表れ、感染が疑われる場合、病院・診療所では、インフルエンザウイルスに感染しているかどうかを迅速診断キットで判定します。その結果、感染が判明しても、発症後48時間以内にタミフルやリレンザなどの抗ウイルス薬を投与すれば、ほとんどの方は24時間以内に解熱などの効果が表れます。

抗ウイルス薬を利用した治療法も確立していますが、インフルエンザに感染しないためには、日常生活での予防が基本です。「流行期には人込みを避ける」「うがいと手洗いを」「室内の乾燥を避けて湿度を保つ」「栄養と休養を十分取って体力をつける」などを心掛け、流行期を迎える前には予防接種を受けましょう。

江戸川区医師会

(HP <http://www.edogawa-med.jp/>)

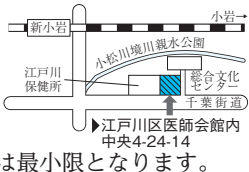
休日急病診療

- ◎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22・23年度くらしの便利帳」186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ころで行っています。聴覚に障害のある方はファクシミリをご利用ください。
- ▷江戸川区医師会テレホンセンター＝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)5151/②☎(3651)5270

※応急処置のため、薬の処方是最小限となります。



熟年者対象 インフルエンザ(新型・季節性混合) 予防接種

●対象・接種票の交付

▷65歳以上の方⇒9月末に接種票を郵送します。ただし、11月2日(火)～12月31日(金)に65歳の誕生日を迎える方へは、誕生月の初めに郵送します(65歳になる月、または前月に江戸川区に転入した方は、お問い合わせください)。

※65歳になる方は、誕生日の前日以降でないと接種できません。

▷60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・肝臓・呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害で身体障害者手帳1級をお持ちの方⇒電話でお申し込みください。

●接種期間 10月1日(金)～23年1月10日(祝)

●自己負担額 2200円

※生活保護受給中の方、または「中国残留邦人等の円滑な帰国の促進及び永住帰国後の自立の支援に関する法律」による支援給付受給中の方は無料です。郵送された接種票を持参し、生活援護第一課・第二課・第三課の窓口で手続きしてください(第二課・第三課は生活保護受給者のみ)。

◎接種票による接種は一回限りです。

◎接種期間などは、今後変更になる場合があります。

◎熟年者以外の方のインフルエンザ予防接種については、10月1日号の広報えどがわでお知らせします。

申問 健康サービス係 ☎(5661)2473

9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間です

◆「朝ごはんを食べて、1日元気に」

朝ごはんは、基礎代謝を高め、脳の働きを活発にさせます。朝ごはんを抜くと、体脂肪を蓄積しやすい体質になります。生活習慣病の予防のためにも、朝ごはんを食べてみましょう。

◆栄養相談日(予約制)

健康サポートセンターでは、毎月、栄養相談日(右表)を設け、栄養士が食生活のアドバイスを行っています。各健康サポートセンターへお気軽にご相談ください。

物忘れ相談

物をよく置き忘れるなど、物忘れが気になる方の相談に専門医が応じます。各会場へ電話でお申し込みください。

申込先・会場	日程(9月)	時 間
健康サポートセンター	清 新 町	3日(金) 14時から
	鹿 骨	8日(水) 13時30分から
	小 松 川	15日(水) 13時30分から
	東 部	16日(木) 9時30分から
	な ぎ さ	22日(水) 14時から
	鹿 骨	27日(月) 14時から
	中 央	28日(火) 13時30分から

神経難病検診

日 10月3日(日)9時から

内 専門医による診察・療養相談

人 パーキンソン病・進行性筋萎縮症などの神経難病やその疑い(しびれ、麻痺、歩行・言語障害など)のある方35人程度(申込順)

※脳卒中の後遺症や変形性骨関節症疾患の方はご遠慮ください。

場申問 9月2日(木)～8日(水)9時～17時(土・日曜を除く)に電話で、江戸川区医師会 ☎(3652)3166



休日急病当番医

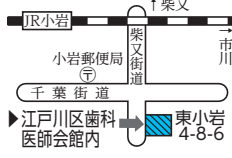
9月5日

- 小 千葉クリニック 北葛西1-14-23 ☎(3680)4035
- 山本小児クリニック 中葛西3-11-20 ☎(3688)8600
- 内 桂医院 平井1-17-4 ☎(3682)3035
- 小 西平医院 北小岩3-1-19 ☎(3657)2732
- 内 高野医院 篠崎町4-12-12 ☎(3670)7550
- 眼 平嶋胃腸科眼科 東瑞江1-26-13 ☎(3698)1241
- 耳鼻 赤上医院 南小岩7-18-13 ☎(3657)1435

休日歯科応急診療

9月5日

- ◎診療時間⇒9時～17時
- ◎電話またはファクシミリで予約のうえ、16時30分までにお越しください。休日専用=☎・FAX(3672)8215



休日応急当番接(整)骨院

◎施術時間⇒9時～17時

9月 山口整骨院 一之江4-1-33 ☎(3651)4079

5日 三恵接骨院 西小岩2-19-15 ☎(3673)6121

◎受診の際は必ず健康保険証などを持参してください。

成人歯科健診実施中

区内指定歯科医院(ステッカーが貼ってあります)に直接予約し、受診してください。

日 11月30日(火)まで

内 虫歯や歯肉炎など、口の健康に関する検査

人 昭和15・20・25・30・35・40・45・50・55・60年、平成2年生まれの方

費 無料(治療は有料)

問 健康推進課推進係 ☎(5661)2462

おくすりホットライン ☎(0120)093490

薬に関する質問を専用電話で受け付けます。回月～土曜10時～16時 ※祝休日を除く。携帯・公衆電話からは利用不可。



広報

えどがわ

2010年
平成22年 9/1

特別相談 多重債務110番

来所でも電話でも相談できます。
回 9月6日(月)・7日(火)9時～16時
場 間 消費者センター(グリーンパレス1階) ☎(5662)7637

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/>

新川の「ロゴ」が決定しました！

新川千本桜事業のシンボルとなる文字ロゴとロゴマークが、多数の応募作品の中から、区民のみなさんの投票と、「新川千本桜の会」の選考により、右の3点に決定しました。

今後は商標登録を行い、新川にちなんだ商品などに使用する予定です。



▲受賞したみなさん(左から北嶋さん、今村さん、富貴島さん)

回 水と緑の推進係
☎(5662)8393

新川千本桜

北嶋和江さん作
(松江在住)



今村雅子さん作
(平井在住)



富貴島優子さん作
(葛飾区在住)

郷土資料室企画展

9月25日(土)～11月28日(日)

まわすみんぐ・つるすみんぐ・ドリーミング

～タイムカプセルに入れたい
20世紀の道具たち10～

郷土資料室が収蔵する民具の中から、回転させたり吊るしたりするものを集めました。

回 9月25日(土)～11月28日(日)9時～17時
※ 祝日を除く。

▲田に水を汲み上げる踏み車

場 郷土資料室(グリーンパレス3階)

一之江名主屋敷のイベント

10月2日(土)

椿の里の警女唄ライブ4

「警女」は、三味線を弾きながら歌い、語る、目の不自由な女性旅芸人です。

回 10月2日(土)18時～20時

場 一之江名主屋敷

人 70人(抽選) 月岡祐紀子

費 維持協力費100円(中学生以下は無料)

申 往復ハガキに催し名・参加者全員の氏名(2人まで)・代表者の住所および電話を記入し、9月21日(火)までに郵送(必着)、〒132-0031 松島1-38-1 文化財係 ☎(5662)7176 ※重複申し込みは無効。



住まいの耐震相談会

区内6会場で、耐震化に詳しい建築士が個別に相談に応じます。また、昭和56年5月31日以前に建築された建物を対象とする区の耐震助成制度の説明や、戸建て住宅の簡易耐震診断(無料)の受け付けも行います。

日程	会場
9月4日(土)	小岩区民館
9月18日(土)	グリーンパレス
10月2日(土)	東部区民館
10月16日(土)	鹿骨区民館
10月30日(土)	葛西区民館
11月13日(土)	小松川区民館

回 住宅課計画係
☎(5662)6387

更新手続き期間・会場
▽9月15日(水)～30日(木)9時～17時▽区役所5階503会議室
※土・日曜、祝日を除く。
※10月1日(金)以降は、障害者福祉課(区役所2階5番)で受け付けます。

回 自立援助係
☎(5662)0062
FAX(3656)5874

都営交通無料乗車券の更新

現在お持ちの「都営交通無料乗車券」の有効期限が「22年9月30日(木)」の方

①該当する手帳、②現在お持ちの乗車券 ※お忘れになると手続きができません。

※シルバーパスとの併用はできません。変更を希望する方は、パスと①をお持ちください。

回 区社会福祉協議会
☎(5662)5557

国勢調査は、日本に住むすべての人・世帯を対象とした調査です。日本やわがまちの未来を描いていくための、重要なデータとなります。ご協力をお願いします。

調査票の配付
9月下旬から「国勢調査員証」「国勢調査従事者用腕章」を携行した調査員が各世帯を訪問して調査票を配付します。

提出方法
次の3つから選べます。
▽江戸川区あての郵送
▽インターネットでの回答
▽調査員への封入提出
※詳しくは、調査員が訪問した際に説明します。

回 江戸川区国勢調査実施本部
☎(3804)0061

10月1日(金)は国勢調査の日です

長寿のお祝いをお届けします



身体障害者・知的障害者・戦傷病者・被爆者健康手帳をお持ちの方へ

長寿のお祝いを9月15日(水)までに民生委員がお届けします。お祝いの品は、区内共通商品券(3000円分)です。商品券は、区内共通商品券取扱店舗で10月1日(金)～31日(日)の間にご利用いただく、15%引きで買い物ができます。

回 9月15日(水)現在、75歳～99歳で区内に3か月以上居住している方
※9月15日(水)現在、区外の施設(病院・老人保健施設など)に1年以上入院・入所中の方は対象になりません。
◎期間中に受け取れない方
長寿のお祝いの配付に合わせて、「ひとり暮らし熟年者調査にご協力をお願いします。」
回 区社会福祉協議会
☎(5662)5557

防災を考える講演会



地震や大規模水害の恐ろしさ、発生した際の避難行動などを一緒に考えてみませんか。直接会場へお越しください。

回 上履き
災害対策課計画係
☎(5662)1992



「今、迫り来る大災害の危機」
回 下表のとおり
※10月末まで順次開催します。日程は、広報えどがわなどでお知らせします。

日程(9月)	時間	会場(※)
13日(月)	19時～20時45分	鹿本小
14日(火)	19時～20時45分	第五葛西小
18日(土)	14時～15時45分	上一色小
21日(火)	19時～20時45分	南小岩第二小 二之江第二小

※会場は体育館(第五葛西小・上一色小は多目的室)。

気づいてください！ 体と心の限界サイン

9月は東京都の自殺対策強化月間です。
回 精神保健係 ☎(5661)2465