

主な内容

- 2 面 児童虐待のない江戸川区を目指して 都営住宅・区営住宅入居者募集
- 3 面 2010介護フェア 塩沢江戸川荘・穂高荘 秋のきれいにし隊
- 8 面 秋の催しがいっぱい！

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/>

まちを元気にする 景観まちづくり

区では、「水と緑に育まれた江戸川らしい景観」を更によくするため、景観計画を策定しています。今後は、区民が主体となった地域活動がより充実するよう支援するとともに、区の顔となる場所の魅力を高めるまちづくりを行ってまいります。区民と区が連携して景観まちづくりを進め、まちを元気にしていきましょう。

☎ 都市計画課調整係 ☎(5662)6368

◆「江戸川らしさ」のある景観を区民と共に

景観まちづくりワークショップ

区民のみなさんの意見を景観計画に反映するため、まち歩きや勉強会を行い、活動プランなどについて議論を行ってきました。



▲ワークショップでは魅力ある景観づくりを議論

えどがわ百景実行委員会

よりよい景観づくりを目的に、区内18の関連団体で結成。えどがわ百景の募集・選考や景観シンポジウムを企画しました。今後も、景観まちづくりのための活動を行ってまいります。

景観計画策定委員会

区民や学識経験者、関係団体などが、まちの魅力を更に高める方策を検討・議論し、景観計画案を策定しました。

全国トップレベルの健全財政

～健全財政への取り組みの成果が着実に～

●実質公債費比率が2年連続全国1位

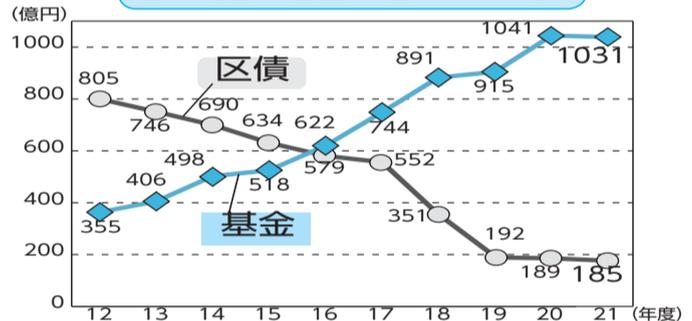
21年度決算に基づく健全化判断比率における実質公債費比率（マイナス2.5%）が、前年度に続き2年連続で全国1位になりました。これは、収入に対する借金返済の負担割合が全国一低いことを示しています。

●地方自治体バランスシートの比較で全国2位

財日本生産性本部が実施した地方自治体19年度決算のバランスシート（貸借対照表）の全国比較で、愛知県刈谷市に次いで全国2位の評価を受けました。

6つの評価項目のうち、「安定性」「世代間公平性」では全国1位の評価を受け、「将来世代に負担を回さない行政運営を行っている」と評価されています。

区債(借金)と基金(貯金)の残高の推移



☎ 財政課 ☎(5662)6148

景観シンポジウム

区民のみなさんがこれまで取り組んできた活動の紹介などを行います。「江戸川らしさ」を活かした景観まちづくりについて一緒に考えてみませんか。直接会場へお越しください。

◆「えどがわ百景」表彰式

自然やまちなみ、人々の営みなど、みなさんから応募していただいた863点の写真の中から、えどがわ百景に選ばれた作品の表彰を行います。



◆活動発表

「区民参加の景観まちづくり」

「景観計画策定委員会」や「景観まちづくりワークショップ」に参加した区民の方々の活動報告や活動プランの発表を行います。

◆劇による実践発表

「景観まちづくり学習」

第五葛西小学校5年生のみなさんが、地域の今昔を学び、未来のまちを創造した成果を劇で発表します。

◆対談

「江戸川らしい風景」

「景観計画策定委員会」、「えどがわ百景実行委員会」委員長の進士五十八氏（東京農業大学名誉教授・農学博士＝写真）と多田正見江戸川区長が、江戸川区の景観について語ります。



日時 11月11日(木)13時30分～16時 (入場無料) 会場 タワーホール船堀 5階大ホール

江戸川区長 多田正見
区では2年に一度、区民世論調査を実施しています。先日、今回実施した調査の結果がまとまりました。「永住意向」は前回を上回る78.8%、これは、他区と比べても高い水準であり、大変うれしいことです。区政や暮らし全般に対する満足度も大きく上昇しています。中でも高い評価を頂いたのが、「公園や水辺の整備」です。本区の公園面積は約756haで23区1位を誇ります。2位の江東区と3位の足立区を足しても及ばない、圧倒的な広さです。まさに「水と緑のまち江戸川区」です。また、「買い物」の満足度も59.5%と、前回から7ポイント近く上昇しました。これは、区内商店街のみなさんの努力の証だと思えます。今後推進してほしい施策としては、防犯対策、高齢者福祉、子育て支援、震災が挙げられます。確かにいづれも重要課題で、これからはますます拡充を図っていかねばなりません。ただ、今回の調査結果を見て思うのですが、2年前と比べて、総じて区政への評価が高まっていることが感じられます。これは、「わがまち江戸川区」を思う、区民のみなさんと区の協働による努力の成果だと思えます。



児童虐待のない江戸川区を目指して

今年1月に発生した児童虐待死亡事件を受け、区では体制を充実し、取り組みを強化してきました。今後も、区民のみなさんと共に、児童虐待ゼロを目指し、早期発見・対応により再発防止に努めていきます。



子ども家庭支援センター ☎(3877)2460

- 児童虐待の通報や相談を受け付ける専用ダイヤル「児童虐待SOS」の職員を増強しました。
- 通報・相談は、原則全件を受理し、児童の安全が確認できるまで調査を継続しています。これまで274件に対応しています。
- 虐待の恐れのあるお子さんには直接会って状況を確認し、積極的に家庭訪問を実施しています。これまで学校などの施設は110回、家庭は177回訪問しました。
- 児童の安全確認を行うために「安全確認報告書」を作成しています。学校や保育園などから約600枚が寄せられ、速やかに対応しています。緊急性がある場合、迅速に児童相談所や警察と連携しています。
- 職員が積極的に実地研修に参加するなど、スキルアップを図っています。
- 「児童虐待防止ガイド」の改訂作業を進めており、11月中旬発行予定です。

※各数字は4月～9月末現在。

特別支援教育に関する講演会

先生の指示を聞いていないなど、お子さんの就学前後の課題に心配のある方や、特別支援教育に関心のある方は、一緒に考えてみませんか。

日 11月27日(土)13時30分～16時

場 グリーンパレス5階 孔雀1・2

「支援が必要な子どもたちの就学期の課題について」(岡白梅学園大学准教授・市川奈緒子) / 「江戸川区の取

り組み」(岡前江戸川区特別支援教育相談員・鈴木雅子)

100人(申込順)

住所・氏名(フリガナ)・電話・今回の講演で関心のあることを記入し、11月19日(金)までに郵送(必着)またはファクシミリで、〒132

10031 松島1-38-1 グリーンパレス3階 教育相談室 ☎(5662)7204・FAX(3653)5877

子どもは社会の宝 地域のみなさんの目で見守りましょう 11月は児童虐待防止推進月間

児童虐待防止の啓発を目的として、シンボルの「オレンジリボン」を普及させるキャンペーンを行います。

◆駅頭キャンペーン

日 11月11日(木)11時30分から⇒船堀駅前、15時から⇒JR小岩駅前

◆認可私立保育園まつり

日 11月27日(土)10時～16時

場 総合文化センター

《因》 オレンジリボン、啓発用グッズなどの配布

タワーホール船堀展望塔をライトアップ

推進月間中、タワーホール船堀展望塔を16時30分～21時30分までオレンジ色にライトアップします。なお、11月12日(金)～25日(木)は「女性に対する暴力をなくす運動」のシンボル「パープルリボン」にちなみ、紫色にライトアップします。

虐待を見かけた… 育児に悩みがある… そんなときはすぐにお電話を!

- ▷区児童虐待SOS ☎(5662)5115
- ▷児童相談所全国共通 ☎(0570)064000

父子家庭の方へ 児童扶養手当の申請はお済みですか

母子家庭と同様に父子家庭にも「児童扶養手当」が支給されます。手当を受けるには申請が必要です。対象の方はご相談の上、早めに申請してください。

対象 次のいずれかに該当する平成4年4月2日以降に生まれた児童を養育する一定所得未満の方(父母が離婚/母に重度の障害がある/母が死亡/母が1年

以上行方不明など ※所得制限など詳しくはお問い合わせください。 申請期限 7月31日現在で支給要件に該当する方は、11月30日(火)までに申請すれば8月分から支給されます。 ※12月以降に申請された方は、翌月からの支給となります。

区役所2階7番) 児童女性課 係 ☎(5662)1259

認可保育園23年4月入園児募集

私立・区立保育園の23年4月入園受け付けを、左表のとおり開始します。

対象 集団保育が可能で保護者の就労や病気などのため家庭で保育ができない乳幼児

募集人数 私立保育園1回目は11月1日(月)から、私立保育園2回目・区立保育園1回目は12月

6日(月)から各保育園に揭示(保育係や区ホームページにも掲載)

※入園申し込み用紙「保育園入園のご案内」を各保育園、保育係で配付しています(区ホームページでもご覧いただけます)。

区立保育園 ☎(5662)0066

対象者	期間	場所	時間
私立保育園1回目 第1希望が私立保育園の1～5歳児	11月1日(月)～8日(月)	第1希望の私立保育園	日曜、祝日を除く9時30分～16時
私立保育園2回目 第1希望が私立保育園の0～5歳児	12月6日(月)～18日(土)	◎保育係(区役所2階8番)	◎保育係 ⇒土・日曜、祝日、年末年始を除く8時30分～17時
区立保育園1回目 第1希望が区立保育園の1～5歳児		◎希望する私立・区立保育園	※12月9日(木)・16日(木)は19時30分まで、12月11日(土)・18日(土)は9時30分～16時に受け付けを行います。
私立保育園3回目 区立保育園2回目	12月20日(月)～23年2月25日(金)	タワーホール船堀306会議室でも受け付けを行います。	◎私立・区立保育園 ⇒日曜、祝日、年末年始を除く9時30分～16時

子ども未来館の教室 フォークの音を聞いてみよう

身近な食器を使って音が出る仕組みを学び、学年・保護者氏名・電話を記入し、①11月6日(土)・②13日(土)までに往復ハガキを郵送(必着)またはファクシミリで、〒133-0006 篠崎町3-12-10 子ども未来館 ☎(5224)34011・FAX(52443)6811

①11月14日(日)・②21日(日)14時～15時30分

都営住宅(東京都分・地元割当分)・区営住宅入居者募集

募集内容

①都営住宅(東京都分)家族向け・単身者向け(一般募集) 1500戸 / 定期使用(若年ファミリー向け) 620戸 / 定期使用(多子世帯向け) 30戸 / 若年ファミリー向け 25戸

②都営住宅(地元割当分)家族向け(一般募集) 1戸

③区営住宅(家族向け)一般募集) 1戸

主な申込資格

▽区内(②③は区内)に住む20歳以上の方(20歳未満の既婚者を含む)

▽同居親族がいること

▽の一部には要件付きで単身者が申し込めるものがあります

▽入居予定者全員の所得の合計額が基準内であること

▽住宅に困っていること

募集期間

11月16日(火)～11月17日(水) 10時～17時

申込書・募集案内の配付期間・配付場所

11月1日(月)～10日(水) 区民課・各事務所庶務係 ほか

※土・日曜、祝日を除く。ただし、①は11月3日(祝)・6日(土)・7日(日)9時30分～17時に東京都住宅供給公社募集センターおよび都庁第一本庁舎1階北側東京観光情報センターで配付。

11月16日(火)までに郵送(必着)

東京都住宅供給公社 募集センター ☎(057)0108100 11月1日(月)～10日(水) 10時～17時 ☎(498)8894 右の期間外/住宅課相談係 ☎(5662)0517

※土・日曜、祝日を除く。

「区内めぐり」に参加しませんか

11月8日(月)9時30分～15時30分

八幡神社(北原白秋の歌碑) ↓ 善養寺(菊花展) ↓ 総合文化センター(昼食) ↓ 農林総合研究センター ↓ 大雲寺(役者寺) ↓ 篠原風鈴本舗

昼食代1000円

11月16日(火)9時30分～15時30分

葛西市場(買い物可)

▽平成庭園・自然動物園 ↓ タワーホール船堀(昼食)・展望塔見学 ↓ 一之江名主屋敷(善養寺(菊花展))

昼食代1300円、維持協力費1000円

区内在住または在勤の方各33人(抽選)

11月2日(火)9時～17時に電話で、区政案内係 ☎(5662)6168

※いづれも雨天実施、グリーンパレス集合です。

11月16日(火)9時30分～15時30分

いい日、いい日。11月11日は介護の日

2010 介護フェア

もっと知ってほしい介護のこと



日時 11月13日(土)10時30分～15時

入場 無料

会場 タワーホール船堀

「もっと知ってほしい介護のこと」をテーマに、2010介護フェアを開催します。福祉用具の展示をはじめ、体験コーナーや介護の相談など盛りだくさんの内容です。この機会に介護を身近に感じてください。
☎ 介護保険課給付係 ☎(5662)0309

「介護の日」は、介護サービスの利用者やその家族、介護従事者を支援するとともに、介護をより身近に感じ、地域社会で支え合いの輪を広げていくことを目的に制定されました。

1階 展示ホール2

- ◆ 介護予防コーナー・健康体操コーナー
口腔ケア相談、介護予防体操 ほか
- ◆ 介護食品紹介コーナー 食べやすい食品や配食サービスの紹介 ほか
- ◆ 福祉用具などの展示・紹介コーナー
在宅介護で利用する用具・機器の展示や介護サービスの紹介
- ◆ 体験コーナー 熟年者疑似体験、タクトイールケア、血圧・骨密度測定 ほか
- ◆ 介護や健康に関する相談 認知症や介護予防、成年後見制度に関する相談

4階 研修室

- 認知症サポーター養成講座
☎ 10時30分～11時30分・13時～14時
▲ 各回60人(申込順)
☎ 電話で、介護予防係 ☎(5662)0794
- 生き生き音楽教室
楽器を使って、体を動かしたり、歌を歌ったりしませんか。
☎ 11時50分～12時40分・14時20分～15時10分
▲ 各回30人程度(先着順)



11月は 環境をよくする運動 秋の強調月間

区内では、区民のみなさんと区が一体となって、リサイクルの推進、地球温暖化防止対策や歩きたばこ・ポイ捨て防止活動などを行っています。また、安全で安心して暮らせるよう、町会・自治会や各種団体のみなさんが防犯パトロールを実施しています。
☎ 環境推進課推進係 ☎(5662)1991

美化運動にご協力を!

毎年5月と11月は環境をよくする運動強調月間です。今回は区内全域で、「自分たちのまちは自分たちの手で美しく」を合い言葉に、一斉美化運動を行います。ご参加ご協力をお願いします。



▼ やめよう! 歩きたばこ・ポイ捨て

歩きたばこは、周りの人の衣服を焦がす、やけどを負わせるなど重大な事故につながります。特に、小さなお子さんや車いすを利用する方には大変危険です。また、煙は喫煙しない人の健康にも悪影響を及ぼし、ポイ捨ては、まちの美観を損ね、火災の原因にもなります。

一人ひとりがマナーを守り、美しいまちをみんなでつくりましょう。

塩沢江戸川荘・穂高荘 秋のきれいにし隊

紅葉シーズンが終われば、区民の別荘「塩沢江戸川荘」「穂高荘」も冬支度。みなさんで落ち葉集めや草刈りをして、きれいにしませんか? 自慢の料理やお風呂もお楽しみください。

《☎・申込先》
塩沢江戸川荘予約センター ☎(0120)007095
穂高荘予約センター ☎(5662)7051

- ☎ 塩沢江戸川荘⇒11月25日(木)～27日(土) / 穂高荘⇒12月1日(水)～3日(金)
- ☎ ▷1日目…総合文化センター集合・出発(7時45分)～観光(塩沢江戸川荘⇒夜夜野びどろパーク、諏訪峡 / 穂高荘⇒富士花鳥園、犀川白鳥湖)
- ▷2日目…草刈り・低木の剪定・落ち葉集めなどの作業(9時～16時)
- ▷3日目…観光(塩沢江戸川荘⇒吹割の滝、酒造誉国光 / 穂高荘⇒EH酒造、八ヶ岳チーズケーキ工房、道の駅こぶちさわ)～総合文化センター到着(17時予定)
- ▲ 区内在住の方

- ※申し込みは1グループ5人まで。1人の場合は相部屋となります。
- ☎ 塩沢江戸川荘⇒65歳以上の方1万750円、一般1万5200円 / 穂高荘⇒65歳以上の方1万1350円、一般1万5350円
- ※3人1室・一人あたりの料金。往復バス・2泊5食付き。穂高荘の入湯税や観光施設の入館料などは自己負担。
- ☎ 11月2日(火)、塩沢江戸川荘⇒10時～18時 / 穂高荘⇒9時～17時に電話で受け付け、抽選。

塩沢江戸川荘・穂高荘11月～23年2月分 電話申し込み受け付け中!
※空き室状況は区ホームページ・各予約センターでご確認ください。

- ☎ 30人程度(申込順)
- ☎ 武線鉄橋下流)
- ☎ 荒川河川敷(丁R総)
- ☎ 時30分(小雨実施)
- ☎ 11月14日(日)10時～14時
- ☎ 観察を行います。
- ☎ 組立立て式手漕ぎボートに乗って、荒川の自然を観察を行います。
- ☎ 4 Eボートに乗りこ
- ☎ 500円(資料代)
- ☎ 30人(申込順)
- ☎ 07会議室
- ☎ タワーホール船堀3
- ☎ 11月27日(土)13時30分～15時
- ☎ ③ 家庭でできる省エネ対策セミナー / 我が家の家計にうれしい
- ☎ 500円(資料代)
- ☎ 30人(申込順)
- ☎ 500円(資料代)
- ☎ 化学物質の持つリスクについて学びます。
- ☎ 11月11日(木)18時30分～20時
- ☎ タワーホール船堀3
- ☎ 02会議室
- ☎ 30人(申込順)
- ☎ 500円(資料代)
- ☎ ② 私たちの生活と化学物質 / 人工物は危険で天然物は安全?
- ☎ 11月21日(日)10時～12時(雨天中止)
- ☎ 篠崎公園バーベキュー広場
- ☎ 小学生以上の方30人(申込順)
- ☎ ※小学2年生以下は保護者同伴。
- ☎ 1人500円
- ☎ 三角きん、エプロン、飲み物 ほか
- ☎ ④ 11月2日(火)から
- ☎ ファクシミリまたは電子メールで、下平井水辺の楽校 ☎(3654)
- ☎ 7240・FAX(3654)
- ☎ 7256・電子メール
- ☎ || shimohira@cleanaid.jp / ⑤ 11月2日(火)9時から電話またはファクシミリで、根っこネット ☎・FAX(3671)9646
- ☎ ※ファクシミリ、電子メールの場合は、参加者全員の住所・氏名・年齢(学年)・電話を記入。

- ☎ ① 東なぎさ 大クリーン作戦
- ☎ 11月9日(火)9時～12時30分
- ☎ 葛西臨海公園東なぎさ(東京水辺ライン船着場集合)
- ☎ ごみ拾い、自然観察
- ☎ 50人程度(申込順)
- ☎ 長靴、軍手、昼食
- ☎ ⑤ 子ども体験教室 「炭火おこし体験」
- ☎ 段ボールで作ったオーブンに炭を入れて調理します。
- ☎ 11月21日(日)10時～12時(雨天中止)
- ☎ 篠崎公園バーベキュー広場
- ☎ 小学生以上の方30人(申込順)
- ☎ ※小学2年生以下は保護者同伴。
- ☎ 1人500円
- ☎ 三角きん、エプロン、飲み物 ほか
- ☎ ④ 11月2日(火)から
- ☎ ファクシミリまたは電子メールで、下平井水辺の楽校 ☎(3654)
- ☎ 7240・FAX(3654)
- ☎ 7256・電子メール
- ☎ || shimohira@cleanaid.jp / ⑤ 11月2日(火)9時から電話またはファクシミリで、根っこネット ☎・FAX(3671)9646
- ☎ ※ファクシミリ、電子メールの場合は、参加者全員の住所・氏名・年齢(学年)・電話を記入。

えどがわエコセンターの催し

郷土資料室は11月3日(祝)も公開

企画展「まわすみんぐ・つるすみんぐ・ドリーミング」を開催中です。☎ 9時～17時 ※通常は祝日は休館です。☎ 文化財係 ☎(5662)7176



◎西葛西図書館「手作り年賀状教室」

■11月28日(日)10時～12時30分、14時～16時30分 ※いずれも30分前から受け付け。■各回30人程度（先着順） ※お子さんが楽しめるぬいぐるみショーも同時開催します。■会場◎西葛西図書館☎(5658)0751

◎小松川地区地域スポーツ講座「グラウンドゴルフ」

■11月7日(日)・21日(日)10時～12時 ◎小松川橋下芝生広場（小松川運動公園）■区内在住または在勤・在学の方 1回100円（小学生以下1回50円） 隔運動着 ■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」

■11月6日(出)・12月5日(日)9時30分～11時30分 ◎小松川さくらホール ■40歳以上の方 ■1回10円 隔運動着 ■スポーツ係☎(5662)1636

◎鹿骨地区中高年スポーツ教室「ストレッチ・フィットネス体操」

■11月6日(出)・13日(出)19時～21時 ◎鹿骨区民館 ■40歳以上の方 ■1回10円 隔運動着、室内用運動靴 ■スポーツ係☎(5662)1636

◎小岩地区中高年スポーツ教室「ウォーキング」

小岩菖蒲園と善養寺（影向菊花大会開催中）を往復します。■11月6日(出)・13日(出)10時～12時 ◎小岩菖蒲園集合 ■40歳以上の方 ■1回10円 隔運動着 ■スポーツ係☎(5662)1636

◎中央地区中高年スポーツ教室

①ウォーキング 神保町から巢鴨まで歩きます。■11月7日(日)9時～14時 ◎一之江駅西口交通広場集合 隔運動着、昼食 ②ストックウォーキング・ストレッチ ■11月12日(金)・19日(金)・26日(金)18時30分～21時 ◎松江コミュニティ会館 隔運動着、室内用運動靴 《■》40歳以上の方 《■》1回10円 ※①

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
もぐらの家「もぐら展」	11月11日(木)～14日(日)9時～20時	◎東部フレンドホール	なし	もぐらの家☎(3679)0110
◎江戸川区青少年少女オーケストラ第1回定期演奏会	11月14日(日)14時開演	◎総合文化センター小ホール	なし	細木茂☎(3671)4626
◎江戸川吹奏楽団第33回ファミリーコンサート	11月14日(日)13時30分開演	◎総合文化センター大ホール	なし	江戸川吹奏楽団・工藤☎090(3900)9864

は別途交通費が必要。《■》連見☎090(2456)6696

◎ウェイトトレーニング講習会

■11月13日(出)・27日(出)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 隔運動着、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 ◎グリーンパレス☎(5662)7687

◎水辺のスポーツガーデン「フットサル親子・個人参加クリニック」

■11月23日(祝)①16時～18時、②18時～20時（小雨実施）■①小学3年生以下のお子さんと保護者20組（保護者1人につきお子さん2人まで参加可）/②高校生相当以上の方20人 ※いずれも申込順。■①保護者1000円、お子さん1人500円/②1000円 ◎■11月2日(日)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「アロマテラピー教室」

アロマの基礎知識を学び、ルームスプレーを作ります。■11月12日(金)10時～11時 ■高校生相当以上の方10人（申込順） ■1500円 ◎■11月2日(日)10時から電話で、総合体育館☎(3653)7441



◎秋の花と緑の即売会

■11月6日(出)・7日(日)9時30分～15時 ◎区役所本庁舎前庭 ◎草花・苗木の販売、ワココイン腐葉土の販売（袋を持参）、園芸相談コーナー、花鉢アレンジ講習会、ストリートパフォーマンス、模擬店ほか ■施設第一課☎(5662)5543

◎一之江抹香亭の催し

菊花展 直接会場へ。■11月14日(日)までの9時～17時 香袋づくり体験教室 ■11月28日(日)11時～12時、14時～15時 ■各回24人（申込順） ■各500円（材料費） ■11月2日(日)9時から電話で 《■》一之江抹香亭（一之江5～13）《■》申込先 施設第一課☎(5662)5543

◎小岩図書館 講義「池波正太郎の世界～剣と女たち～」

■11月6日(出)13時30分～14時30分（13時開場） ■70人（先着順） ■講義講師・神田蘭 ◎■小岩図書館☎(3672)0251

◎篠崎文化プラザ企画展示特別イベント「WALKING LESSON」

美容・健康に役立つウォーキングのコツ

を学びます。動きやすい服装で。■11月13日(出)13時から、15時から ■各回20人（申込順） ■ウオーキングアドバイザー・西宮佑季 ◎■11月2日(日)9時から電話で、篠崎文化プラザ☎(3676)9071

◎西葛西図書館「日本語講座と多文化交流」

在住外国人と日本人との相互理解を深める催しです。どなたでも参加できます。■11月27日(出)11時～16時 ■日本語講座、民族衣装の試着会、書道、折り紙、舞踊ほか ◎■西葛西図書館☎(5658)0751

◎東葛西図書館「子ども落語会」

■11月3日(祝)14時～15時30分 ◎東葛西コミュニティ会館 ◎「粗忽長屋」[時そば]ほか ■小学生以上の方60人程度（先着順） ■江戸川川落語勉強会 ※小学生の演者も出演します。◎東葛西図書館☎(5658)4008

◎中央図書館「おはなし会」

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

◎小松川図書館「おはなし会スペシャル」

■11月6日(出)14時～15時 ◎人形劇「てぶくろをかいて」ほか ■幼児（保護者同伴）～小学生 ◎おはなしこぼこ ◎■小松川図書館☎(3684)6381

◎グリーンパレス「おはなし会」

■11月6日(出)14時30分～15時 ◎2階子ども図書室 ◎「やまばあさん学校へ行く」 ■幼児（保護者同伴）～小学2年生（先着順） ■おはなしこぼこ ◎■グリーンパレス☎(5662)7687

◎篠崎図書館の音楽会「バグパイプと中世ヨーロッパの古楽器」

■11月14日(日)14時開演（13時30分開場） ◎篠崎文化プラザ ■50人（申込順） ◎古楽器演奏家・近藤治夫 ◎■11月2日(日)13時から電話または窓口で、篠崎図書館☎(3670)9102

◎ホテルシーサイド江戸川「蟹食べ放題付きディナー」

■11月30日(火)までの17時30分～21時（ラストオーダーは19時30分） ◎タラバ蟹の食べ放題（90分）付き洋中折衷コース ■6000円 ◎■前日(日)の14時までに電話で、ホテルシーサイド江戸川☎(3804)1180

◎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Vol.2 錦織健テノール・リサイタル まもなく発売/ ■23年2月5日(出)15時開演 ■小ホール ■4500円 ■11月6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 ※完売しなかった場合、6日(出)13時から総合文化センターのホームページ、7日(出)10時から総合文化センターの電話でも受け付け。◎総合文化センター☎(3652)1111

◎タワーホール船堀の公演

青島広志プロデュースとっておきの音楽会 まもなく発売/ ■23年1月29日(出)15時開演 ◎5階大ホール ■3500円 ◎■11月14日(日)9時からタワーホール船堀の窓口で ※完売しなかった場合、15日(日)10時から電話でも受け付け、タワーホール船堀☎(5676)2211

◎グリーンパレス45周年記念「江戸川区名産小松菜を楽しむ3日間」

レストランで開催中の「鶴岡の味覚を楽しむ小松菜麺グルメフェスタ」に関連し、小松菜食品の紹介・販売、パネル展示などを行います。レストラン、カフェでは期間限定メニューを販売します。また、商品を500円以上購入した方は、カフェでのコーヒーまたは紅茶が半額になります。■11月5日(金)・6日(出)・7日(日)10時～17時 ◎■1階口ピー ◎■グリーンパレス☎(3651)2228 ※期間中の10時と14時から、先着各50人 小松菜発芽セットをプレゼント/

◎第59回区民そろばん競技大会

■12月12日(日)9時30分から ◎グリーンパレス ◎クラス別総合競技、種目別競技、フラッシュ暗算競技 ■区内在住または在勤・在学の方＝小学校低学年（3年生以下）・4年生・5年生・6年生の部各60人/中学校の部40人/学生・一般の部（高校生相当以上の方）20人 ※いずれも抽選。■■■申し込み用紙（区役所4階3番・文化課で配布）を11月22日(月)までに郵送（必着）または持参、〒132-8501（住所不要）文化課推進係「そろばん大会」☎(5662)1628

◎水辺の活動交流会～新川で和船乗船会～

■11月23日(祝)10時～11時30分 ◎船堀駅集合 ■20人（抽選） ◎■往復ハガキに催し名・住所・氏名・生年月日・電話を記入し、11月12日(金)までに郵送（必着）、〒132-8501（住所不要）計画課水と緑の推進係☎(5662)8393 ※重複申し込みは無効。1枚のハガキで2人まで申し込み可。

◎みずウォーク2010江戸川区大会

■11月27日(日)9時から受け付け、10時15分出発 ◎■葛西臨海公園汐風の広場集合 ■7km・10km・16kmの3コース ■高校生相当以上の方500円、小・中学生300円 ※当日申し込みは各200円増し。◎■江戸川区 ■11月12日(金)までに郵便振替で（口座00130-1-605780・読売新聞東京本社） ※通信欄に大会名・参加者全員の氏名・年齢を記入。◎■読売新聞東京本社みずウォ

ーク事務局☎(5159)5895

◎荒川での草刈り体験

豊かな自然環境を取り戻すために外来植物やヨシを刈る活動です。■①11月7日(日)13時～14時30分、②11月20日(出)13時～14時30分 ◎■荒川河川敷船堀橋周辺 ■各50人（申込順） ■①200円、②100円 ※いずれも保険代ほか。◎■江戸川区 ◎■■催し名・住所・氏名・年齢・電話・ファクシミリ番号またはメールアドレスを記入し、11月2日(日)10時からファクシミリまたは電子メールで、荒川クリーンエイド・フォーラム☎(3654)7240・FAX(3654)7256・電子メール=renraku@cleanaid.jp

◎荒川でのごみ拾い

みなさんの手で河川敷をきれいにしましょう。■11月7日(日)10時～12時 ◎■荒川下流中土手（葛西橋上流付近）集合 ◎■荒川クリーンエイド・フォーラム ◎■江戸川区 ◎■水と緑の推進係☎(5662)8393

◎東京湾海水浴場復活プロジェクト「マリンガーデニング体験」

■①11月13日(出)13時から、②23年1月15日(出)13時から ※いずれも荒天時は翌日に順延。①②のどちらかに参加した方は、23年2月19日(出)に行う海苔すき体験などに参加できます。◎■葛西臨海公園渚橋集合 ◎■①わかめ・アマモの育成、貝殻アート作りほか/②海苔の育成、海藻押し葉作りほか ■小学生～中学生各日100人（申込順） ※いずれも保護者同伴。◎■江戸川区 ◎■■催し名・参加希望日・参加者全員の住所・氏名・年齢・電話を記入し、11月2日(日)10時からファクシミリまたは電子メールで、ふるさと東京を考える実行委員会事務局☎(3869)1992・FAX(3688)5955・電子メール=info@furusato-tokyo.org

◎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。◎■各申込先へ電話で

テーマ	日時（11月）	会場・申込先
高齢者のための住まいとは	8日(月)10時～11時	瑞江ホーム☎(3679)4102
茶話会～介護者仲間を作りましょう～	10日(水)14時～15時30分	第二ウエル江川☎(5858)2352
出前着席～悪徳商法から身を守ろう～	11日(木)13時30分～14時30分	なぎさ和楽苑☎(3675)1201
福祉用具について	19日(金)13時30分～15時	清心苑☎(3655)6117
配食サービスを試食してみませんか？	24日(水)・25日(木)13時30分～15時	さく☎(3677)3141

◎第59回全国青年大会（観戦）

◎■◎■下表のとおり ◎■江戸川区 ◎■全国青年大会本部☎(3475)2490

種目	日時（11月）	会場
バレーボール	13日(出)・14日(日)9時30分から	総合体育館
バスケットボール	13日(出)・14日(日)10時から	スポーツセンター
軟式野球	13日(出)9時から	区球場
ソフトボール	13日(出)9時30分から 14日(日)9時から	臨海球技場第一 区球場

◎江戸川特別支援学校 学芸祭

■11月19日(金)9時15分～14時50分・20日

(出)9時30分～14時45分 ◎■在校生徒による学習発表と作品展示 ◎■◎■都立江戸川特別支援学校☎(3653)7355

◎第4回一之江駅西口イルミネーションミュージックフェスティバル

■11月13日(出)13時45分～18時40分 ※点灯式は17時から。葛西工業高校の生徒が作った「葛西工業ねぶた」と同時点灯。◎■一之江駅西口交通広場 ※雨天時はコミュニティプラザエ江で実施。■園芸プラザ利用者と高校生によるバンド演奏、ジャズ演奏ほか ◎■実行委員会事務局☎(5661)5191 ※16時20分から、先着1000人にフラッシュスティックをプレゼント。

◎JAまつり

区内産の新鮮野菜、花、米、茶などの販売や模擬店などで賑わう催しです。■11月3日(祝)9時から ※売り切れ次第終了。◎■江戸川区 ◎■◎■JA東京スマイル江戸川支店（西一之江3～4～7）☎(3652)3101 ※買い物をした方先着200人に区内産小松菜などを無料配付します。

◎0歳からのコンサート2011

■23年1月15日(出)11時30分から、14時から ◎■タワーホール船堀5階小ホール ◎■0歳からの手遊び歌 ■1000円（小学生以下500円） ◎■江戸川区 ◎■◎■江戸川演奏家協会・戸村☎090(4063)2632



◎エリアメールによる緊急情報の配信を開始します

区では11月1日(月)から、災害発生時の避難勧告や避難指示、大規模テロなどの緊急情報を、今までの防災行政無線による放送に加え、NTTドコモのエリアメールにより配信します（無料・申し込み不要）。※受信には設定が必要な機種もあります。◎■災害対策課事業係☎(5662)2129

◎11月は個人事業税第二期分の納期です

お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアまたは都税事務所で、11月30日(火)までに納めてください。なお、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。◎■中央都税事務所☎(3553)2157 ※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。

◎都市計画案の縦覧

以下の都市計画案を縦覧できます。◎■①瑞江駅北部地区地区計画の変更、②生産緑地地区の変更 ※なお、意見のある方は意見書を提出できます。縦覧・意見書提出期間＝11月2日(火)～16日(火) ※土・日曜、祝日を除く。縦覧場所は①②都市計画係（区役所第三庁舎1階）、①瑞江駅北部地区画整理事務所（瑞江1～30～7） ◎■意見書提出先＝都市計画係☎(5662)6369

◎虹の家非常勤看護師募集

雇用期間＝12月1日(火)～23年3月31日(木)（更新あり） ◎■9時～16時（土・日曜、祝日を除く週5日・30時間） ◎■知的障害

者の健康管理ほか ◎■看護師の資格を有する方1人 報酬＝月額22万7600円 ※交通費の支給は月3万円まで。◎■◎■履歴書（写真貼付）・看護師資格証明書の写しを11月10日(火)までに郵送（必着）または持参、〒133-0055 西篠崎2～18～22 虹の家☎(3676)3391 ※書類選考の上、面接を実施。

◎課税課臨時職員募集

雇用期間＝23年1月11日(火)からの1～3か月間 ◎■9時30分～15時30分（実働5時間） ◎■書類の封封と仕分け、申告書の転記、事務補助ほか ◎■30人程度 賃金＝月額4630円 ※交通費の支給はなし。◎■◎■履歴書（写真貼付）を11月15日(月)までに郵送（消印有効）、〒132-8501（住所不要）課税課臨時職員担当☎(5662)1008・1009 ※書類選考の後、面接日時（12月3日(金)または6日(月)）などを郵送で通知します。

◎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は面接ができます。■11月18日(木)13時30分～16時 ◎■葛西区民館 ■1社10人程度（申込順） ◎■履歴書（写真貼付） ◎■◎■ほっとワークえどがわ☎(5662)0359 ※当日申し込みは不可。

◎えどがわ中高年齢者就職面接会

約25社の人事担当者とは面接ができます。各種相談コーナーもあります。■11月11日(水)13時～15時30分 ※受け付けは12時30分から。◎■◎■タワーホール船堀1階展示ホール ◎■■概ね45歳以上の方 ◎■履歴書（写真貼付）数枚 ◎■◎■ハローワーク木場☎(3643)8604

◎熟年者住まいのボランティア

住まいの補修などでお困りの熟年者のために、大工さんたちのグループがお手伝いします。◎■戸の建てつけが悪いなど、半日程度で終わる補修工事 ◎■①原則として65歳以上の熟年者のみで構成される世帯/②65歳以上で身体的・経済的事情などにより自力での補修が困難な方 ※賃貸住宅にお住まいの方は、家主の承諾が必要になる場合があります。◎■工賃は無料 ※材料費は自己負担。◎■江戸川区 ◎■◎■「熟年者住まいのボランティア」推進協議会（東京土建江戸川支部内）☎(3655)6448＝土・日曜、祝日を除く9時～17時

◎戦後強制抑留者のみさんへ

シベリア戦後強制抑留者に対する特別給付金の受け付けが始まっています。請求期限＝24年3月31日(出) ◎■戦後強制抑留者で、22年6月16日現在、ご存命かつ日本国籍を有する方 ※請求書類が届いていない方はお問い合わせください。◎■◎■独立行政法人平和祈念事業特別基金特別給付金担当☎(0570)059204 ※IP電話・PHSからは、☎03(5860)2748。いずれも月～金曜9時～18時（祝日を除く）。

◎グリーンパレスサークルまつりフリーマーケット出店者募集

■11月21日(日)9時～15時（雨天中止） ◎■東小松川公園 ※駐車場はありません。◎■50店舗（抽選・1店舗2.3m×2.3m） ※飲食物、生き物の販売はできません。◎■◎■往復ハガキに具体的な出店内容・住所・氏

名・電話を記入し、11月8日(月)までに郵送（必着）、〒132-0031 松島1～38～1 グリーンパレス☎(5662)7687

◎11月11日(木)～17日(火)は「税を考える週間」です

税に関する書道展 ■11月11日(木)～17日(火) ◎■イトーヨーカドー小岩店（西小岩1～24～1） ◎■江戸川北優申会

税の無料相談 ■11月12日(金)9時30分～16時 ◎■JR小岩駅、平井駅、西葛西駅 ◎■東京税理士会江戸川北・南支部

記念講演会 ■11月16日(火)13時30分から ◎■◎■葛西区民館 ◎■女優・東ちづるほか ◎■◎■江戸川南法人会

きき酒会 ■11月17日(水)13時30分～16時30分 ◎■◎■清新町コミュニティ会館 ◎■東京小売酒販組合葛西支部

《■》江戸川北税務署☎(3683)4281、江戸川南税務署☎(5658)9311

◎平成22年分年末調整等説明会

◎■◎■下表のとおり ※説明会に出席できない場合でも、区ホームページから総括表と給与支払報告書をダウンロードできますのでご利用ください。◎■◎■江戸川北税務署☎(3683)4281、江戸川南税務署☎(5658)9311、課税課☎(5662)1009・1008 法人・個人（白色申告）

日程	時間	会場
11月15日(月)		総合文化センター
17日(水)	13時30分～15時30分	小岩アーバンプラザ
18日(木)		東部フレンドホール
19日(金)	10時～12時 14時～16時	葛西区民館

◎個人（青色申告）

日程	時間	会場
12月1日(日)	13時30分～16時	グリーンパレス
2日(月)	13時～16時	タワーホール船堀
3日(火)	13時30分～16時	小岩アーバンプラザ
4日(水)	13時～16時	葛西区民館
5日(木)	13時30分～16時	コミュニティプラザエ江
6日(金)	13時～16時	葛西区民館

◎遺族が年金で受け取る生命保険金等への所得税課税の変更

このたび、遺族の方が相続または贈与により年金として受給する生命保険金のうち、相続税の課税対象となった部分については、所得税の課税対象にならないとする最高裁判所の判決がありました。そこで、これらの年金に係る税務上の取り扱いを改めることとなりました。今回の変更により、所得税の還付を受けることができる場合があります。手続きの方法など、詳しくはお問い合わせください。国税庁のホームページ（http://www.nta.go.jp/）でもご覧になれます。◎■◎■江戸川北税務署☎(3683)4281、江戸川南税務署☎(5658)9311

◎休館のお知らせ

☆スポーツセンター☎(3675)3811⇒11月4日(木)＝設備点検などのため ☆総合体育館☎(3653)7441⇒11月10日(火)＝設備点検などのため ☆小松川さくらホール☎(3683)7761⇒11月11日(水)12時～12日(金)＝設備点検などのため ※プールは11日の9時～12時也可以使用できません。 ☆鹿骨コミュニティ図書館☎(3678)6891 ⇒11月14日(日)＝催し開催のため

物忘れ相談

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。



会場・申込先	日程(11月)	時間	
健康サポートセンター	清新町	5日(金)	14時から
	鹿骨	10日(水)	13時30分から
		29日(月)	14時から
	小松川	17日(水)	13時30分から
	東部	18日(木)	9時30分から
	なぎさ	24日(水)	14時から
	葛西	25日(木)	9時30分から
	中央	30日(火)	13時30分から

アルコールの問題でお困りの方へ

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」「飲み方の気になる人をどうサポートできるか」など、専門家に相談できます。事前に最寄りの健康サポートセンターへ電話でお申し込みください。



☎ 11月～23年1月の毎月第2・4水曜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 各健康サポートセンター

第28回江戸川医学会 特別講演「あなたの心臓があぶない!!」

心臓病で亡くなる方は年々増加しています。中でも狭心症や心筋梗塞などは、生活習慣が主な原因と言われる恐ろしい病気です。これらの病気にかからないよう、心臓外科の医師が心臓病の予防・治療方法を分かりやすく説明します。直接会場へ。



☎ 11月13日(土)14時～16時
 場 総合文化センター小ホール
 人 500人(先着順)
 師 順天堂大学医学部心臓血管外科教授・天野篤
 問 江戸川区医師会 ☎(3652)3166

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。



☎ 11月19日(金)13時30分～15時30分
 場申 11月2日(火)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

こころの病気を持つ方のために活動するボランティア講座

こころの病気を持つ方を支援するため、ボランティアとして活動しませんか。

☎ ①11月30日(火)10時～15時、②12月14日(火)13時30分～15時30分(全2回)
 場 タワーホール船堀①301会議室・②302会議室
 内 講義、区内小規模作業所などでの現地実習
 人 20人(申込順)
 費 ①500円(昼食代)、②無料
 申 11月2日(火)9時から電話で、精神保健係 ☎(5661)2465

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	
	11月	12月		
健康サポートセンター	中 央	10日(水)	1日(水)	9時から
		—	16日(木)	14時から
		30日(火)	—	13時30分から
	小 岩	—	9日(木)	14時から
		5日(金)	17日(金)	14時から
	東 部	18日(木)	16日(木)	9時30分から
		—	24日(金)	14時から
	清 新 町	5日(金)	3日(金)	9時30分から
		24日(水)	—	9時30分から
	葛 西	16日(火)	21日(火)	13時30分から
		25日(木)	9日(木)	9時30分から
	鹿 骨	10日(水)	—	13時30分から
29日(月)		20日(月)	14時から	
小 松 川	17日(水)	8日(水)	13時30分から	
	—	15日(水)	13時30分から	
な ぎ さ	10日(水)	8日(水)	14時から	
	24日(水)	—	14時から	

江戸川区民公開講座「慢性腎臓病まるわかりセミナー～栄養と透析と移植～」

腎臓病に関する意識と予防の効果を高めるため、その特徴や症状、治療方法などを学びます。

☎ 11月20日(土)13時30分～15時30分
 場 小松川さくらホール
 人 90人(先着順)
 師 東京女子医科大学東医療センター医師・佐中孜、江戸川病院医師・古賀祥嗣 ほか
 後 江戸川区
 申 腎臓サポート協会 ☎(6380)6731

80歳の方へ 歯と生きがいに関する調査にご協力を

80歳の区民の方の歯と口腔の実態を把握するため、「傘寿(80歳)の歯と生きがいに関する調査」を実施します。対象の方に調査票を送付しました。ご協力をお願いします。



対象者 11月1日現在、80歳の区民の方
 提出方法 11月19日(金)までに必要事項を記入の上、調査票を返送してください。
 問 各健康サポートセンター

プラスチックリサイクル施設等バス見学会

区で資源として回収した容器包装プラスチックをリサイクルする施設(富津市)や、ごみの埋立処分場(東京港内)を見学し、ごみ減量やリサイクルへの理解を深めます。

☎ 12月8日(水)①8時50分～17時・②8時55分～17時
 ※①総合文化センター・②東部区民館集合。
 人 区内在住または在勤の方各40人(申込順)
 内 昼食(会場:海ほたる)
 申 11月2日(火)9時から電話で、ごみ減量係 ☎(5662)1689



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!」

☎ 11月13日(土)11時～13時
 場 一之江名主屋敷
 内 昔ばなし「高尾の天狗どーん」「さるかに」ほか/太ひもで動物作り
 人 5歳以上の方30人(申込順)
 費 維持協力費100円(中学生以下無料)
 申 11月2日(火)9時から電話で、文化財係 ☎(5662)7176

身体障害者手帳、愛の手帳、戦傷病者手帳、被爆者健康手帳をお持ちの方へ 都営交通無料乗車券のICカード(PASMO)への変更

11月1日(月)から、現在お持ちの都営交通無料乗車券をICカード式乗車券(PASMO)に変更することができます。

更新場所・時間 都営地下鉄、日暮里・舎人ライナーの定期券発売所(一之江駅ほか都内18か所) ⇨ 8時～20時

※土・日曜、祝日は営業していない発売所もあります。詳しくは下記までお問い合わせください。



持ち物 該当する手帳、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。乗車券の有効期限が切れている方は手続きができません。障害者福祉課(区役所2階5番)で更新を済ませてから手続きを行ってください。

☎ 東京都交通局総務課 ☎(5320)6008 / 自立援助係 ☎(5662)0062・FAX(3656)5874

船堀シネパル 上映のご案内

作品名	日程(11月)
THE LAST MESSAGE 海猿	12日(金)まで
必死剣鳥刺し	13日(土)から
SP 野望篇	上映中

※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。

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

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

生活衛生課
(食品・環境衛生関係)
☎(3658)3177

◎特に記載のない場合、費用は無料です。

11月は 糖尿病月間

糖尿病にならない 食生活を始めませんか

様々な病気の引き金になる「糖尿病」。昨年の区民・国保健診では、約2人に1人が糖尿病または予備群でした。日ごろの食生活を見直し、糖尿病予備群からの脱出を目指しましょう。



栄養士による栄養相談のご利用を(予約制)

食事内容を聞き取り、食生活改善のコツをお教えします。最寄りの健康サポートセンターに電話でお申し込みください。来所できない方には、郵送による食事診断や栄養改善アドバイスも行っています。

会場・申込先・問い合わせ	日程(11月)
健康サポートセンター 中央	15日(月)・22日(月)
健康サポートセンター 小岩	10日(水)・17日(水)
健康サポートセンター 東部	24日(水)・25日(木)
健康サポートセンター 清新町	9日(火)・16日(火)
健康サポートセンター 葛西	9日(火)・16日(火)
健康サポートセンター 鹿骨	4日(木)・16日(火)
健康サポートセンター 小松川	4日(木)・17日(水)
健康サポートセンター なぎさ	8日(月)・29日(月)

※時間はいずれも9時～12時。

成人歯科健診 今月で終了

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。

☐ 11月30日(火)まで

☑ むし歯や歯肉炎など口の健康に関する検査

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

費 無料(治療は有料)

☎ 健康推進課推進係☎(5661)2462

神経難病相談

☐ 12月2日(木)13時30分～15時

☑ 専門医による診察・療養相談

■ パーキンソン病(関連疾患を含む)・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5人程度(申込順)

☎ 11月2日(火)～8日(月)9時～17時(土・日曜、祝日を除く)に電話で、江戸川区医師会☎(3652)3166

国保健診実施中

国民健康保険に加入している40歳～64歳(昭和21年4月1日～46年3月31日生まれ)の8～11月生まれの方を対象に、国保健診を実施しています。



受診期間が残り1か月となりました

健診は、自らの生活習慣を見直す大切な機会です。生活習慣病は自覚症状がないまま進行しますので、健診を受けてその前兆をチェックしましょう。

受診方法・場所 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=月～土曜8時45分～17時(祝日を除く)

受診期限 11月30日(火)

※詳しくは、お手元に届いた受診案内をご覧ください。

◎12月1日(水)からは、40歳～64歳の12～3月生まれの方を対象にした健診が始まります。対象の方に受診券を送付しましたので、早めにご予約ください。

☎ 保健事業係☎(5662)0623

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でご確認ください)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 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)
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 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)
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 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)

※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」対象の方にお送りしているクーポン券には有効期限があります。予約の上、早めにご受診しましょう。

☎ 健康推進課推進係☎(5661)2462

医学メモ 心疾患

「心疾患」とは、全身へ規則正しく血液を送り出すポンプの働きをしている「心臓」に異常をきたす病気の総称です。生まれつき心臓に異常がある先天性の心疾患と、高血圧や糖尿病による動脈硬化などによって後天的に心臓に異常が生じたものに大別されます。

先天性の心疾患は、心臓の筋肉や弁に異常が生じる病気で、心房または心室中隔欠損症、動脈管開存症、ファロー四徴症などがあります。このうち、心臓がポンプの機能を果たさない場合は、乳児期に手術をする必要があります。

一方、後天性の心疾患には、不整脈、虚血性心疾患、心臓弁膜症、心膜心筋炎などがあります。不整脈は、脈のリズムが不規則になる病気で、治療の必要がないものから、緊急に治療しないと突然死をきたすものまであります。虚血性心疾患は、心臓に栄養を運ぶ冠動脈が、動脈硬化によって狭くなったり閉塞したりして心筋不全を起こす病気です。心臓弁膜症は、心臓の中にある弁が動脈硬化などにより正常に機能しなくなる病気です。いずれの病気も重症化すると心臓のポンプ機能が低下し、心不全を起こして死に至ることもあります。心膜心筋炎は、細菌やウイルスなどが心臓の筋肉やこれを覆う膜に感染し、炎症をきたす病気です。

心疾患にかからないためには、動脈硬化を引き起こす高血圧や脂質異常、糖尿病などを予防することが必要です。健診などで高血圧などを指摘された場合には、医療機関を受診するほか、食生活を改善するなど、病状が進行しないようにしっかりと治療しなければなりません。心疾患に至ってしまった場合には、早急に専門的な治療を受けましょう。

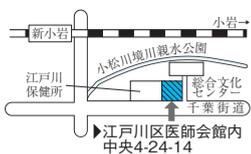
江戸川区医師会
(☎ http://www.edogawa-med.jp/)

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



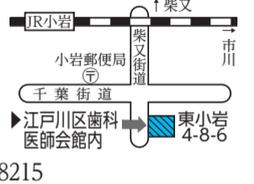
※応急処置のため、薬の処方是最小限となります。

休日急病当番医

- 11月3日
- 小——緑こどもクリニック 小松川2-4-4 ☎(6912)4150
 - 内——田島クリニック 西葛西6-13-7 ☎(3687)1161
 - 小——長山医院 西小岩3-21-11 ☎(3657)8789
 - 小——伊谷医院 鹿骨5-11-1 ☎(3679)3992
 - 内——一之江駅前クリニック 一之江8-15-17 ☎(5661)5150
 - 眼——安田医院 瑞江1-43-12 ☎(5666)7038
 - 耳鼻——さの耳鼻科 東葛西6-1-17 ☎(5675)6155
- 11月7日
- 内——なかぞのクリニック 一之江7-49-5 ☎(5661)9855
 - 小——飯塚内科医院 中葛西3-16-6 ☎(3688)0395
 - 小——北小岩胃腸科クリニック 北小岩4-8-3 ☎(3672)2865
 - 内——福田クリニック 南篠崎町2-38-13 ☎(3679)2011
 - 内——同愛会病院 松島1-42-21 ☎(3654)3311
 - 眼——西葛西井上眼科病院 西葛西5-4-9 ☎(5605)2100
 - 耳鼻——吉田耳鼻科医院 西葛西6-13-7 ☎(5667)6100

休日歯科応急診療

- 11月3日・7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
- 11月3日
- 一之江駅前接骨院 一之江7-35-22 ☎(5661)0211
 - 忍田接骨院 東小岩4-32-2 ☎(3657)8124
- 11月7日
- アルファ整復院 船堀2-11-8 ☎(3687)2741
 - 第一接骨院 南小岩1-14-6 ☎(5694)9941
- ◎受診の際は必ず健康保険証などを持参してください。

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

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

