

主な内容

- 7面 熟年者のインフルエンザ予防接種
- 8面 お月見キャンドルナイト
住まいの耐震相談会
長寿のお祝いを心をこめてお届けします
都営交通無料乗車券の更新

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/>

9月1日は防災の日 地域防災力を 高めましょう

東日本大震災では、多くの方が家屋を失い、発生から半年が経過しようとする今も、避難所での生活を余儀なくされている方がいます。区では、大災害発生後、速やかに避難所を開設し、避難されるみなさんと力を合わせて円滑な運営ができるよう、体制を整えていきます。

自分の身は自分で守る、そして、自分たちのまちは自分たちで守る。みなさんも家庭での備えに加え、地域ぐるみの災害対策を考えてみましょう。

☎ 災害対策課事業係 ☎(5662)2129

総合防災訓練で住民参加型訓練を実施

7月28日に行われた江戸川区総合防災訓練では、避難所の開設・運営を中心とした住民参加型の訓練を実施しました。参加者は、本番さながらに居住スペースの区割りや、マンホールトイレの設置などを体験しました。

マンホールトイレの設置



居住スペースの区割り

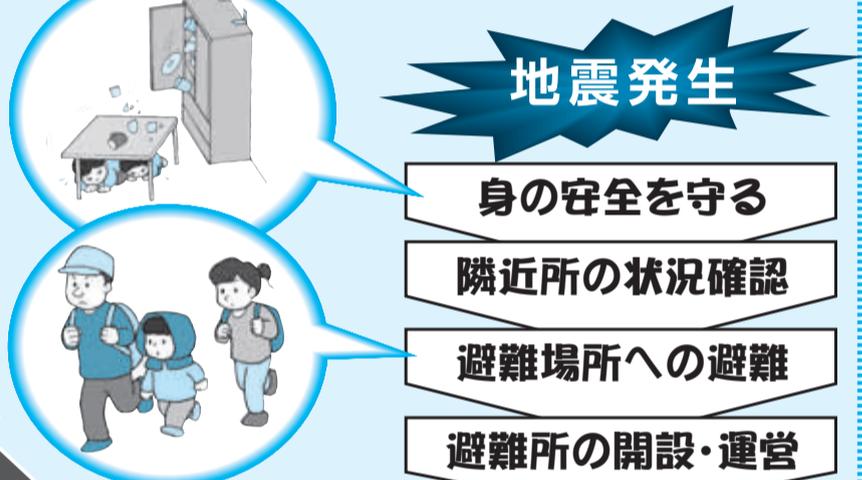


担架での重傷者の搬送



【大地震発生時における避難行動の主なパターン】

◎倒壊や火災により家屋が危険な場合を想定。



欠かせない「地域の力」

地域での防災訓練を推進していきます

大地震によって家屋の倒壊や火災が発生し、自宅で生活することが困難な場合、被災者の生活基盤となる場所が小・中学校などの公共施設です。避難所では、近隣のみなさんが共同で生活することになるため、その円滑な運営には地域内での連携・協力が不可欠となります。



今後、区では避難所となる学校を会場に地域のみなさんと協力しながら、避難や避難所の開設・運営を中心とする実践的な防災訓練を推進していきます。

区職員が避難所開設に駆けつけます

休日や夜間に災害が発生した際、速やかに避難所を開設するため、各小・中学校の近隣に住む区職員10～15人を担当として割り当てています。今後は、該当職員への研修を行い、みなさんと連携していくための体制を築いていきます。



▲防災訓練で担当の区職員を紹介

日頃の対策が地域防災力を高めます

- 町会・自治会などで組織される自主防災組織に参加する
- 初期消火用の消火器（区内に約5,700本）の場所を確認する
- 地域の防災点検を行い、周囲の危険箇所を把握する など

江戸川区長 多田正見

被災地の一刻も早い復興を願い、宮城県気仙沼市へ職員を派遣し始めてから4か月余りが経ちました。この間、派遣した職員は実人数で272人、日数を乗じた延べ人数では3320人を数えます。現在は、仮設住宅への入居手続きや避難所運営などの支援を行っています。

職員が現地に着ている江戸川区の防災服は、気仙沼市民の皆さんにすっかり馴染みだそう。現地から戻った職員の話によると、多くの市民から感謝や労いの言葉をいただき、仕事の励みになっていくようです。しかし、支援が必要とされる業務は膨大です。職員派遣もまだまだ続けていかなければなりません。

先日、私の手元に、気仙沼市の皆さんから一通の手紙と色紙が届きました。手紙には住民代表の方の丁寧な感謝の言葉が、そして色紙には多くの方々の寄せ書きがありました。

「たくさんのご支援、ありがとうございます」

「皆さんのおかげでたくさんの勇気をいただきました」

「復興に向けて、少しずつですが前進しています」

この色紙に込められた気仙沼市民の深い思い、そして復興に向けたその努力に、改めてしっかりと応えていかなければ、という気持ちになりました。



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(23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26日(月)までに郵送(必着)〒132-8550

1(住所不要) 子育て支援課推進係 ☎(562)10001

※葛飾白百合・葛飾みどり・葛飾若草・上平井・まどか・明昭・葛飾しらゆり学園・あすなろ・江東めぐみ幼稚園に通園している場合は、申請の必要はありません。

子どもへの虐待はなぜ起る? 地域が今、子ども達の為にできること

子どもは地域で育てる「地域コミュニティの活用」

9月14日(水)14時~16時

会場 タワーホール船堀5階大ホール

第一部講演「虐待かな? と思ったら」

第二部パネルディスカッション「地域の



▲尾木直樹

男女共同参画「コミュニケーション力向上セミナー」自分のことをもっと好きになろう 大人のための絵本セラピー

絵本を通して、大人が忘れていた本当の自分、大好きな自分と出会う場を提供します。自分のことをもっと好きになつてみませんか。

※手話通訳があります。

9月29日(木)18時30分~20時30分

会場 タワーホール船堀4階研修室

60人(申込順)

絵本セラピスト協会・岡田達信

9月2日(金)9時から電話またはファクシミリで、女性センター ☎(5676)2455・FAX(5676)2458

※一時保育あり(2歳以上の未就学児6人。9月16日(金)までに要予約)。

あなたの就職を応援します 就職応援セミナー&面接会

ほっとワークえどがわ

1 就職ガイダンス セミナー

早期就職を支援するためのセミナーです。

9月16日(金)10時~12時

概ね50歳までの方30人(申込順)

2 ミニ面接会

フルタイム・パート採用を行う区内外事業所の人事担当者面接ができません。

模擬面接を受け、面接

3 若年者就職応援セミナー

「まるごと面接対策 2DAYS」

模擬面接を受け、面接

9月16日(金)13時30分~16時

1社につき10人程度(申込順)

履歴書(写真貼付) ヤングほっとワーク えどがわ

9月2日(金)10時から電話で、①②③ほっとワークえどがわ ☎(5662)0359 / ③生活就労支援 ☎(5662)0516

国民健康保険の指定健康施設

区では、区内在住の方が、通常の1~2割引きで利用できるように、左表の23施設と協定を結んでいます。

利用期間 24年3月31日(土)まで

申込方法 ご希望の施設に直接電話し、「江戸川」に添付されている

川区の国民健康保険の指定健康施設として利用「と伝えてください」。

利用時に、「指定健康施設ガイド」(区役所・各事務所保険年金係で配付、または区ホームページからダウンロードも可)に添付されている

利用券が必要です。

※料金は大人1人1泊2食付き、入湯税別の通常料金です(ホテルエミオン東京ベイ・大東館は1泊朝食付き)。

※季節・曜日・人数などにより料金が異なることがあります。

保健事業係 ☎(5662)0623

場所	施設名	電話	料金(円)	
			平日	休前日
福島県	会津東山 おやど 東山	0242(28)1222	10,650	12,750
茨城県	大洗 民宿与五郎	029(266)0456	6,300	6,300
栃木県	塩原 源美の宿 会津屋	0287(32)2020	14,000	17,000
	鬼怒川 佳祥坊 福松	0288(77)3311	6,990	8,990
	鬼怒川 プラザホテル	0288(76)1031	11,025	14,175
群馬県	川治 湯けむりの里 柏屋	0288(78)0002	12,600	16,800
	伊香保 いかほ秀水園	0279(72)3210	10,500	13,650
千葉県	上牧 ホテル辰巳館	0278(72)3055	10,500	13,650
	草津 草津グリーンパークパレス	0279(88)3960	7,920	9,000
神奈川県	天津小湊 豊明殿	04(7095)2334	10,500	12,600
	白浜 グランドホテル太陽	0470(38)3331	10,500	13,650
静岡県	新浦安 ホテルエミオン東京ベイ	047(304)2727	7,600	10,200
	三浦 マホロバ・マイズ三浦	(0120)046891	10,000	15,400
新潟県	湯河原 青巒荘	0465(63)3111	13,650	18,900
	伊東 大東館	0557(37)5166	5,500	7,500
	伊東 ホテル伊東ガーデン	(0120)363841	10,500	12,600
長野県	伊豆熱川 伊東ホテルニュー岡部	0557(38)2611	11,550	14,700
	紫雲閣ホテルオグラ	0557(23)1225	10,000	12,000
新潟県	六日町 龍氣	025(770)2525	7,875	9,975
	湯沢 苗場ホワイトパレス	025(789)2785	5,500	7,500
長野県	鹿教湯 ホテルかめや	0268(44)2336	8,400	8,400
	上山田 ホテル清風園	026(275)1016	12,950	14,550
長野県	白馬 白馬アルプスホテル	0261(82)2811	14,175	16,065

子ども未来館のゼミ・クラブ

半年間で一つのテーマを探究します。

アカデミー工房

木や紙、毛糸などの素材とそれぞれに適した道具について学び、作品作りを通してモノを加工する技術を身につけます。

10月23日(日)、11月27日(日)

10月23日(日)、11月27日(日)

10月23日(日)、11月27日(日)

10月23日(日)、11月27日(日)

えどがわエコセンターの催し

太陽エネルギー 利用講習会

太陽光発電システムと太陽熱温水器について解説します。

9月10日(土)10時30分~12時

会場 タワーホール船堀3階えどがわエコセンター1多目的ルーム

10人(申込順)

9月2日(金)9時から電話またはファクシミリ(住所・氏名・電話を記入)で、えどがわエコセンター ☎(5659)1651・FAX(5659)1677



子ども未来館のゼミ・クラブ

10月23日(日)、11月27日(日)

10月23日(日)、11月27日(日)

10月23日(日)、11月27日(日)

10月23日(日)、11月27日(日)

楽ちん美味しい 料理で省エネを

楽ちん美味しい 料理で省エネを

段取り上手になり、簡単に美味しい食事を作るための講習を行います。

9月21日(水)11時~13時

会場 清新町コミュニティ会館

25人(申込順)

800円

エプロン、バンダナ、ハンドタオル ほか

9月2日(金)9時から電話で、えどがわエコセンター ☎(5659)1651



里山企画

親子で地球環境の循環について考えよう

竹林の間伐・竹細工体験を通じて、地球環境の

9月18日(日)9時~17時30分

会場 千葉県香取市 葛西地区民館前に集合。

3歳以上のお子さん 3名以上(申込順)と保護者20名(申込順)

3歳以上の未就学児 1000円、小学生 2000円、中学生 2500円

※体験料・交通費・昼食代を含む。

9月18日(日)9時~17時30分

会場 千葉県香取市 葛西地区民館前に集合。

3歳以上のお子さん 3名以上(申込順)と保護者20名(申込順)

3歳以上の未就学児 1000円、小学生 2000円、中学生 2500円

※体験料・交通費・昼食代を含む。

古着・古布リサイクル 移動回収を行っています

左表のとおり
※雨天・祝日も実施。
回収への出し方 透明または半透明のビニール袋に入れて、縛って直接持参
※近隣の迷惑となるため、車での持ち込みは不可。
※回収時間は、いずれも1時間30分です。
※ご減量係
☎(5662)1689

◎9月の回収日時・場所

回収日	開始時間	移動回収車待機場所
第1火曜 9月6日	9時	南葛西会館 駐車場
	11時	スポーツランド 第4駐車場
	14時	総合体育館アーチェリー場 敷地内
第2火曜 9月13日	9時	清新町コミュニティ会館 駐車場
	11時	二之江コミュニティ会館 敷地内
	14時	中平井コミュニティ会館 駐車場
第3火曜 9月20日	9時	松江コミュニティ会館 駐車場
	11時	鹿骨区民館 駐車場
	14時	共育プラザ葛西 敷地内(正面入口前)
第4火曜 9月27日	9時	臨海町コミュニティ会館 駐車場
	11時	北部粗大ごみ持込施設 敷地内
	14時	北小岩コミュニティ会館 敷地内
第2土曜 9月10日	9時	小岩健康サポートセンター 駐車場
	11時	区役所本庁舎 敷地内(正面入口前)
	14時	葛西区民館 敷地内(正面入口前)
第4土曜 9月24日	9時	下鎌田広場(東部区民館前)
	11時	小松川健康サポートセンター 駐車場
	14時	小岩清掃事務所 駐車場(柴又街道沿い)

不登校のお子さんでお悩みの方へ 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へ、日曜日に相談窓口を開設します。
☎(5662)7204

☎(5662)7204

視覚障害者向け説明会

10月から始まる重度視覚障害者向けの同行援護サービスについての説明です。
☎(5662)0044

東葛西図書館講演会 「石津ちひろさんととびの海へ」

「くだものだもの」や「あしたうちにねこがくる」などでお馴染みの絵本作家、石津ちひろさんによる講演会です。
☎(5658)4008

小松川図書館講演会 「万葉の悲恋」

万葉集の恋歌の中から悲恋を取り上げます。実らぬ恋に身を焦がす当時の人々の心に触れてみませんか。
☎(5638)184

西葛西図書館出前講座 「そらぐく」

航空会社の機長が地球温暖化の仕組みと、上空1万メートルから見た今の地球の状態を紹介いたします。
☎(5638)184



小岩図書館新築移転による閉館及び臨時カウンターの開設

24年1月下旬、小岩図書館が東小岩3丁目目新築移転します。移転に伴い、10月1日(土)から閉館します。
☎(3672)0251

「小学校希望調査」の結果

24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。
☎(5662)1624

一之江抹香亭の催し

いずれの催しも会場は一之江抹香亭(一之江5-13-16)です。直接会場へお越しください。
☎(5662)1624

箏の調べと お茶を楽しむ会

箏を聴きながらお茶を楽しみます。
☎(3654)0095

お月見会

お月見キャンドルナイ

グリーンパレスの料理教室 「洋風・和風巻き寿司のお弁当作り」

約された資料の受け渡しのみを行います。
☎(5662)6738

第2回 さくらの家まつり

地域のみなさんと利用者が一緒に楽しむまつりです。
☎(5836)2033



心身障害児(者)親子激励 日帰りバスハイク

東日本震災の状況を踏まえ、延期していたバスハイクを実施します。
☎(5662)5557

グリーンパレスの催し

第2回物産市
第2回物産市
☎(5662)7687

国保健診実施中

国民健康保険に加入している40歳～75歳未満の方を対象に、国保健診を実施しています。

毎年の受診が健康への近道です

健診は毎年受診することで、検査数値の推移が把握でき、生活習慣病の改善や病気の早期発見につながります。

	対象	受診期限
①	40～64歳(昭和22年4月1日～47年3月31日生まれ)の8～11月生まれの方	11月30日(水)
②	65～75歳未満(昭和11年8月1日～22年3月31日生まれ)の方	10月31日(月)

受診方法・場所 ①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(祝休日を除く) / ②直接、区内指定医療機関へ
 ◎詳しくは、送付した受診案内をご覧ください。
 ☎ 保健事業係☎(5662)0623

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、「新しいことが覚えられない」「感情がコントロールできない」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16日(金)13時30分～15時30分
 ☎ 9月2日(金)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=火～土曜10時～19時

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。
 ☎ 11月30日(水)まで
 ☎ 虫歯・歯肉炎など、口の健康に関する検査
 ☎ 昭和16・21・26・31・36・41・46・51・56・61年、平成3年生まれの方
 ☎ 無料(治療は有料)
 ☎ 健康保険証や運転免許証など、本人確認ができるもの
 ☎ 健康推進課推進係☎(5661)2462

9月は「自殺対策強化月間」です 気づいてください! 体と心の限界サイン

“こころの悩み”を抱えていたり“自殺”について思い悩んだりしていませんか? 一人で悩まず、あなたの声を聞かせてください。まずは、相談することが大切です。

東京都の特別相談

- こころといのちのホットライン (24時間) ☎(0570)087478
☎ 9月5日(月)～9日(金)
- 自殺予防いのちの電話 ☎(0120)738556
☎ 9月10日(土)8時～11日(日)8時
- 48時間特別相談 ☎(5286)9090
☎ 9月10日(土)6時～12日(月)6時

江戸川区こころの健康ホットライン

- ☎ 月～金曜☎(5661)2525 / 土曜☎090(2568)7956 (いずれも祝休日を除く9時～12時・13時～16時)

こころの健康相談

専門医が個別に相談に応じます。最寄りの健康サポートセンター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	7日(水)	5日(水)	9時から 13時30分から
		27日(火)	28日(金)	
	小岩	9日(金)	21日(金)	14時から
		16日(金)	13日(木)	
	東部	15日(木)	20日(木)	9時30分から 14時から
		28日(金)	28日(金)	
	清新町	2日(金)	7日(金)	9時30分から 13時30分から
		28日(水)	—	
	葛西	—	18日(火)	13時30分から 9時30分から
		22日(木)	27日(木)	
鹿骨	14日(水)	—	13時30分から 14時から	
	26日(月)	31日(月)		
小松川	14日(水)	5日(水)	13時30分から	
	—	12日(水)		
なぎさ	14日(水)	12日(水)	14時から	
	28日(水)	—		

「健康イキイキ養成塾」

自らの体の状態を知り、健康長寿を達成するための取り組みを始めませんか。
 ☎ 9月27日～10月25日の毎週火曜9時30分～11時30分(全5回)
 ☎ 血管年齢測定、脳トレーニング体験、食事バランスチェック、体力測定、健口チェック、口腔機能向上ゲーム ほか
 ☎ 60歳代の方30人(申込順)
 ☎ 9月2日(金)9時から電話で、東部健康サポートセンター☎(3678)6441

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9日(金)・16日(金)・30日(金)10時30分～13時30分(全3回)
 ☎ グリーンパレス4階料理講習室
 ☎ 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)
 ☎ 1500円(材料費)
 ☎ 9月2日(金)9時から電話で、中央健康サポートセンター☎(5661)2467

神経難病検診 無料

☎ 10月2日(日)9時から
☎ 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35人程度(申込順)
 ※脳卒中の後遺症や変形性骨関節症の方はご遠慮ください。

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

物忘れ相談

物の名前がなかなか出てこない、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	2日(金)	14時から
	鹿骨	14日(水)	13時30分から
		15日(木)	9時30分から
	葛西	22日(木)	14時から
	鹿骨	26日(月)	13時30分から
	中央	27日(火)	14時から
	なぎさ	28日(水)	13時30分から

えどがわ区民ニュース 9月1日号放映中!

- 特集
 - ・震災から学び、教訓に～地域防災力の向上を目指して～江戸川区で今後起こり得る大地震や水害、そして必要な備えについて、改めて考えます。
- ビデオレポート
 - ・生き物がいっぱい身近な公園～一之江境川親水公園自然観察会～
 - ・見てふれて発見! 自然動物園サマースクール
- 区内の出来事、区からのお知らせ

CATVで放送中!

◎J: COM江戸川 11チャンネル(☎9時から/12時から/20時から) ※曜日・時間で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/>

☎ DVD・ビデオテープの貸し出し・申し込み☎映像広報係☎(5662)6167

船堀シネパル 上映のご案内

作品名	日程(9月)
コクリコ坂から	上映中
神様のカルテ	30日(金)まで
霧笛が俺を呼んでいる / 太陽の季節	3日(土)から
網走番外地 ほか3本	12日(月)から
小川の辺	17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。

肉の生食はやめましょう!

肉の生食による食中毒や死亡事故が発生しています。肉は十分に加熱して食べましょう。☎生活衛生課☎(3658)3177

凡例 日時(日程) 時間 場所 内容 人員(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

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

◎特に記載のない場合、費用は無料です。

凡例 日日時(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

HP

ホームページ

医学メモ どうしてがんは予防が大切なの？

東日本大震災後に、がん予防キャンペーンのCMが繰り返し放送されたことに対して、一部の方から批判的な意見があったと聞きます。実際にごんと闘っている方や大切な人をがんで失った方々には、素直に受け入れられない心情があるのだと思います。

がんはいまだに人の命を奪う病として私たちの前に立ちまわっていますが、現在、がんを完全に治す薬はありません。では、なぜ、がんを治す薬が現れないのでしょうか？

がんとは、がん細胞自身が細胞分裂を繰り返して増殖し、ほかの臓器を侵食しながら無秩序に広がって、最後には自らをも滅ぼしてしまう無法者です。私たちの細胞が増殖するとき、そのバランスは遺伝子によってコントロールされていますが、がんは遺伝子の細胞生産コントロール機能が壊れることで発生します。もちろん、私たちの体にはこの機能が壊れないように幾重にも防御システムが作られていて、たとえ壊れても修復する機能も持ち合わせています。しかし、遺伝子が傷つき防御システムの幾つかが壊れることで、がんが発生します。

がんを治す仕組みは単純です。傷ついた遺伝子を治してあげればいいのです。ところが、今の医学ではまだそれができません。そのため、私たちに必要なことは、遺伝子が傷つかないように生活習慣を正し、がんにならないように予防することです。次に大切なことは、がんになっても治すことができる早期の状態で見つけること、つまり定期的ながん検診を受診することなのです。

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

熟年者のインフルエンザ予防接種

●対象・接種票の交付

▷65歳以上の方⇒9月30日(金)に接種票を郵送します。ただし、11月2日(水)～12月31日(土)に65歳の誕生日を迎える方には、誕生月の初めに郵送します。

※8月31日以降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、誕生日の前日以降から接種できます。

▷60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・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(土)～24年1月31日(火)

●自己負担額 2200円

※対象者の方で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。

◎インフルエンザの流行に備え、接種票が届いたら早めに接種しましょう。

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・がん予防推進月間です

◆バランスの取れた食事で健康に

昔も今も、健康の基本はバランスの取れた食事です。メタボリックシンドロームやがんの予防のためにも、ご自身の食生活を見直してみませんか。

◆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、気軽にご相談ください。

申込先・会場	日程(9月)	時間
健康サポートセンター	中 央 12日(月)・26日(月)	9時～12時
	小 岩 7日(水)・21日(水)	
	東 部 8日(木)・28日(木)	
	清 新 町 16日(金)・28日(水)	
	葛 西 13日(火)・20日(火)	
	鹿 骨 8日(木)・20日(火)	
	小 松 川 7日(水)・14日(水)	
	な ぎ さ 12日(月)・26日(月)	

◎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を行っています。

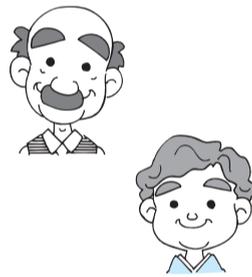
がん検診

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
乳がん[超音波][触診] 授乳中・妊娠中(可能性含む)の方を除く	以上 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
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	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
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 ▷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
肺がん[X線][喀痰細胞診] 妊娠中(可能性含む)の方を除く	以上 直接、江戸川区医師会医療検査センターへ
前立腺がん[血液検査] 4月～24年3月に60・65・70歳になる方	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。
申 問 健康推進課推進係 ☎(5661)2462

長寿健診実施中!

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」を記入の上、お持ちください。



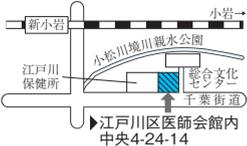
日 10月31日(月)まで(休診日を除く)
場 区内指定医療機関
内 問診、生活習慣病などの検査、生活機能に関するチェック、胸部X線撮影
人 昭和11年7月31日以前に生まれた方
※65歳以上で、後期高齢者医療制度に加入している方も対象です。
◎詳しくは受診案内をご覧ください。
申 問 健康推進課推進係 ☎(5661)2462

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。

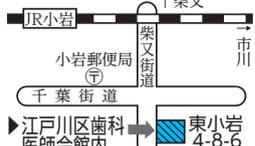


休日急病当番医

9月4日
小—麻生小児科医院 西葛西6-9-12 ☎(5659)5220
内—むらかみクリニック 一之江7-38-8 ☎(5678)7377
小—京谷医院 北小岩6-17-7 ☎(3671)8103
—恵仁堂医院 東小岩4-10-5 ☎(3657)4416
内—北浦医院 平井1-5-7 ☎(3685)1177
眼—篠崎駅前高橋眼科 篠崎町2-407-2 ☎(5666)3765
耳鼻—しんけん耳鼻咽喉科 西葛西8-12-17 ☎(6411)4133

休日歯科応急診療

9月4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4日
市原整骨院 南篠崎町2-45-12 ☎(3677)4025
おざわ整骨院 南篠崎町3-5-11 ☎(3698)7066
◎受診の際は必ず健康保険証などを持参してください。

薬剤師会 健康講座 「がんとの正しい付き合い方」

早期発見・早期治療により、がんは決して怖くないことを学びます。
日 9月17日(土)14時から
場 ① コミュニティプラザ一之江
② 40人(先着順)
師 東京大学医学部附属病院・黒田誠一郎
申 問 江戸川区薬剤師会 ☎(5607)1535

9月はがん予防推進月間です!

がんは早期発見・早期治療が大切です。定期的ながん検診を受けましょう。申 問 健康推進課推進係 ☎(5661)2462



広報

えどがわ

2011年 平成23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。
日 9月5日(月)・6日(火)9時~16時
場 消費センター(グリーンパレス1階) ☎(5662)7637

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/>

お月見キャンドルナイト ~スローでエコなお月見を~



お月見イベント

お月見イベントを開催します。詳しくは、えどがわエコセンターへお問い合わせください。エコセンターのホームページでも紹介しています。HP <http://www.edogawa-ecocenter.jp/>

- タワーホール船堀1階アトリウム「お月見コンサート」
日 9月10日(土)15時30分~16時15分
- タワーホール船堀展望室「お月見スポット」
日 9月12日(月)15時~21時
- 一之江抹香亭「お月見会」
日 9月22日(木)
☎ 3面参照

9月12日(月)は、中秋の名月です。部屋の照明やテレビを消して節電しながら、キャンドルの灯のもと、身近なところからできる「エコ」について考えてみませんか。
☎ えどがわエコセンター ☎(5659)1651

エコキャンドル教室

使用済みの食用油で作った地球にやさしいマイキャンドルで、すてきなお月見を楽しみましょう。

- 日 9月5日(月)・6日(火)・9日(金)
- 時 ①13時から、②14時から
- 場 タワーホール船堀3階えどがわエコセンター
- 人 各回20人(申込順)
※小学生以下は保護者同伴。
- 費 100円(小学生以下無料)
- 申 9月2日(金)9時から電話またはファクシミリ(希望日・時間・住所・氏名・年齢・電話を記入)で、えどがわエコセンター ☎(5659)1651・FAX(5659)1677



「あなたのキャンドルナイト」写真募集

キャンドルで過ごす様子などの写真を募集中です。詳しくは、えどがわエコセンターのホームページをご覧ください。

お月見キャンドルをプレゼントしています
ご希望の方は、電話またはファクシミリ(住所・氏名・電話を記入)で、えどがわエコセンター ☎(5659)1651・FAX(5659)1677へお申し込みください。

自然動物園 親子一日飼育体験教室

日 9月24日(土)・25日(日)
10月1日(土)・2日(日)

時 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 区内在住の小学1・2年生と保護者各回8組16人(抽選)

場 往復ハガキに希望日・住所・児童氏名

☎(フリガナ)・学校名・学年・性別・保護者氏名(フリガナ)・電話を記入し、9月10日(土)までに郵送(必着)、〒134-0081 北葛西3-2-1 自然動物園 ☎(3680)0777

※重複申し込みは無効です。過去に参加したことがある方はご遠慮ください。

交通安全江戸川区民の集い

9月21日(水)~30日(金)は秋の全国交通安全運動

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」を開催します。このイベントでは、交通ルールの順守と正しい交通マナーを実践し、「安全で安心して生活できるまち」の実現を目指します。アトラクションもありますので、ぜひご参加ください。

日 9月3日(土)14時~16時

場 総合文化センター小ホール

内容 第1部 式典/第2部 警察官による交通安全教室/第3部 アトラクション(橘家圓蔵トークショー、東葛西中学校ブラスバンド部による演奏)

☎(5662)1998

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日以前の耐震基準で建築された建築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 14時~15時30分

場 下表のとおり

日程	会場
9月10日(土)	グリーンパレス
10月1日(土)	葛西区民館
10月15日(土)	鹿骨区民館
10月29日(土)	東部区民館
11月5日(土)	小松川区民館
11月19日(土)	小岩区民館

☎(5662)6387

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「23年9月30日」の方

更新手続き期間・会場
▽9月15日(木)~30日(金)9時~16時 区役所5階503会議室

※土・日曜、祝日を除く。
※10月3日(月)以降は、障害者福祉課(区役所2階5番)で受け付けをします。

☎(5662)0062
FAX(3656)5874

☎(5662)0314
☎(5662)5557

長寿のお祝いを心をこめてお届けします

長寿のお祝いを9月15日(木)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(5000円券6枚)です。

日 9月15日(木)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(木)現在、区外の施設(病院・老人保健施設など)に1年以上入院・入所の方は対象になりません。

◎期間中に受け取れない方は、10月6日(木)~12月15日(木)に孝行係(区)

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」を実施します。10月15日(土)までに、対象となるご家庭に民生委員が伺います。ご協力をお願いします。

日 9月30日(金)現在、70歳以上のひとり暮らしの方

☎(5662)5557

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

更新手続き期間・会場
▽9月15日(木)~30日(金)9時~16時 区役所5階503会議室

※土・日曜、祝日を除く。
※10月3日(月)以降は、障害者福祉課(区役所2階5番)で受け付けをします。

☎(5662)0062
FAX(3656)5874

☎(5662)0314
☎(5662)5557

あなたの手作りの「マイバッグ(買い物袋)」を募集しています。日 9月21日(水)まで 申 ごみ減量係 ☎(5662)1689