

主な内容

- 2 面 荒川放水路建設から100年シンポジウム
- 3 面 ぶらり 湯らり スタンプらり～
- 4 面 スポーツランド 10月15日(土) アイススケートリンクオープン!
- 8 面 介護予防でいきいき元気

■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/>

第34回 江戸川区民まつり

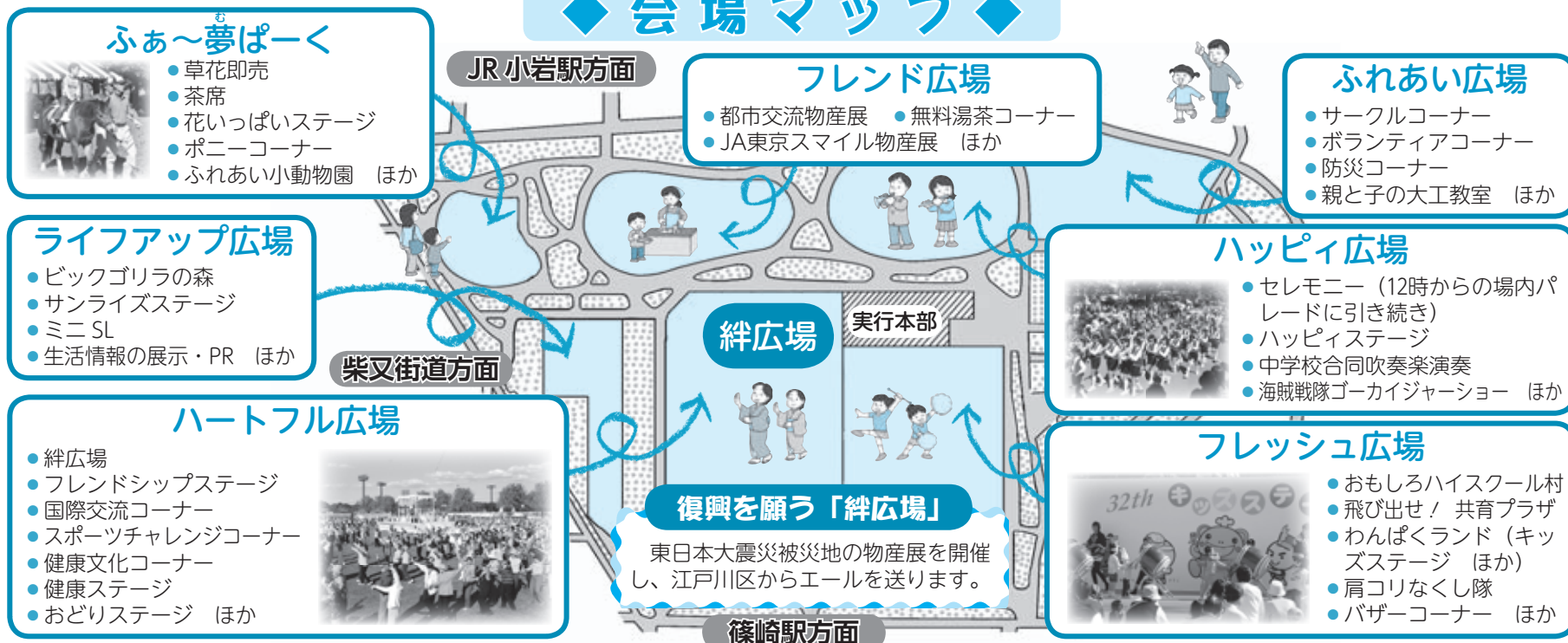
～心ひとつにひろがる絆～

10月9日(日) 9時～16時

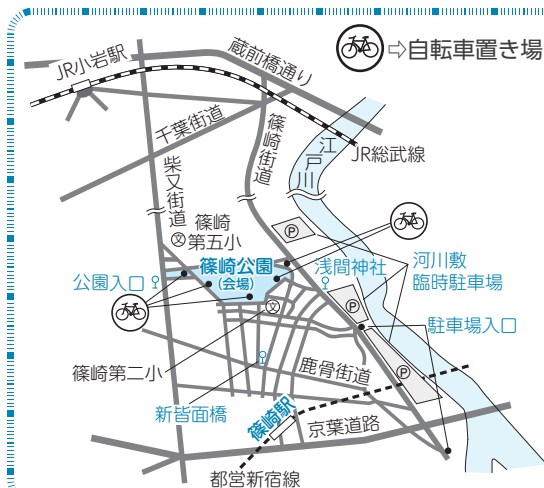
都立篠崎公園 (雨天実施)

区民のみなさんの熱意・心意気が結集する区内最大のイベント「区民まつり」。子どもから大人まで楽しめる催しが盛りだくさん。今年、東日本大震災被災地の復興を願って「絆広場」を設けるほか、場内12か所に募金箱を設置します。家族や友だちと、ぜひお越しください。
問 コミュニティ係 ☎(5662)0515

◆会場マップ◆



会場周辺図および交通案内



- バス (京成バス)
- ▶(小72) JR小岩駅～一之江駅・瑞江駅・スポーツランド ♀浅間神社下車徒歩3分
 - ▶(小73) JR小岩駅～瑞江駅～スポーツランド・江戸川清掃工場 ♀公園入口下車徒歩3分
 - ▶(新小71) 新小岩駅～篠崎駅～瑞江駅・スポーツランド ♀新皆面橋下車徒歩7分
- 地下鉄
- ▶都営新宿線「篠崎駅」から徒歩15分
- 自動車
- ▶河川敷臨時駐車場へ (4,000台)
- 自転車
- ▶会場周辺の自転車置き場へ (6,500台)

8時～17時は、交通規制が実施されます。周辺道路は込み合いますので、公共交通機関・自転車・徒歩などでお越しください。



▲区民まつりキャラクター「ハッピー」

江戸川区長 多田正見

今年は稀に見る災害年となりました。東日本大震災、台風12号による紀州熊野川の氾濫や、十津川村の豪雨災害、そして台風15号は、関東地方や大震災被災地にも大きな爪痕を残しました。自然災害は、地震や津波、台風による高潮や洪水、地滑りなど様々です。加えて今年は、原発事故まで発生しました。放射能汚染はもとより、それに伴う風評被害、電力危機など、国際的にも大きな波紋を投げ掛けている。未だ世界中が揺れ動いています。

民主党政権が発足して2年が経ちました。この間、八ッ場ダム建設中止や事業仕分けによるスロープ堤防廃止判定などが突然持ち上がり、低地帯に暮らす私たちは強い衝撃を受けました。国交省はこの問題を、それぞれ専門家による検討会に委ね、このほどその結論が出されました。当然のことながら、八ッ場ダムは「続行」スロープ堤防は「都市部の低地帯で必要」との判断が示されたところです。政府が一刻も早くこれを再開すべく決断することを、切望せずにはいられません。自然災害への100%の防備はありません。しかし、出来る限り被害の減殺を考え、今できることに地道に取り組んでいくことが、先の責務であると思います。

ホット
ライン

進学・海外留学するための 入学資金を融資あつせんします

お子さんが進学・海外留学するためには、入学手続き時に必要な資金を区内信用金庫から低利で借りられるようあつせんします。

対象となる学校 ①私立の高等学校・高等専門学校・専修学校・短期大学・大学／②外国の高等学校・短期大学・大学などへの海外留学

※大学院は対象外です。
融資対象 入学手続き時に一括して学校へ納入する入学資金など

※既に学校へ納入した入学資金や入学後に納入する費用、渡航費・滞在費などを除く。

※海外留学は6か月以上の留学に限りません。
融資額 高等学校など10万～100万円／短期大学・大学・専修学校・海外留学

※融資条件・必要書類など、詳しくはお問い合わせください。なお、取り扱う信用金庫での審査などに2週間程度かかります。入学金の納入期限に間に合うように、早めに手続きをしてください。

あなたの就職を応援します 就職応援セミナー＆面接会

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。効率的な就職活動のポイントを、分かりやすく解説します。

① 10月21日(金)10時～12時
② 概ね50歳までの方30人（申込順）

ミニ面接会

フルタイム・パート採用を行う区内外の事業所の人事担当者で面接がで

住宅の修繕や リフォームをお考えの方へ

住まいの修繕・増改築相談

区に登録している建築組合を通して、工務店などを紹介します。工事の大小は問いません。見積もりは無料です。

住宅リフォーム資金 融資あつせん制度

住宅をリフォームするときなどの資金融資をあつせんします。着工前にご相談ください。

対象 所有者が居住している区内の住宅
主な申し込み条件 ①区民である、②住民税を

荒川放水路建設から 100年シンポジウム

今年、荒川放水路（現在の荒川の下流部）の建設事業着手から100年になります。荒川放水路の歴史や過去の治水から得た教訓を学び、今後の治水対策を考えます。

① 11月3日(祝)10時～12時
② クルージング
③ 14時～17時
④ シンポジウム

① 東京水辺ライン両国発着場（墨田区横綱1丁目地先）、② 東京芸術センター天空劇場（足立区千住1～4、1）

※降船後、シンポジウム会場までは、専用バスでの移動となります。
③ 200人（抽選）

④ 申し込み方法
⑤ 申し込み期間
⑥ 申し込み料
⑦ 申し込み窓口
⑧ 申し込み電話
⑨ 申し込みFAX
⑩ 申し込みメール

各種の手当で生活を支援 （障害のある方や難病の方を対象に）

区では、障害のある方や難病の方に各種の手当（22年度は約1万9700人に総額約29億2000万円）を支給しています。

◆障害のある方 手当の種類・対象 左表のとおり

◆難病の方 難病患者福祉手当を支給しています。

① 東京都難病医療費助成の該当疾病などのため、日常生活に制限を

受けている方
対象となる疾病 ベーチエット病、多発性硬化症など124の疾病

※東京都難病医療費助成の手続きは、保健所・各健康サポートセンターにご相談ください。

① 所得制限などがあります。また、特定の施設に入所した場合は支給されません。

② 自立援助係
③ 東京都難病医療費助成の該当疾病などのため、日常生活に制限を

特別支援教育に関する講演会

授業に集中できない、友だちと上手く付き合えないなど、学校生活で課題のあるお子さんとの関わり方を、一緒に考えてみませんか。

① 10月29日(土)13時30分～16時
② グリーンパレス5階
③ 孔雀1

④ 60人程度（申込順）
⑤ 白梅学園大学准教授

古着・古布リサイクル 移動回収を行っています

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

※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。

① 回収場所
② 回収時間
③ 回収料

④ 回収方法
⑤ 回収場所
⑥ 回収時間
⑦ 回収料

◎10月の回収日時・場所（雨天も実施）

回収日	開始時間	移動回収車待機場所
第1火曜 10月4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 10月11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 10月18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 10月25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 10月8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 10月22日	9時	下鎌田広場（東部区民館前）
	11時	平井公園（平井2～16）※会場が変わりました。
	14時	小岩清掃事務所 駐車場（柴又街道沿い）

「セーフティネット保証制度」 指定期間の延長と認定要件の追加について

東日本大震災や円高などで売り上げが減少した中小企業のうち、区の認定を受けた事業者は「セーフティネット保証」を利用できます。全82業種を認定対象とする指定期間が24年3月末まで延長され、10月1日(土)から認定要件が追加されることとなりました。

認定要件 ①最近3か月の平均売上高が前年同期比で5%以上減少していることや、②円高の影響で最近1か

月の売上高が前年比10%以上減少し、その後2か月を含む平均売上高が前年比10%以上減少見込みであること
③ 保証限度額 無担保800万円、有担保2億円
④ 区の認定を受けて、東京都の「経営セーフ」融資を受けた区内事業者には、利子補給の制度があります。
⑤ 申込先 中小企業相談室（区役所東棟1階）
⑥ 申込電話 05662-0538

えどがわ銭湯ラリー 銭湯に行こう!! 湯こう!! ぶらり 湯らり スタンプらり~

10月9日(日)~24年2月29日(水)

公衆浴場組合江戸川支部に加盟する区内50軒の銭湯で、スタンプラリーを実施します。スタンプを集めてオリジナルグッズと交換しよう!

対象 小学生以上の方

◎台紙は各銭湯で配付しています。

◎1枚の台紙に同じ銭湯のスタンプを押すことはできません。

※各銭湯の定休日にご注意ください。



お湯の富士

▲えどがわ銭湯キャラクター「お湯の富士」

スタンプ達成数に応じた景品をご用意

お湯の富士ストラップ

オリジナルCD

お湯の富士ぬいぐるみ

4軒達成!

7軒達成!

35軒達成!

※景品は各銭湯で交換できます(24年3月31日(土)まで)。

☎ 公衆浴場組合江戸川支部 ☎ 江戸川区
☎ 商工勤労係 ☎ (5662) 0523

子ども未来館の教室・イベント

●ロボット工作教室「入門編」

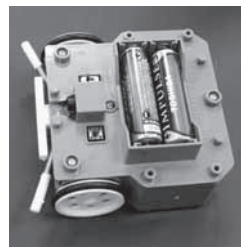
ロボットの組み立てやパソコンを使ってロボットを動かすプログラミングの基礎を学びます。

☎ 10月8日(土)10時~11時30分

☎ 小学4~6年生16人(抽選)

☎ 1890円(材料費)

☎ 筆記用具



ロボットコンテストを開催!

特設コースのラリーやロボット押し相撲などで勝敗を競います。

☎ 10月10日(祝)13時30分~16時

☎ 「ロボット工作教室(入門編)」修了者(10月8日実施分を含む)

「初心者ミニロボット講座」も開催

☎ 10月10日(祝)10時30分~11時30分

☎ 小学4~6年生16人(抽選)

※受講後、レンタルロボットでコンテストに参加できます。



《場申込》往復ハガキに教室名またはイベント名・講座名・住所・氏名(フリガナ)・性別・学校名・学年・保護者氏名・電話を記入し、10月5日(水)までに郵送(必着)またはファクシミリで、〒133-0061 篠崎町3~12~10 子ども未来館 ☎ (5243) 4011・FAX (5243) 6811

えどがわエコセンターの催し

①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。

☎ 10月8日(土)10時30分~12時

☎ タワーホール船堀3階えどがわエコセンタ1多目的ルーム

☎ 10人(申込順)

②おきがる環境講座

第7回「知って得する家庭でできる省エネ」

☎ 10月22日(土)13時30分~15時

☎ タワーホール船堀307会議室

☎ 目からウロコの省エネ方法

☎ 30人(申込順)

☎ 300円(資料代)

☎ (株)環境エネルギー研究所・大庭みゆき

③水道の歴史を学ぼう

「水と私たち」

☎ 10月29日(土)9時30分~14時45分

☎ JR御茶ノ水駅御茶ノ水橋口に集合。

④秋の鳴く虫を探そう

東京都水道歴史館、文京ふるさと歴史館の見学ほか

☎ 小学3~6年生と保護者15組(申込順)

☎ 1組300円

☎ 10月10日(祝)10時~14時30分

☎ 荒川中土手五色池周辺(JR総武線鉄橋下流)

☎ 30人(申込順)

☎ 小学3年生以下は保護者同伴。

☎ 100円

☎ 昼食、豚汁の具、虫捕り網、虫かごほか

☎ 「おかげさま農場」を訪ねるバス見学会

☎ 10月28日(金)7時30分~18時30分

☎ JR小岩駅、一之江駅、葛西駅から出発。

☎ 千葉県成田市有機農家グループの農場見学および農業体験ほか

☎ 40人(抽選)

☎ 4000円(交通費、昼食代ほか)

一之江名主屋敷のイベント

①秋の夜嘯

橘家富蔵独演会2

☎ 10月29日(土)17時30分~19時30分

☎ 一之江名主屋敷

☎ 古民家めぐり解説会

☎ 世田谷区との共同で古民家と屋敷林を探索し、

その魅力を味わいます。いずれも現地集合です。

☎ 10月30日(日)

☎ 10時~11時30分

☎ 一之江名主屋敷、14時~16時

☎ 次太夫堀公園民家園(世田谷区)

☎ 《人》①70人・②15人 ※いずれも抽選。

《申込》

①~③ ↓ 10月3日(月)

9時から電話またはファクシミリで、えどがわエコセンター ☎ (5659) 1651・FAX (5659) 1677

④ ↓ 10月3日(月)9時からファクシミリまたは電子メールで、中土手に自然を戻す市民の会 ☎ (3654) 7240・FAX (3654) 7256・電子メール: kadote96@cleanaid.jp

⑤ ↓ 10月11日(火)までにハガキを郵送(必着)またはファクシミリ・電子メールで、〒132-0033 東小松川3-35-13 ↓ 204 江戸川区生ごみ堆肥化実践クラブ ☎ FAX (3655) 1387・電子メール: ikigomi@ikigomi.jp

※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・ファクシミリ番号またはメールアドレスを記入。

《費》 入館料各1000円(中学生以下無料)
《申込》 往復ハガキに催し名・参加者氏名(2人まで)・代表者の電話を記入し、10月13日(木)までに郵送(必着)。
〒132-0033 松島1-38-1 グリーンパレス3階 文化財係 ☎ (5662) 7176

えどがわ区民ニュース 10月1日号放映中!

- 特集 まちを支える笑顔と元気~いきいきと活躍する熟年者の皆さん~
- ビデオリポート
 - ・ご存知ですか? 古着・古布リサイクル移動回収
 - ・ご存知ですか? 区立小中学校の土曜日授業

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/>

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

わかってほしい こどもの世界



今月のテーマ「健康な子どもの健康な反応」

「ママなんて大嫌い!」小学校低学年、A子ちゃんの言葉です。A子ちゃんは4月に転校しました。活発で学校が大好きな女の子でしたが、転校してからは毎朝のように「気持ちが悪い」と言って遅刻するようになり、欠席することもありました。更にお母さんへの憎まれ口は日々エスカレートし、困ったお母さんは教育相談室を訪れました。

お母さんは、「A子ちゃんの不調は新しい環境に慣れていないためだ」と考えて見守っていましたが、1か月たっても様子は変わらず、次第に焦りと不安を感じ始めました。「原因は自分の子育てによるものかもしれない」そう思ったお母さんは、いつも以

上に甘えてくるA子ちゃんに対し、厳しい態度で接するようになったのです。「ママなんて大嫌い」は、そんな中で口にした言葉です。

環境の変化や親しい人との別れ、思わぬ事故などに遭遇すると、健康な子どもは健康な反応として「心の安全弁」を作動させます。そして、安心できる場所にこもりがちになり、ありのままの自分を親から受けとめてもらうことで安心感を得ようとし、子どもはそれを糧に困難を乗り越えていきます。このようなとき、親が必要以上に自分を責めてしまうと事態は違う問題へと姿を変え、深刻化することがあります。相談後、安心したお母さんは余裕をもってA子ちゃんと接するようになり、A子ちゃんも元気に2学期を迎えることができました。

◎お子さんの教育に関する相談をお受けしています。気軽にご相談ください。教育相談室 ☎ (5662) 7204

10月10日(祝)は銭湯の日「ラベンダー湯」

☎ 区内各公衆浴場 ☎ 通常料金(小学生以下無料) ※タオルをプレゼント(先着順)。
☎ 公衆浴場組合江戸川支部 ☎ 商工勤労係 ☎ (5662) 0523

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(昭和11年8月1日～47年3月31日生まれ)の方を対象に、国保健診を実施しています。

年齢により受診期限が異なります！

年に1度の健診（無料）の機会です。受け忘れのないよう早めに受診しましょう。

対 象	受診期限
①40歳～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)
②65歳～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) ◎今月で終了

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

ダニアレルゲン量を測定しませんか

暑い夏に繁殖したダニのフンや死骸（ダニアレルゲン）が、秋になると布団やじゅうたんなどに蓄積します。ダニアレルゲン量が増えると、ぜん息などの発作が起りやすいと言われています。

ご自宅の掃除機を使って、ダニアレルゲン量を調べてみませんか？
☎☎ 環境衛生第一・二係 ☎(3658) 3177



ぜん 息 相 談

気管支ぜん息などの疾患のある区内在住の方は、申し込みにより専門医への相談ができます。

☎☎ 高校生相当以上⇒毎週火曜13時～15時／中学生以下⇒毎週月曜 9時～11時

場 東京臨海病院
☎ 専門医による相談
☎☎ 電話で、公害補償係 ☎(5662) 1414

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。

申込先・会場	日程(10月)	時 間
健康サポートセンター 小 松 川	5 日(水)	13時30分から
清 新 町	7 日(金)	14時から
な ぎ さ	12日(水)	9時30分から
東 部	20日(木)	14時から
小 岩	21日(金)	9時30分から
葛 西	27日(木)	14時から
鹿 骨	31日(月)	14時から

第28回江戸川区医療福祉相談会

医療ソーシャルワーカー・医師・保健師などが、医療・福祉（生活保護など）の相談に応じます。臨時介護相談室も同時開設します。
☎ 10月30日(日)10時～15時（受け付けは14時まで）
場 ☎ 東部健康サポートセンター
※当日は、☎(3678) 6441でも相談できます。
☎ (社)東京都医療社会事業協会 ☎(5272) 4732

長 寿 健 診 今月で終了

75歳以上の方を対象に長寿健診（無料）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、お持ちください。



☎ 10月31日(月)まで（休診日を除く）
場 区内指定医療機関
☎ 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 ほか
☎ 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。
◎詳しくは送付した受診案内をご覧ください。
☎ 健康推進課推進係 ☎(5661) 2462

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
		10月	11月	
健康サポートセンター	中 央	5 日(水)	2 日(水)	9時から
		28日(金)	22日(火)	13時30分から
	小 岩	13日(木)	——	14時から
		21日(金)	11日(金)	14時から
	東 部	——	18日(金)	14時から
		20日(木)	17日(木)	9時30分から
	清 新 町	28日(金)	——	14時から
		7 日(金)	4 日(金)	9時30分から
	葛 西	——	30日(水)	9時30分から
		18日(火)	——	13時30分から
	鹿 骨	27日(木)	24日(木)	9時30分から
		——	9 日(水)	13時30分から
小 松 川	——	31日(月)	28日(月)	14時から
		5 日(水)	16日(水)	13時30分から
	12日(水)	——	——	14時から
な ぎ さ	——	——	9 日(水)	14時から
		——	30日(水)	14時から

高次脳機能障害の相談会と講演会

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。

●高次脳機能障害専門相談会

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。

☎ 10月21日(金)13時30分～15時30分
場 地域活動・相談支援センターかさい（中葛西2～8～3）
☎ 10月4日(火)10時から電話で ※問い合わせ・申込先は、下記参照。

●講演会「高次脳機能障害とともに～家族として10年の活動から～」

高次脳機能障害で悩む方の家族の代表として、障害を乗り越えるために活動している方を講師に迎え、障害を取り巻く現状と、今後必要な取り組みについてお話しします。

☎ 11月5日(土)14時～16時
場 グリーンパレス5階孔雀1
☎ 区内在住の方100人（申込順）
師 NPO法人日本脳外傷友の会・東川悦子
☎ 10月4日(火)10時から電話で
《☎・申込先》 地域活動・相談支援センター かさい ☎(5679) 6445＝火～土曜10時～19時

がん検診を受けましょう ～今月は乳がん月間です～

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	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] 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	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] 妊娠中（可能性含む）の方を除く	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	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。

◎10月は「乳がん月間」です。早期発見・早期治療のためにも検診を受けましょう。「女性特有のがん検診」対象の方へは、無料クーポン券と検診手帳をお送りしています。

☎ 健康推進課推進係 ☎(5661) 2462

えどがわ区民ニュースで「シリーズがん予防」を放映中

現在、区が検診を行っている上記がんについての特別番組を、ケーブルテレビ（J:COM江戸川）や区ホームページなどでご覧になれます。番組のDVDやビデオテープの貸し出しも行っていますので、ご希望の方はお問い合わせください。

☎☎ 映像広報係 ☎(5662) 6167

うつ病家族教室

うつ病の治療を正しく理解し、家族としての接し方や向き合い方、柔軟に対応できる心の持ち方などを学びます。



☎ ①10月18日(火)・②24日(月)・③31日(月)13時30分～15時30分（全3回）

☎ うつ病の治療をしている方の家族25人(申込順)

師 ①北千住メンタルクリニック医師・安藤晴延／②③MDAジャパン・山口律子

場☎☎ 10月3日(月)9時から電話で、小岩健康サポートセンター ☎(3658) 3171

アルコールの問題でお困りの方へ

一度飲み出すと止まらない、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。



☎ 10月12日(水)・26日(水)、11月9日(水)・30日(水)14時～16時

場 中央健康サポートセンター

☎ 区内在住の本人または家族

☎☎ 事前に最寄りの健康サポートセンターへ電話で申し込み

10月10日(祝)は「目の愛護デー」～考えてみよう、目の未来。～

生活習慣病や感染症による目の病気や心配事などは、近くの眼科医に相談しましょう！ 早期発見・早期治療が大切です。☎ 保健予防課 ☎(5661) 2464

凡例 日 時 (日程) 時 間 場 所 内 容 人 定 員 (対 象) 費 用 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 し 込 み 問 問 い 合 せ HP 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

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。

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

神経難病相談

無料

11月10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）

※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。

10月3日(月)～7日(金)9時～17時に電話で、江戸川区医師会☎(3652)3166



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。
▷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

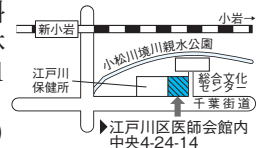
江戸川区医師会休日・夜間急病診療所

◎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日に接種票を郵送しました。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。

◎接種票が届いたら、早めに接種しましょう。

◎新型インフルエンザの終息に伴い、今年度は、0歳～中学3年生のお子さんへの接種費用の助成はありません。

申問 健康サービス係☎(5661)2473

新しい国民健康保険証をお送りしました

10月1日(土)から使える新しい保険証を、9月中に書留でお送りしました。加入者のみなさんは、届いた保険証の記載内容などに誤りがないかご確認ください。

問 国民健康保険資格係☎(5662)0560

小松川健康サポートセンターの子育てひろば利用休止について

10月14日(金)～24年1月20日(金)は、空調設備改修工事などのため、子育てひろばが利用できません。詳しくはお問い合わせください。

問 小松川健康サポートセンター

☎(3683)5531

医学メモ 外傷性リハビリテーション

外傷性リハビリテーションとは、事故などで脳や脊髄の損傷、手足の脱臼、骨折などを負った結果、筋力が低下したり、関節の動きが悪くなったりした場合に、可能な限り元の状態に回復させる訓練のことです。このリハビリは、スポーツによるけがの場合にも行われます。治療には、体の状況に応じた様々な方法があります。

治療の中心は「運動療法」で、関節の動きをよくする訓練と筋力強化があります。骨折などで長期間寝たきりでいると、関節を動かす筋肉や靱帯、関節を覆う膜に含まれるコラーゲンが硬くなり、関節全体が動かなくなります。この症状は肩や足の付け根（股）、ひざ、足首で起こりやすく、体を動かすにも支障が出てきます。そのため、できる限り発症したその日から訓練を始めます。また、筋力強化は関節を動かさずに行う運動から始め、筋力

や動きがある程度回復した時点で負荷を増やし、器具による運動へと進めていきます。

日常生活における動作指導は、生活に必要な食事、着替え、排泄、入浴などの動作のうち、できない動作や行為を、現状の機能でどのように効率的に行うかを考えます。「温熱療法」は、患部を温めることにより循環作用を改善させて痛みを抑え、新陳代謝を促します。「電気光線治療」は筋肉が衰えることを防ぎ、また、痛みを和らげるために、低周波、極超短波、超音波などの機器を用います。「水治療」は、水の特性である浮力や粘性を利用し、プール内で筋力増強運動、歩行練習を行うもので、温熱効果によって痛みを和らげる作用もあります。かかりつけ医と相談の上、適切なリハビリを進めていきましょう。

江戸川区医師会

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

休日急病当番医

10月2日

内小	広見医院 篠崎医院 玉置医院	中央2-28-18 西小岩1-25-5 南小岩3-8-1	☎(3651)5376 ☎(3657)6379 ☎(3657)0266
内	奥澤医院 かとう内科クリニック	船堀4-10-7 西葛西6-24-7	☎(3877)5210 ☎(5679)2317
眼	市原眼科	中央2-17-24	☎(3653)1064
耳鼻	かみむら耳鼻咽喉科	平井6-24-10	☎(3612)5002

10月9日

小	真鍋小児科	南葛西6-12-7	☎(3869)1525
内小	第二鈴木クリニック 田村医院 長山医院	松江4-31-15 江戸川3-39-26 西小岩3-21-11	☎(3654)6604 ☎(3679)0576 ☎(3657)8789
内	瑞江脳神経外科医院	南篠崎町3-24-2	☎(3670)2112
眼	船堀眼科	船堀3-7-1	☎(3877)3141
耳鼻	今井耳鼻咽喉科医院	平井3-22-22	☎(3681)2887

10月10日

小	さとう小児クリニック 池田医院	船堀3-3-1 篠崎町4-32-15	☎(5658)1177 ☎(3670)9211
内小	藤医院	西小岩3-28-14	☎(3672)9333
内	小松川病院 西葛西クリニック	中央1-1-15 西葛西4-2-75	☎(3655)5511 ☎(3686)5555
眼	篠田眼科クリニック	西小岩1-18-12	☎(3650)5324
耳鼻	梅澤医院	松江2-1-20	☎(3656)3387

休日歯科応急診療

10月2日・9日・10日

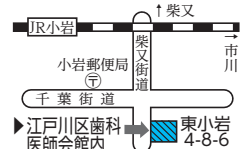
◎診療時間⇒9時～17時

◎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

10月2日

後藤整骨院	松江7-22-4	☎(3652)0225
町田接骨院	本一色3-35-2	☎(3653)6357

10月9日

せきぐち整骨院	松江3-14-5	☎(5662)1154
たんば接骨院	南小岩8-9-22	☎(3673)3651

10月10日

あさひろ整骨院	西葛西3-6-3	☎(3688)6486
たばた接骨院	上篠崎4-19-18	☎(3698)7287

◎受診の際は必ず健康保険証などを持参してください。

おくすりホットライン☎(0120)098490

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。



広報

えどがわ

2011年
平成23年 10/1

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/>

介護予防でいきいき元気

いつまでも健康でいきいきとした生活を送っていただくため、「介護予防健診」を実施し、いろいろな事業を行っています。あなたも参加しませんか。 ☎ 介護予防係 ☎(5662)0794

ステップ1 介護予防健診を受診

- ◆対象となる方 ※いずれも要支援・要介護認定者を除きます。
 - ・65歳～75歳未満で区の国民健康保険に加入している方
 - ・75歳以上の方
 - ・65歳以上で後期高齢者医療制度に加入している方
- ◆国保健診・長寿健診と合わせて実施 (10月末まで実施)
お送りした受診券に印刷されている、生活機能に関する基本チェックリストを記入して、区内指定医療機関で受診してください。

健診の結果、生活機能の低下が疑われる方は…

ステップ2 介護予防相談会に参加



区民館などで10月から開催する介護予防相談会のお知らせを、介護予防事業の利用が望ましい方に個別に送付します。相談会では、一人ひとりに合った介護予防事業を紹介します。

ステップ3 介護予防事業を利用

- ◆熟年いきいきトレーニング
足腰の筋力や機能の維持・向上を目的としたトレーニングを行います。
- ◆熟年ふれあいセンター
会食や趣味の活動などを通して、閉じこもりを予防します (写真右)。
- ◆熟年口腔ケアセミナー
歯科医師や歯科衛生士が、講話や実技、個別相談などにより、口の健康法を紹介します。
- ◆熟年スポーツトレーニング (右記参照)



熟年スポーツトレーニング参加者募集

「階段を上るとき、手すりなどにつかまる」「転びやすい」など、足腰が弱ってきたと感じている方のためのトレーニングです。

内場回 表①のとおり

区内在住の65歳以上で、介護保険認定に該当しない方

費 1回200円

10月3日(月)9時から電話で、お近くの各地域包括支援センター(表②)へ
※面談により受講者を決定します。



●トレーニングメニュー (表①)

内 容	会場	日時 (いずれも全12回)※除外日あり。	定員
スタジオメニュー (ストレッチ、有酸素運動 ほか)	スポーツセンター	①11月8日～24年2月14日の 毎週火曜12時45分～13時45分	各30人 (申込順)
		②11月9日～24年2月22日の 毎週水曜12時45分～13時45分	
プールメニュー (水中歩行、水の浮力などを利用した筋力トレーニング ほか)	スポーツセンター	③11月17日～24年2月16日の 毎週木曜12時15分～13時15分	各20人 (申込順)
		④11月11日～24年2月24日の 毎週金曜12時15分～13時15分	

●申込先 (表②)

地域	地域包括支援センター	地域	地域包括支援センター
中央	江戸川区医師会 ☎(5607)5591	葛西	みどりの郷福楽園 ☎(5659)5353
	清心苑 ☎(3655)6117	小岩	泰山 ☎(5889)1165
	アゼリー江戸川 ☎(5607)7600		小岩ホーム ☎(5694)0111
小松川	ウエル江戸川 ☎(3618)0324		江戸川光照苑 ☎(5612)7193
	第二ウエル江戸川 ☎(5858)2352	東部	瑞江ホーム ☎(3679)4102
葛西	暖心苑 ☎(3877)0181		江東園 ☎(3677)4631
	なぎさ和楽苑 ☎(3675)1201	鹿骨	きく ☎(3677)3141
	なぎさ和楽苑東葛西 ☎(3877)8690		

☎ 介護予防係 ☎(5662)0794

えどがわ秋の水と緑の月間「イベント＆講習会」

●フラワーガーデンオートムフェア

バラと草花の即売 直接会場へ。

☎ 10月1日～30日の土・日曜・祝日

時 10時～15時 (雨天中止)

花と緑の音楽会 直接会場へ。

☎ 10月9日(日)・16日(日)12時～15時 (雨天中止)

江戸川区音楽ユビキタス

水と緑の区民カレッジ講座 (小雨実施)

☎ ①バラの撮影会☎10月16日(日)10時～12時、②秋のバラ鑑賞会☎10月23日(日)10時～11時

☎ ①20人 (先着順)、②20人 (申込順)

師 ①江戸川区文化写真連盟・川村敏雄、②バラ研究家・出井武吉

☎ ①直接会場へ、②10月3日(月)9時から電話で、富士公園サービスセンター ☎(3675)5030

●秋の庭木手入れ講習会

☎ 10月29日(土)10時～12時 (雨天中止)

☎ ①東小松川公園 (松島1～37)、②長島一号公園 (中葛西3～21)、③南篠崎つつじ公園 (南篠崎町3～30)

☎ 各20人 (申込順)

費 各20円 (保険代)

☎ 10月3日(月)9時から電話で、①公園サービス第一係 ☎(5662)5543・②公園サービス第二係 ☎(5658)6053・③公園サービス第三係 ☎(3678)6120

●ハンギングバスケット講習会

☎ 10月29日(土)10時30分～12時30分

☎ 30人 (申込順)

費 2000円 (材料費ほか)

☎ 汚れてもよいエプロン

※作品は10月29日(土)・30日(日)開催の「花と緑のフェア」で展示。

●小学生のための木工教室

☎ 10月30日(日)13時～15時

☎ 小学生20人 (申込順)

費 20円 (保険代)

☎ 東小松川公園

☎ 10月3日(月)9時から電話で、みどりの推進係 ☎(5662)6738



区内にある砂場の空間放射線量の測定結果 (9月22日現在)

約500施設のうち、216施設・230か所の空間放射線量を測定した結果、毎時0.25マイクロシーベルト以上は6か所でした。これらの砂場は使用を一時休止し、年間を通じて1ミリシーベルト以上となる可能性を判断するための再測定を行います。適切な対応してまいります。

☎ 環境推進課 ☎(5662)1995



マイバッグキャンペーンにご参加を

不要なレジ袋は断りましょう。キャンペーン協力店で10月31日(月)まで実施中。 ☎ ぐみ減量係 ☎(5662)1689