

凡例 日時(日程) 時間帯 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 電子メール ホームページ

1面からの続き 募集内容などについては、区ホームページでも確認できます。

①27年度 くすのきカルチャー教室 募集一覧												定員 コーラス⇒60人・茶道⇒20人・その他の教室⇒32人	
くすのきカルチャーセンター	時間	教室番号	月曜	教室番号	火曜	教室番号	水曜	教室番号	木曜	教室番号	金曜	教室番号	土曜
中央 (西小松川町34-1)	9時～11時	1 2	民英会話入門	6 7	コーラス ちぎり絵	9 10 11	七宝焼 水墨画 俳句	16 17 18	レザークラフト 日本古典文学 パステル画	21	民謡	24 25	水彩画 はじめての韓国語
	12時～14時	3 4 5	ペン習字 フラワーアレンジメント はがき絵	8	詩吟	12 13 14 15	園芸 茶道(裏千家) 実践英会話 ウクレレ	19 20	手芸 民謡舞踊	22 23	短歌 コーラス	26 27	書道 ペン習字
小岩 (東小岩2-6-22)	9時～11時	28	ペン習字	30 31	ペン習字 川柳	34	詩吟	38 39	民謡 フラダンス	41	園芸	44 45	コーラス はがき絵
	12時～14時	29	プリザーブドフラワー	32 33	書道 民謡舞踊	35 36 37	茶道(表千家) 水彩画 初歩の写真	40	ペン習字	42 43	英会話入門 ウクレレ	46	手芸
葛西 (宇喜田町191)	9時～11時	47 48	ペン習字 民謡	52 53	水墨画 ウクレレ	56 57	はじめての中国語 パステル画	60 61	園芸 ペン習字	64	はがき絵	68 69	日本古典文学 彫金
	12時～14時	49 50 51	民謡舞踊 詩吟 英会話入門	54 55	七宝焼 ペン習字	58 59	手芸 短歌	62 63	書道 実践英会話	65 66 67	茶道(表千家) 大正琴 フラワーアレンジメント	70 71	英会話入門 フラダンス
東部 [下鎌田西小学校内]	9時～11時			73	民謡	75	英会話入門	77	プリザーブドフラワー	79	ペン習字	※教室(講座)を担当する講師陣が一覧で分かるチラシも配布しています。	
	12時～14時	72	書道	74	詩吟	76	はがき絵	78	手芸	80	水彩画		
小松川 [平井南小学校内]	9時～11時	81	はじめての韓国語	83	プリザーブドフラワー			86	書道				
	12時～14時	82	水彩画	84	はがき絵	85	手芸	87	英会話入門	88 89	ペン習字 民謡		
鹿骨 [篠崎第四小学校内]	9時～11時	90	書道	92	園芸					97	英会話入門		
	12時～14時	91	手芸	93	ペン習字	94 95	盆栽 裁縫	96	詩吟	98	はがき絵		

②27年度 中央くすのきカルチャーセンター特別講座 募集一覧						定員 いずれの講座も32人	
くすのきカルチャーセンター	時間	講座番号	火曜	講座番号	金曜		
中央 (西小松川町34-1)	9時～11時			102	古代インド文化と歴史		
	12時～14時	101	パッチワークキルト				

受講期間

表①の教室：4月から1年間⇒月3回程度の全33回(コーラス、フラワーアレンジメント、プリザーブドフラワーは月2回程度の全24回)

表②の特別講座：月2回程度の全24回

人区内在住の60歳以上の方(年齢は27年4月1日現在)

￥受講料は全科目無料(教材費は実費負担) ※1面参照。

●申し込みの際、ご希望の教室(講座)番号〔上表参照〕をお伝えください。

※一度修了した科目は再受講できません。

都営住宅入居者募集

募集内容

①ポイント方式1290戸⇒ひとり親、熟年者、心身障害者、多子、特に所得の低い一般、車いす使用者(6歳以上)の各世帯

②単身者向け215戸⇒昭和31年4月1日以前に生まれた方、身体障害者手帳1～4級の方、精神障害者保健福祉手帳1～3級の方、愛の手帳1～4度の方、一時保護などを受けてから5年以内の配偶者暴力の被害者、生活保護等受給者 ほか

③単身者用車いす使用者向け10戸⇒身体障害者手帳1・2級の方 ほか

④シルバーピア30戸⇒65歳以上の単身者または2人世帯

⑤事業再建者向け(定期使用)10戸⇒再生計画の認可を受けた都内の中小企業経営者

主な申込資格

▷都内に引き続き3年以上居住している20歳以上の方(20歳未満の既婚者を含む)／入居予定者全員の合計年間所得が基準内であること／住宅に困っていること ほか

◎住宅ごとに申込資格が異なります。詳しくは、募集案内をご覧ください。

申込書・募集案内の配布期間・配布場所

2月2日㊦～10日㊦⇒区役所区民課、各事務所庶務係 ほか

※⑤は、住宅課相談係(区役所北棟2階)でのみ配布。

※㊦を除く。ただし、2月7日㊦・8日㊦は、9時30分～17時に東京都住宅供給公社都営住宅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布。

申2月13日㊦までに郵送(必着)

問①～④⇒東京都住宅供給公社都営住宅募集センター☎0570-010-810＝2月2日㊦～10日㊦、その他の期間および⑤⇒☎3498-8894／住宅課相談係☎5662-0517(いずれも㊦を除く)

●一人1教室(1講座)ですが、教室1教室と特別講座1講座の組み合わせでの申し込みは可能です。

●申し込み多数の場合は、2月11日㊦に公開抽選を行います。また、申し込み者全員に、ハガキで「受講決定」「補欠」「落選」のいずれかを通知します。

●定員に満たない教室は、2月28日㊦まで追加受け付けを行います。

▶2月10日㊦まで⇒申し込み専用電話(1面参照)へ

▶2月11日㊦以降⇒中央くすのきカルチャーセンター☎3652-3911へ

◎応募が一定数に満たない教室(講座)は、実施しない場合があります。

2月は介護保険料納付促進月間です～保険料の納め忘れはありませんか～

区では、2月を「介護保険料納付促進月間」として、保険料の収納率向上への取り組みを強化します。

●訪問・電話催告を強化します

日中、職員が保険料の滞納がある方を対象に、電話をかけたり、ご自宅を訪問したりして、納付催告を実施します。

●保険料を滞納すると…

保険料を長期にわたり滞納している方は、納めている方との公平性を保つため、介護保険サービスを利用する際に、自己負担額の割合を1割から3割に引き上げる措置などが取られます。滞納は放置せず、介護保険課へ早めの納付相談をお願いします。

問介護保険課保険料係☎5662-0827

子ども未来館 親子で学ぼう！海苔作り体験と「大森海苔のふるさと館」見学

海苔作り体験などを通して、歴史や文化、人々の暮らしなどについて親子で学びます。

日㊦①2月14日㊦10時～11時30分⇒海苔作り体験・②21日㊦9時30分～14時30分⇒バス見学会(全2回)

人小学3～6年生と保護者20組(抽選)

持昼食(②のみ)

場申問往復ハガキ(4面記入例参照・性

別・保護者氏名も記入)で2月6日㊦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・☎5243-6811



はり・きゅう・マッサージ 27年度 三療券・三療割引券の申し込み

人内昭和16年4月1日以前に生まれた方⇒三療券（200円で利用できる券）15枚と割引券（2200円で利用できる券）10枚を発行／昭和16年4月2日～26年4月1日に生まれた方⇒割引券（2200円で利用できる券）10枚を発行

申①申請書（三療師会会員の施術所、各熟年相談室で配布）または②ハガキ（「27年度三療券希望」・住所・氏名（フリガナ）・生年月日・電話を記入）を郵送

※申し込みは、①②いずれの場合も、1枚につき一人の申請となります。

※3月2日頃までの到着分は、3月下旬にご

自宅に郵送します（3月2日以降も申請可能）。

※窓口での受け取りを希望の方は、4月1日 10時以降に孝行係（区役所2階3番）へ本人確認ができるもの（保険証・運転免許証など。病院の診察券は不可）を持参。代理人が来庁する場合は、代理人の本人確認ができるものも併せて持参。

◎4月上旬は窓口が混み合いますので、お急ぎでない方は時期をずらしての来庁をお勧めします。

問・申込先 〒132-8501（住所不要） 福祉推進課孝行係 ☎5662-0314

えどがわボランティアセンター「第3回ボランティア入門講座」 無料

日内右表のとおり

※複数科目の受講も可。

場グリーンパレス集会室401（ほか）

人中学生以上の方各20人（申込順）

申問 2月2日 9時から電話で、えどがわボランティアセンター ☎5662-7671

※講座終了後、ボランティア活動の相談もできます。

科 目	日 時（2月）	内 容
切手整理のボランティア	18日 10時～11時30分	使用済み切手の分別・整理を体験し、活動の様子を見学
読み聞かせのボランティア	19日 10時～11時30分	子どもを対象にした読み聞かせの技術の習得と実演を見学
傾聴のボランティア	20日 13時30分～15時	相手の話を真摯に聴きながら、自分の心も豊かにする傾聴について学ぶ
ボランティアに役立つ技術	21日 13時30分～15時30分	車いすの操作・視覚障害者のガイドヘルプ・簡単な手話と点字の習得

中小企業向け 経済産業省・東京都中小企業振興公社・区補助金（助成金）活用説明会

国の「ものづくり補助金」をはじめ、東京都中小企業振興公社や区の助成事業について、それぞれの担当者が活用しやすい施策を紹介し、分かりやすく解説します。

国や都・区の補助金（助成金）に関する情報をワンストップで入手することができます。ぜひ、ご参加ください。

日 2月16日 18時～20時

場 タワーホール船堀3階産業振興センター

人 区内の中小企業者50人程度（申込順）

申問 2月2日 9時から所定の申込書をファクシミリで、産業振興課計画係 ☎5662-0525・☎5662-0812 ※申込書は区ホームページからダウンロード可。

農業体験農園の利用者募集

農家による耕作

指導のもと、本格的な農業を体験できる農業体験農園「ファーム・スイート・ファーム」（鹿骨1-8）の利用者を募集します。

利用期間 3月1日～28年1月31日

※農園主との相談により、更新することができます。

募集区画数 12区画（予定）

※1区画約24㎡。

※募集数を超えた場合は抽選。

内 指定した野菜の栽培

◎耕作指導日（金日を予定）、栽培する野菜は事前に指定します。

◎駐車場はありません。

利用料 5万円

※耕作指導・農器具利用料、種・苗・肥料・水道代を含む。

申問 往復ハガキ（4面記入例参照）で2月10日 10時までに郵送（消印有効）、〒133-0073 鹿骨1-28-20 木村農園 ☎6638-7945＝ 10時～17時

※結果通知は申込者全員へお送りします。当選した方の利用手続きは、2月28日 10時までに



若手起業家JUMP UPセミナー「体験から学ぶ 社長として取るべき心構えと行動」

起業後に陥りがちな、経営上の失敗や課題についての解決案を学びます。

日 2月28日 13時～17時

場 タワーホール船堀3階

産業振興センター

人 起業後概ね2年以上で、

区内に事業所があるまたは区内在住の方30人（申込順）

師 NPO法人ジャングル代表理事・二条彪

申問 2月2日 9時から電話または所定の申込書をファクシミリで、産業振興課計画係 ☎5662-0525・☎5662-0812

※申込書は区ホームページからダウンロード可。



▲二条彪

登録手話通訳者養成講座

日 4月～28年1月の 19時～21時または 10時～12時（各全35回）

場 グリーンパレス（ほか）

人 区内在住または在勤の18歳以上（27年4月1日現在）で、登録手話通訳者を目指している方

※下記の応用クラス、実践クラスは、区外の方も申し込みできます。

クラス・人数 基礎（初歩的な手話での会話ができる方）⇒各16人程度／応用（基本的な日常会話を手話で表現できる方）⇒各12人程度／実践（確実に日常会話を手話で表現できる方）⇒各12人程度

※3月7日 10時に選考（①基礎選考、②応用実践選考）を実施して受講者を決定します。※選考結果により受講できない場合もあります。

申問 ハガキ（4面記入例参照・希望選考（①または②）・曜日・手話学習歴も記入）で2月23日 10時までに郵送（必着）、〒132-8501（住所不要） 障害者福祉課庶務係 ☎5662-0054

第41回花壇コンクール 花壇づくり参加者募集

小岩フラワーロードで、5月21日 10時から開催予定の花壇コンクールの花壇づくり参加者を募集します。

募集部門

●コンテスト花壇 ①花壇部

門⇒花苗だけを使って、デ

ザインや植付技術を競いま

す／②ガーデニング部門⇒小道具などを使

い、さまざまな演出をして競います

●オープン参加花壇 自由にアレンジした花壇をつくります

※花壇の花苗は支給します（持参も可）。

植付期間 5月11日 10時～17日 10時

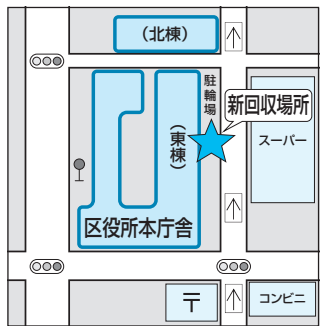
表彰式 5月23日 10時

申問 応募用紙（区各施設で配布またはえどがわ環境財団のホームページからダウンロード可）に記入し、3月31日 10時までに郵送（必着）またはファクシミリ・持参で、〒133-0073 鹿骨1-54-2 鹿骨事務所別棟1階 えどがわ環境財団公園サービス第三係 ☎3678-6120・☎3678-6179



古着・古布リサイクル移動回収 区役所（本庁舎）の回収場所が変わります

毎月第2土曜11時～12時に実施している区役所（本庁舎）の移動回収について、2月14日の回収から、回収場所が正面入口前から東棟駐輪場へ変更となります。



☎：一方通行

なお、回収曜日・時間の変更はありません。詳しくはお問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

問 ごみ減量係 ☎5662-1689



▲区ホームページ QRコード

なぎさポニーランド「獣医のおはなし」

ポニーランドの獣医さんが動物の体の仕組みについてお話しします。また、聴診器を使って、馬の心音やお腹の動いている音を聞きます。



日 2月15日 13時30分～15時

人 小学4年生以上の方15人（申込順）

場 申問 2月3日 10時～5日 10時の9時～16時に電話で、なぎさポニーランド ☎5658-5720

2月22日 日の東京マラソン2015に伴う交通規制

当日はマラソンコースを中心に都内各所で長時間の交通規制を行います。ご協力をお願いします。問 東京マラソン財団 ☎5500-6802

直印のあるものは直接会場へ（申印のあるものは要申し込み） 印のないものは無料 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



健康大好き

健康サポートセンター

中央 ☎5661-2467 葛西 ☎3688-0154
小岩 ☎3658-3171 鹿骨 ☎3678-8711
東部 ☎3678-6441 小松川 ☎3683-5531
清新町 ☎3878-1221 なぎさ ☎5675-2515

国保健診実施中

～受診期限は3月31日☎です～

国民健康保険に加入している40歳～64歳（昭和25年4月1日～50年3月31日生まれ）の方を対象に、年に1度の国保健診を実施しています。

◎対象の方には受診券（ハガキ）を送付済みです。

◎忙しい方は、直前でも予約の取りやすい午後の受診がお勧めです。

受診期限 3月31日☎

受診方法・場所 予約電話☎5676-8818（☎～☎8時45分～17時、☎を除く）または ☎
(http://www.kenshin-edogawa-web.jp/ 携帯電話からは不可) 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
※2月23日☎・24日☎は休診となります。
◎27年度分の受診券は2月末に発送予定です。
☎保健事業係☎5662-0623



スマートフォン用QRコード



こころの健康・物忘れ相談

専門医が相談に応じます。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
		2月	3月	
健康サポートセンター	中 央	——	12日☎	14時から
		10日☎	24日☎	13時30分から
	小 岩	12日☎	——	14時から
		——	13日☎	14時から
	東 部	——	26日☎	9時30分から
		13日☎	20日☎	14時から
	清 新 町	6日☎	5日☎	14時から
		12日☎	——	14時から
	葛 西	17日☎	——	13時30分から
		5日☎	12日☎	9時30分から
鹿 骨		——	11日☎	13時30分から
		——	26日☎	13時30分から
		19日☎	——	9時30分から
	小 松 川	4日☎	4日☎	13時30分から
な ぎ さ		4日☎	11日☎	14時から

就職や退職のときなどには

国民健康保険の届け出を忘れずに

国民健康保険に加入している方が、就職などでほかの健康保険（職場の健康保険など）に加入したときには、やめる手続きが必要です。また、退職などで職場の健康保険などをやめた方や扶養ではなくなった方は、国民健康保険への加入手続きが必要となります。国民健康保険をやめる、加入する理由が生じた日から14日以内に、区役所区民課または各事務所の保険年金係で手続きをしてください。

☎国民健康保険資格係☎5662-0560

元気なときこそ がん検診

◆無料クーポン券の有効期限は3月31日☎

下記の方へ昨年7月にがん検診無料クーポン券と検診手帳を送付しました。

種 類	対 象
子宮頸がん 【細胞診】	25年4月2日～26年4月1日に、20歳になった女性
乳がん 【マンモグラフィ】	25年4月2日～26年4月1日に、40歳になった女性
大腸がん 【便潜血反応】	25年4月2日～26年4月1日に、40・45・50・55・60歳になった方

※乳がん検診の予約は3月14日☎まで。

◎上記の対象年齢以外の方でも、下表のがん検診を無料で受診できます。

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	予約の上、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（☎を除く） ☎～☎8時45分～17時 ▷web予約 ☎http://www.kenshin-edogawa-web.jp/ ※マンモグラフィ検査のみ東京臨海病院・江戸川病院でも受診可能。
乳がん 30～39歳【超音波】 40～64歳【超音波またはマンモグラフィ】 65歳～【マンモグラフィ】 ※授乳中・妊娠中（可能性含む）の方を除く。マンモグラフィは前年度同検査未受診者のみ受診可。	30歳以上 ▷予約電話 ☎5676-8818 予約受付時間（☎を除く） ☎～☎8時45分～17時 ▷web予約 ☎http://www.kenshin-edogawa-web.jp/ ※マンモグラフィ検査のみ東京臨海病院・江戸川病院でも受診可能。
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⇨☎～☎ ▷江戸川区医師会医療検査センター⇨☎～☎ ▷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	上 直接、江戸川区医師会医療検査センターへ ☎～☎ { 9時～11時 13時～15時 ※タワーホール船堀が休館の場合は休診。
前立腺がん【血液検査】 26年4月～27年3月に、60・65・70歳の誕生日を迎える方	60歳以上 ☎～☎ { 9時～11時 13時～15時 ※タワーホール船堀が休館の場合は休診。

◎年1回受診できます（子宮頸がんおよび乳がんのマンモグラフィは2年に1回）。受診日は☎を除く。結果通知は1カ月以内に郵送します。

※いずれの検診も治療中・経過観察中および妊娠中など、身体状況により受診できない場合があります。

☎がん予防啓発係☎5661-2463

総合相談会

「大切ないのちを守る 生きる支援」

借金・失業・心の悩みなどに弁護士・保健師などの専門家が相談に応じます。

日 程	会 場（直接会場へ）
2月5日☎	葛西健康サポートセンター
3月5日☎	江戸川保健所

☎14時～18時（受け付けは17時まで）

☎いのちの支援係☎5661-2478

家族のための精神保健講演会

「家族がうつにならないために～精神疾患がある方のご家族のために～」

精神疾患のある方の家族が心身ともに健康で、より良い支援ができるように、うつ予防について学びます。

☎2月27日☎14時～16時

☎区内在住で、統合失調症などの精神疾患と診断された方の家族60人（申込順）

☎MDA-JAPAN代表・山口律子

☎場☎☎2月2日☎9時から電話で、清新町健康サポートセンター

高次脳機能障害専門相談

☎2月18日☎10時～12時

☎症状が思い当たる方とその家族

☎三軒茶屋リハビリテーションクリニック院長・長谷川幹

☎場☎☎事前に電話で、地域活動支援センターはるえ野（春江町2-41-8）

☎☎5664-6070＝☎☎10時45分～19時、☎☎☎10時45分～17時

◎週1回、グループ訓練を実施しています。

アルコールの問題で

お困りの方へ（予約制）

☎2月18日☎・25日☎、3月11日☎・25日☎

☎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

☎場☎☎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

神経難病相談

☎3月12日☎13時30分～15時30分

☎場☎☎専門医による診察・療養相談

☎場☎☎パーキンソン病・脊髄小脳変性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）

☎場☎☎2月2日☎～6日☎の9時～17時に電話で、江戸川区医師会☎3652-3166

風の子水泳教室

区内在住のぜん息の小学生を対象に、ぜん息児の水泳指導に実績のある竹宇治聡子さんを講師として行います。

☎場☎☎①4月14日～28年3月15日の☎（全36回）⇨小岩アーバンプラザ・70人／②4月16日～28年3月17日の☎（全36回）⇨スポーツセンター・130人

※毎回ロッカー代10円と保護者の送迎が必要。

☎16時15分～18時

☎場☎☎ハガキに希望する会場・住所・児童および保護者の氏名・4月からの学年・電話を記入し、2月25日☎までに郵送（必着）、〒132-8501（住所不要）健康推進課公害補償係☎5662-1414

※受け付け後、申込書を送付します。

「江戸川区食品衛生監視指導計画(案)」

に対する意見募集

いただいたご意見は、後日、区の考えと併せて公表します。

☎場☎☎江戸川保健所生活衛生課（小岩健康サポートセンター内）・保健予防課（江戸川保健所内）

◎区ホームページからご覧になれます。

☎場☎☎意見提出方法および期間 住所・氏名・電話・区内在住または在勤・在学の別（そのほかの方は意見を提出する理由）を明記し、2月16日☎までに郵送（必着）またはファクシミリ・区ホームページから

☎場☎☎提出先 〒133-0052 東小岩3-23-3

生活衛生課食品衛生第一係

☎☎3658-3177・☎☎3671-5798

「はたちの献血」にご協力を

2月28日☎まで、新たに成人を迎えた方を中心に献血運動を実施しています。近年、輸血用の血液が不足しています。ご協力をお願いします。☎東京都赤十字血液センター☎5534-7550

夜間・休日急病診療

受診の際は、健康保険証
などを持参してください

江戸川区医師会夜間・休日急病診療所（小児科・内科のみ）

診療時間 毎日21時～翌朝6時・日曜9時～17時 ☎5667-7775
診療場所 西瑞江5-1-6（江戸川区医師会地域医療支援センター内）
※応急処置のため、薬の処方是最小限となります。

医療機関のご案内

- 江戸川区医師会テレホンセンター（日曜9時～17時） ☎・ ☎5667-7557
- 東京都保健医療情報センター「ひまわり」（24時間） ☎5272-0303／ ☎5285-8080
- 東京消防庁救急相談センター（24時間） ☎#7119／ダイヤル回線 ☎3212-2323

休日急病当番医（急病のみ、往診不可） 診療時間 9時～17時

小 小児科 内 内科 眼 眼科 耳 耳鼻咽喉科 ※外科は、救急病院をご利用ください。

2月8日	小	真鍋小児科	南葛西6-12-7	☎3869-1525
	内 小	太田医院	松江3-19-17	☎3656-1450
		西小岩内科医院	西小岩3-5-3	☎3658-3782
		白石医院	東小岩4-33-16	☎3657-4501
	内	田中医院	平井6-30-1	☎3612-3352
	眼	あいりす眼科クリニック	船堀3-7-22	☎5676-4113
	耳	赤上医院	南小岩7-18-13	☎3657-1435

江戸川区歯科医師会休日歯科応急診療所（要予約）

診療時間 日曜9時～17時（受け付けは16時30分まで） ☎・ ☎3672-8215
診療場所 東小岩4-8-6（江戸川区歯科医師会館内）

休日応急当番接（整）骨院（施術時間 9時～17時）

2月8日	ひらい整骨院	平井5-12-6	☎3618-8226
	たがみ整骨院	中葛西6-7-3	☎5676-3912

「こころの体温計」で心の健康状態をチェック

「こころの体温計」は、パソコンや携帯電話で気軽にストレスや落ち込み度をチェックできるシステムです。

詳しくは、区ホームページをご覧ください。

問いのちの支援係 ☎5661-2478

携帯電話用QRコード▶



サークル会員募集 仲間になろう

極真空手 極真館篠崎

毎週 17時30分～18時30分／篠崎コミュニティ会館／月5000円／梶沢 ☎080-1203-2312

南葛西軟式野球連盟

新チーム（27年度分）募集。毎週 8時～16時／江戸川河川敷グラウンド／年4万円／佐々木 ☎090-2636-8910／18歳以上対象

卓球（ラージボール）

さくらクラブ ラージボール

毎週 19時～21時／松江第三中学校体育館／月500円／平澤 ☎3654-2676＝17時以降

健康体操 健康かよう体操

毎週 19時30分～21時30分／松江区民プラザ／入会金1000円／月2000円／鈴木 ☎090-4055-4489＝9時～12時

茶道（表千家） 櫻の会

毎月 第1・3 日 18時～21時／源心庵／月3500円／鈴木 ☎090-8001-7885＝9時～17時

社交ダンス 連取う会

毎週 13時30分～17時30分／西小岩コミュニティ会館ほか／1回700円／坂上 ☎090-5526-4885

社交ダンス 楽々会

毎週 14時～16時／清新町コミュニティ会館／入会金1000円／1回1000円／安西 ☎090-2643-0871／初心者対象

社交ダンス 東踊会ステップ

毎週 13時30分～15時30分／東部フレンドホール／入会金1000円／月3500円／河野 ☎3678-3783＝17時～20時

子どもへの読み聞かせ おはなしドリーム

毎月 第3 日 10時～12時／グリーンパレス／年1000円／金子 ☎080-6555-67

56＝18時以降

親子で英語遊び English Tree

毎週 10時30分～11時15分／一之江コミュニティ会館ほか／1回500円／田島 ☎090-5802-4461／未就園児と保護者対象

絵画 水彩ミニアート

毎月 第1・3 日 18時30分～20時30分／小岩区民館／入会金1000円／月1500円／山中 ☎3659-3548

写真 江戸川文化写真連盟

月 1 回 9時～12時／グリーンパレス／入会金1000円／年1万2000円／川村 ☎3658-5571

端唄・三味線 あざみ会

月 3 回 13時～14時30分／長島桑川コミュニティ会館／入会金3000円／月3000円／篠原 ☎080-1197-1412

詩吟 東部吟風会

毎月 第1・3 日 13時30分～15時30分／東部区民館／月1000円／前川 ☎3677-8594

指圧同好会

毎月 第2・4 回 17時30分～19時30分／総合文化センター／入会金1000円／月1500円／鈴木 ☎3679-3684

禅語を学ぶ会（座禅とお茶）

茶禅一味・ふきの会

毎月 第3 日 13時～15時／松江区民プラザ／入会金500円／1回500円／片野 ☎090-4525-7077

電話のかけ間違いにご注意！

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、直接各サークルにご確認ください。

問編集係 ☎5662-0403

医学メモ

これからの自殺防止対策

日本では、自殺が大きな社会問題になっていて、その防止対策に取り組むことが急務となっています。自殺防止対策は、地域の特性と医学的な見地、双方からのアプローチが必要です。

江戸川区では、保健所・各健康サポートセンターにおいて、うつ病を中心に情報提供や啓発活動を行ってきました。また、江戸川区医師会では、かかりつけ医に対する、うつ病研修を繰り返し行っています。これからは、行政・民間・医療機関などが協力して自殺防止に取り組む必要があります。

自殺をする前には、多くの人にうつ病やうつ状態が見られます。自殺の可能性がある人を早期に見つけるには、地域の民生・児童委員やかかりつけ医の役割が重要です。うつ状態の早期発見と初期治療を行い、必要に応じて精神科専門医への紹介も行う仕組みを整えていくことが望まれます。

周囲の人達は、自殺を考えている人の出すサインに気が付くことが大切です。ふさぎ込んでいる、口数が少なくなった、眠れない、食事を取らない、物事を深刻に考えている、死に関することを口にする、遺書あるいは遺書めいたものを書いている、包丁やロープを用意している、身の周りの整理を始めたなどは、うつ病やうつ状態、あるいは死を覚悟しているサインと考えられます。

「自殺を口にする人は自殺しない」という思い込みは、間違いです。放っておかず一人で悩んだりしないように、できるだけ早く民生・児童委員や保健所・各健康サポートセンターに相談させたり、またはかかりつけ医を受診させたりするなどのことを考えてみましょう。

江戸川区医師会（ ☎http://www.edogawa-med.jp/）

図書館へ行こう！

催し	日時	対象	会場・申し込みなど
☎おはなし会スペシャル（☎人形劇「たぬきのポン吉ばけじょうず」） 鉄道愛する皆さんへ～鉄道こぼれ話と鉄道写真の撮り方～ 名作映画を見る会（☎「喜びも悲しみも幾歳月」(木下恵介監督・上映時間2時間40分)） 大人のための朗読会「本を聴く」(☎阿久悠『恋文』から「母の遺言」ほか) 映画会「みんなでシネマ」(☎「バリアフリー映画「西の魔女が死んだ」) 大人のための映画会「ライブラシネマ篠崎」(☎「わが命つきるとも」)	2月7日 日 14時～15時 2月11日 日 14時～16時 2月15日 日 13時30分～16時10分 2月15日 日 14時～15時 2月15日 日 14時～16時 2月21日 日 14時～16時	3歳以上（保護者同伴）～小学生40人（先着順） 50人（先着順） 中学生以上の方90人（申込順） 50人（先着順） 小学生以上の方50人程度（先着順）※乳幼児の同伴は不可。 70人（先着順）	☎おはなしこぼこ 場 間 ☎小松川図書館 ☎3684-6381 ☎東日本鉄道OB会・川島一郎 場 間 ☎中央図書館 ☎3656-6211 場 申 間 2月2日 日 9時から電話または窓口で、小岩図書館 ☎3672-0251 ☎原きよ、葛野裕美子 場 間 ☎中央図書館 ☎3656-6211 場 ☎東葛西コミュニティ会館 間 ☎東葛西図書館 ☎5658-4008 場 ☎篠崎文化プラザ 間 ☎篠崎図書館 ☎3670-9102 ☎朗読劇→東京コミュニケーションアート専門学校、東京アニメ・声優専門学校／講話→絵本作家・正岡慧子ほか 場 間 ☎西葛西図書館 ☎5658-0751
「桜」写真展	2月22日 日 ①14時～15時30分・②17時30分～19時	①幼児（保護者同伴）～小学生・②中学生以上の方各回80人 ※いずれも先着順。	市川市写真家協会IPPSクラブ・佐々木健氏の写真展を開催します。 日 2月24日 日～3月22日 日 9時～21時30分 場 間 ☎東部図書館 ☎5666-1022
講演会「ようこそ、災害バスターズへ！」 (☎「災害ゼロの未来を創る」)	3月1日 日 14時～15時30分	高校生相当以上の方40人（申込順）	☎海洋研究開発機構研究員・茂木耕作 場 申 間 2月7日 日 15時から電話で、葛西図書館 ☎3687-6811

えどがわ区民ニュース 2月1日号放映中！

●特集

夢を追いかけて輝く子どもたち～未来の力を地域で育む～

●ビデオリポート

- ・みんなで楽しむアイススケートスポーツランドに出かけよう！
- ・仲間と一緒にいきいきと～くすのきカルチャー教室～

CATVで放送中！

◎J：COM江戸川 11チャンネル
(時 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ホームページでもご覧いただけます
(スマートフォン対応)



問DVDなどの貸し出し・申し込み☎映像広報係 ☎5662-6167

おくすりホットライン ☎0120-093-490 (専用電話)

薬に関する質問を受け付けます。日 日～日 10時～16時 (祝を除く) ※相談時間は原則として30分以内です。

