



# えどがわ

- 2 面 くすのきカルチャー教室生徒募集
- 3 面 都営住宅入居者募集  
「IoT 宅配ボックスによる再配達削減実証プロジェクト」モニター募集
- 7 面 2019年度 はり・きゅう・マッサージ利用券の申請
- 8 面 わがまちの安全を守る消防団 消防団員募集中!

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) ☎3652-1109 🌐https://www.city.edogawa.tokyo.jp/



ひろ  
広げよう!  
こうりゅう  
交流の輪

扩大交友圈吧・교류의 고리를 넓히자. Let's deepen friendship and exchanges.  
扩大交友圈吧・교류의 고리를 넓히자. Let's deepen friendship and exchanges.

大原日本語学院(船堀)の生徒の皆さん

江戸川区には、3万5000人以上の外国の方が生活しています。新しい土地で生活するときの不安は、日本人も外国人も同じかもしれません。まずは、イベントを通じて、簡単なコミュニケーションから交流を深めてみませんか。

☎文化課推進係 ☎5662-1628

### 区内に住む外国人が感じていること

- 日本の習慣に慣れることができるか不安
  - 日本人のグループに入りたいが入りにくい
  - 友達をつくりたいが機会がない
- 「2018年多文化共生ワークショップ」より

日本人も外国人も楽しめる多文化交流イベント

## えどがわ〜るどフェスティバル 2019

日時 2月24日(Sun) 11時~15時 会場 タワーホール船堀

**1階 アトリウム**

書道体験  
Calligraphy

**303会議室**

落語(日・英)  
RAKUGO (JPN・ENG)

このほか船堀駅北口広場に中国・インド料理のお店が出店します

ステージ、着付け、茶道体験 ほか  
Performance / Put on a KIMONO / Tea Ceremony

**3階 産業振興センター**

華道体験  
Art of flower arrangement

詳しくは、区ホームページをご覧ください。

江川区長 多田正見

重い障害のある中村光也さんが、今年、成人を迎えました。小松川にある施設「さくらの家」で行われた成人を祝う会でいただいたお祝いの冊子に、光也さんの中学2年生の妹、涼日花さんの「私の兄」という一文がありました。

「私には、障害がある6歳年上の兄がいます。兄の事を私はずっと『こうちゃん』と呼んでいます。

私が1歳の頃、こうちゃんのお隣でよく寝ていました。その時の光景を今でも少し覚えてます。こうちゃんを通していた特別支援学校では、毎年運動会やイベントが開かれ、その親子で参加する種目で妹としてこうちゃんと一緒に参加することが、とても楽しみでした。

こうちゃんは、よく体調を崩し、救急車で運ばれ、長い間、入院することも何度かありました。入院先の病院では、家族でも子どもは入ることができないため、3カ月間、会えなかったこともありました。

こうちゃんは今年で20歳になり、これから今以上に大変なこともたくさんあると思うけれど、こうちゃんの一人の妹として、こうちゃんを支えていきたいです。」

幾度も読み返し、つづられた珠玉の兄妹愛に深く心を打たれました。いつまでも幸せに過ごされることを願ってやみません。



# 生徒募集 知識や教養を高めたい くすのきカルチャー教室

くすのきカルチャー教室は、60歳以上の皆さんの学びの気持ちを応援する生涯学習の場です。あなたも新しい「何か」にチャレンジしてみませんか。

問 中央くすのきカルチャーセンター ☎3652-3911


受付期間 **2月1日(金)～3日(日) 9時～17時** 申し込み ☎**3655-2333** 専用電話

## ①平成31年度 くすのきカルチャー教室 募集一覧

定員 茶道・煎茶道⇨20人、そのほかの教室⇨32人

くすのきカルチャーセンター	時間	教室番号	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜		
中央 (西小松川町34-1)	9時～11時	1	民謡入門	6	ちぎり絵	12	七宝焼	17	書道	
		2	英会話	7	初歩の写真	13	水画	18	レザークラフト	
		3	はがき				19	詩吟	23	民謡舞踊
	12時～14時	4	ペン字	8	短歌	14	園芸	21	フラワーアレンジメント	
		5	源氏物語を読む	9	茶道(裏千家)	15	実践英会話	22	御殿まり	
				10	コーラス	16	ウクレレ		26	書道
				11	パッチワークキルト				27	コーラス
	小岩 (東小岩2-6-22)	9時～11時	33	ペン字	39	ペン字	43	詩吟	48	民謡
			34	大正琴	40	はじめての中国語	44	はがき	49	民謡舞踊
			35	パッチワークキルト					50	万葉集を読む
		12時～14時	36	プリザーブドフラワー	41	書道	45	茶道(表千家)	51	ペン字
37			絵手紙	42	源氏物語を読む	46	水彩画	52	コーラス	
葛西 (宇喜田町191)	9時～11時	58	民謡	62	水墨画	68	短歌	72	書道	
				63	ウクレレ	69	大正琴	73	園芸	
				64	プリザーブドフラワー			74	ペン字	
	12時～14時	59	詩吟	65	七宝焼	70	手芸	75	実践英会話	
		60	コーラス	66	ペン字	71	英会話入門	76	おもてなし英会話	
東部 (下鎌田西小学校内)	9時～11時	85	書道	87	民謡	89	英会話入門	91	手芸	
	12時～14時	86	園芸	88	詩吟	90	はがき	92	実用ペン字	
小松川 (平井南小学校内)	9時～11時	95	水彩画	97	書道	99	園芸			
	12時～14時	96	はじめての韓国語	98	はがき			100	英会話入門	
鹿骨 (篠崎第四小学校内)	9時～11時			105	園芸			109	ちぎり絵	
	12時～14時	104	手芸	106	ペン字	107	書道	110	短歌	

教室(講座)を担当する講師陣が一覧で分かるチラシを各くすのきカルチャーセンターで配布しています。



## ②平成31年度 くすのきカルチャーセンター特別講座 募集一覧

定員 太極健康法⇨20人、そのほかの教室⇨32人

くすのきカルチャーセンター	時間	曜日	講座番号	科目	曜日	講座番号	科目
中央 (西小松川町34-1)	9時～11時	月曜	201	太極健康法	木曜	203	太極健康法
		木曜	202	聊斎志異を読む	火曜	204	シェイクスピアを楽しむ
	12時～14時						
小岩 (東小岩2-6-22)							
葛西 (宇喜田町191)	水曜	205	太極健康法				
	土曜	206	能・狂言を読む				

## ③平成31年度 くすのきカルチャーセンター体験講座 募集一覧

定員 各講座⇨32人

くすのきカルチャーセンター	時間	曜日	講座番号	科目	曜日	講座番号	科目
東部 (下鎌田西小学校内)	9時～11時						
	12時～14時	水曜	301	体験ウクレレ	火曜	302	体験大正琴
小松川 (平井南小学校内)							
鹿骨 (篠崎第四小学校内)							

### 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、パッチワークキルト、中国結び、絵手紙、オカリナは月2回程度の全24回)

表②の特別講座：月2回程度の全24回

表③の体験講座：4月から9月までの6カ月間で全15回

人 区内在住の60歳以上の方(年齢は2019年4月1日現在)

¥ 受講料は無料(教材費は実費負担) ※下表参照。

● 電話申し込みの際、ご希望の教室(講座)番号〔上表参照〕をお伝えください。

※ 修了した科目は、講師やセンターが違って再受講できません。



● 一人1教室(講座)ですが、特別講座または体験講座と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日祝に中央くすのきカルチャーセンターで公開抽選を行います。また、申し込み者全員に、「受講決定」「補欠」「落選」のいずれかをハガキで通知します。

● 定員に満たない教室は、2月28日(祝)まで追加受け付けを行います。

▶ 2月10日(祝)まで⇨申し込み専用電話 ☎3655-2333へ

▶ 2月11日(祝)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。あらかじめご了承ください。

### ①教室の募集科目・教材費(年額または月額)

書道 年額 7000円	園芸 年額 4500円	短歌 年額 3500円	ペン字 年額 4500円	水墨画 年額 7000円	民謡 年額 1500円	民謡舞踊 年額 2500円
詩吟 年額 1500円	コーラス 年額 2000円	英会話入門 年額 5000円	実践英会話 年額 5000円	大正琴 年額 2000円	はじめての中国語 年額 2500円	ウクレレ 年額 1500円
水彩画 年額 1万3000円	はがき絵 年額 7000円	はじめての韓国語 年額 3000円	おもてなし英会話 年額 5000円	初歩の写真 年額 1万円	パッチワークキルト 年額 1万5000円	中国結び 年額 1万5000円
源氏物語を読む 年額 2500円	万葉集を読む 年額 2500円	平安女流日記 年額 2500円	絵手紙 年額 1万円	実用ペン字 年額 5000円	御殿まり 年額 6000円	オカリナ 年額 1500円
手芸 月額 2000円	レザークラフト 月額 2000円	七宝焼 月額 2200円	茶道 月額 2500円	煎茶道 月額 2500円	フラワーアレンジメント 月額 5000円	ちぎり絵 月額 2000円
						プリザーブドフラワー 月額 5000円
						はじめてのつまみ細工 月額 2200円


### ②特別講座の募集科目・教材費(年額)

太極健康法 1000円	聊斎志異を読む 1500円	シェイクスピアを楽しむ 3000円	能・狂言を読む 3000円
----------------	------------------	----------------------	------------------

### ③体験講座の募集科目・教材費(6カ月分)

体験ウクレレ 3000円	体験大正琴 1000円	体験葉書き書 2500円
-----------------	----------------	-----------------

楽器をお持ちでない方は、購入できます。  
ウクレレ⇨3万2000円程度  
大正琴⇨3万8000円程度  
オカリナ⇨1万2000円程度  
※体験講座では楽器をお貸しします。



凡例 日時(日程) 時間 場所 内容 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

## 都営住宅入居者募集

### 募集内容(対象世帯など)

**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、車いす使用者の各世帯

**単身者向け218戸**⇒60歳以上の方、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

**単身者用車いす使用者向け7戸**⇒身体障害者手帳1・2級の方 ほか

**シルバーピア80戸**⇒65歳以上の単身者または2人世帯

※このほかに居室内で病死などがあつた住宅83戸の募集を行います。

**主な申し込み資格** 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

**申込書・募集案内の配布期間・配布場所** 2月4日(土)～13日(土) (土曜を除く) ⇒区役所区民課、各事務所の庶務係で配布 / 2月9日(土)～11日(日) 9時30分～17時 ⇒都庁第一本庁舎1階北側東京観光情報センターで配布 / 2月4日(土) 9時～13日(土) 18時 ⇒東京都住宅供給公社ホームページからダウンロード

◎申し込み資格など詳しくは、募集案内をご覧ください。

**申** 2月18日(土)までに郵送(必着)

**問** 2月4日～18日 ⇒東京都住宅供給公社都営住宅募集センター ☎0570-010-810 / そのほかの期間 ⇒ 住宅課相談係 ☎5662-0517 (いずれも土曜を除く)



## 23区職員採用合同説明会

各区・組合の特色や業務内容、求める人材などについて説明します。また、技術職・専門職の受験希望者を対象に、個別相談で皆さんの疑問・質問にお答えします。

**日** 3月16日(土) 10時～16時

**場** 明治大学和泉キャンパス(杉並区永福1-9-1)

**人** 平成31年度以降の採用試験の受験希望者

※申し込み多数の場合は抽選。

**申問** 2月18日(土) 17時までに下記ホームページから申し込み、特別区人事委員会事務局任用課採用係 ☎5210-9787・☎http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm



## 春休み! プラスチックリサイクル施設等親子バス見学会

資源やごみがどのように処分・リサイクルされているのかを知ることができます。分別の重要性やごみ処理方法の歴史、ごみ減量の必要性を知り、環境への意識を高めましょう。

見学先は、容器包装プラスチックをリサイクルする施設(新日鐵住金(株)津製鉄所内)と、ごみの埋め立て処分場(東京港内)です。

**日** 3月26日(日) 8時～17時

**出発地** 小岩アーバンプラザ、東部区民館

**人** 小学3年～中学生と保護者、各出発地20組・40人程度(申込順)

※重複申し込みおよび過去に参加した方の申し込みは不可。

**持** 昼食 ※海ほたる(千葉県木更津市)で昼食休憩。

**申問** 2月4日(土) 9時から電話で、ごみ減量係 ☎5662-1689

◎各見学先では徒歩で移動します。

## 第4回水と緑のまち江戸川新進音楽家コンクール ～下町から世界に羽ばたく演奏家を～

今回から中学生以下を対象としたジュニアの部を設けます。入賞者は8月25日(日)にタワーホール船堀で開催する受賞記念コンサートに出演していただきます。

**日** 5月19日(日) ⇒ピアノ、5月26日(日) ⇒弦楽器

**場** タワーホール船堀5階大ホール **審査員** 佐藤真 ほか

**料** 一般の部 ⇒ 1万5000円、ジュニアの部(中学生以下) ⇒ 1万円

**共** 江戸川区

**申** 応募要項(区役所3階9番・文化課で配布または音楽協議会ホームページ(☎http://eonkyo.net/)に掲載)と一緒に配布している申込用紙に参加費の振り込みが分かる証明書を添付し、4月20日(土)までに郵送(消印有効)、〒132-8501(住所不要)文化課推進係

**主** 江戸川区音楽協議会・深野理恵 ☎3653-3013

## 「IoT宅配ボックスによる再配達削減実証プロジェクト」モニター募集

住宅設備メーカーと宅配事業者の協力による、温室効果ガス削減を目的とした宅配便の再配達削減効果の実証実験を実施します。

**人** 江戸川区・江東区内の戸建て住宅100世帯

※モニターにご協力いただける世帯には、外出先からでもスマートフォンで配達確認や応答が可能な「IoT宅配ボックス」が無償で提供されます。なお、設置環境などに条件があります。詳しくは、お問い合わせください。



**モニター期間** 5月～2020年1月(予定) **後** 江戸川区

**主** 2月20日(土)までに下記ホームページから申し込み、LIXIL IoT宅配ボックス実証プロジェクト事務局 ☎0120-481-951 (土日祝を除く)・☎https://iotdeliverybox.com

◎この事業は、環境省の「クールチョイス」に賛同した事業です。

## 「特定個人情報保護評価書(案)」への意見募集

予防接種に関する事務の特定個人情報保護評価書の変更について意見を募集します。いただいたご意見は、後日、区の考えと併せて公表します。

**意見書提出方法および期間** 住所・氏名・電話番号・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、3月4日(土)までに郵送(消印有効)または持参・ファクシミリ・区ホームページから

**問・閲覧場所・意見書提出先** 〒132-8507(住所不要)健康サービス課健康サービス係 ☎5661-2473・☎3655-9925

※区ホームページでもご覧になれます。

## 「平成31年度 江戸川区食品衛生監視指導計画(案)」への意見募集

いただいたご意見は、後日、区の考えと併せて公表します。

**閲覧場所** 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) ※区ホームページでもご覧になれます。

**意見書提出方法および期間** 住所・氏名・電話番号・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14日(土)までに郵送(必着)または持参・ファクシミリ・区ホームページから

**問・意見書提出先** 〒133-0052 東小岩3-23-3(小岩健康サポートセンター内) 生活衛生課食品衛生第一係 ☎3658-3177・☎3671-5798

## 国民年金保険料についてのお知らせ

### ● 4月から産前産後期間の免除制度が始まります

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間(多胎の場合は出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間)の国民年金保険料が免除されます。

**人** 国民年金第1号被保険者で、出産日が2月1日以降の方

※申請は4月1日(日)から国民年金係、区民課・各事務所の保険年金係および江戸川年金事務所です。申請方法など詳しくは、お問い合わせください。

### ● 2019・2020年度の国民年金保険料と前納保険料が決まりました

▶ 2019年度保険料 ⇒ 月額1万6410円

▶ 2020年度保険料 ⇒ 月額1万6540円

～納付は口座振替での「前納・早割り」が便利でお得です～

口座振替での前納・早割りを利用すると、保険料が割り引きされます。「口座振替申出書」を年金事務所や口座振替をする金融機関の窓口へ提出してください。

前納種類	前納期間	口座振替申出書提出期限	口座振替日※	前納保険料		毎月納めるよりもお得な額
				①口座振替	②現金納付	
6カ月	4月～9月	2月末	4月末	9万7340円	9万7660円	①1120円 ②800円
	10月～翌年3月	8月末	10月末			
1年	4月～翌年3月	2月末	4月末	19万2790円	19万3420円	①4130円 ②3500円
				37万9640円	38万880円	①1万5760円 ②1万4520円
2年	4月～翌々年3月					

※口座振替日が土曜日の場合は、翌営業日に引き落としとなります。

◎「口座振替申出書」は国民年金係、区民課・各事務所の保険年金係、年金事務所へ配布または日本年金機構ホームページ(https://www.nenkin.go.jp/shinsei/index.html)からダウンロードできます。

《問》国民年金係 ☎5662-0574 / 江戸川年金事務所 ☎3652-5106

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 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



# 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

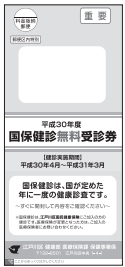
### 元気なときこそがん検診 がん予防・事業係☎5661-2463

種類・対象	受診方法・場所
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
胃がん【エックス線】 治療中・妊娠中(可能性含む)の方を除く	30歳以上 下記へ予約の上、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(祝を除く) 月~田 8時45分~17時 ▷web予約 http://www.kenshin-edogawa-web.jp ▲QRコード ※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歳以上【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。	
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	
口腔がん【視触診】 細胞診は歯科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 ▷江戸川区医師会医療検査センター⇨月~田 ▷区内指定医療機関⇨診療日 電話で、がん予防・事業係(☎5661-2463)へ申し込み後、送付される受診券をもとに区内指定歯科医療機関へ予約
肺がん【エックス線・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 月~田 { 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。 ※前立腺がん検診は診療日に区内指定医療機関(区ホームページなどでご確認ください)でも受診可能。
前立腺がん【血液検査】 30年4月~31年3月に、60・65・70歳の誕生日を迎える方	

◎年1回受診できます(子宮頸がん、乳がんのマンモグラフィ、口腔がんは2年に1回)。受診日は祝を除く。結果通知は1カ月以内に送付します。  
 ※喀痰細胞診は医療検査センターで肺がん検診を受診後、容器を配布します。  
 ※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。

### 国保健診(40~64歳)実施中 <受診期限は3月30日土です> 無料

●期限が迫っています  
 ~早めの受診(予約)にご協力を~  
 国民健康保険に加入している40~64歳(昭和29年4月1日~54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。  
 ◎対象の方には受診券を送付済みです。  
 ◎まだ受診していない4~9月生まれの方も、ぜひご利用ください。  
 ◎直前でも予約の取りやすい午後の受診がお勧めです。  
 受診期間 3月30日土まで  
 受診方法・場所 ☎5676-8818 (月~田 8時45分~17時、祝を除く) または http://www.kenshin-edogawa-web.jp 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18日(月)・19日(火)は休業日です。  
 ◎平成31年度の受診券は2月末に発送予定です。  
 国保健事業係☎5662-0623



### 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、生活上のさまざまな問題に、弁護士や保健師、消費者センターの職員

などの専門家が相談に応じます。  

日程	会場(直接会場)
2月7日(日)	葛西健康サポートセンター
3月1日(日)	中央健康サポートセンター

 13時30分~16時 問いのちの支援係☎5661-2478

### こころの健康・物忘れ相談

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	14日(日)	14時から
	小岩	26日(日)	13時30分から
		14日(日)	
	東部	15日(日)	14時から
		28日(日)	9時30分から
	清新町	14日(日)	14時から
			7日(日)
	葛西	19日(日)	
		22日(日)	13時30分から
	鹿骨	27日(日)	
18日(日)		14時から	

### 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オリンピックメダリストの竹宇治聡子さんを講師として行います。日場①4月9日~2020年3月17日の(全36回)⇨小岩アーバンプラザ・70人/②4月11日~2020年3月12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。時16時15分~18時 申問ハガキに希望する会場・住所・

児童および保護者の氏名・2019年4月からの学年・電話番号を記入し、2月22日(日)までに郵送(必着)、〒132-8501(住所不要)健康推進課がん予防・事業係☎5662-1414 ※受け付け後、申込書を送付します。

### アルコールの問題でお困りの方へ 予約制

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のか」など、専門家に相談できます。日2月13日・27日、3月13日・27日の(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 申問事前に電話で、最寄りの健康サポートセンターへ

### 熟年相談室の催し

介護予防教室 健康で生き生きと暮らしていくための教室です。

テーマ	日時	会場	申込先
コグニサイズで頭と身体のリフレッシュ	2月22日(日) 10時~11時30分	中平井コミュニティ会館	ウエル江戸川 ☎3618-0324

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。

テーマ	日時(2月)	会場	申込先
知っておきたい相続・遺言のこと	8日(日) 10時~11時30分	松江区民プラザ	清心苑 ☎5879-5613
男性介護者の集い	8日(日) 13時30分~14時30分	小岩区民館	泰山 ☎5889-1165

認知症サポート医との茶話会

テーマ	日時	会場	申込先
小物作りをしながら話しましょう	21日(日) 14時~15時30分	タワーホール船堀406会議室	暖心苑船堀 ☎5878-1521
簡単なヨガでリラックス~運動不足の解消~	27日(日) 14時~15時30分	小松川区民館	第二ウエル江戸川 ☎5858-2352

《問》各申込先へ電話で

### 江戸川社会福祉士会講演会「認知症になっても暮らせる街づくり~たぐいまれプロジェクトの取り組み~」

日2月17日(日)10時30分~11時30分 場①タワーホール船堀303会議室 ②80人(先着順) 師日本地域ケア協会代表・梅澤宗一郎 後江戸川区、区社会福祉協議会 主問江戸川社会福祉士会☎6808-2136

### 高次脳機能障害専門相談

日2月21日(日)9時30分~11時30分 人症状が思い当たる方とその家族(申込順) 師東京都リハビリテーション病院・堀田富士子 場申問事前に電話で、地域活動支援センターはるえ野(春江町2-41-8) ☎5664-6070⇨(日)10時45分~19時、(火)10時45分~17時 ◎毎週(日)にグループ訓練を実施。

### 神経難病相談

日3月7日(日)13時30分~15時30分 内専門医による診察・療養相談 人パーキンソン病・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(申込順) 場申問 2月4日(日)~8日(日)9時~17時に電話で、江戸川区医師会☎3652-3166

### 江戸川区地域活動歯科衛生士連絡会「フレイル予防~歯科衛生士として知っておきたい基礎知識~」

日2月27日(日)9時30分~11時40分 場東部健康サポートセンター 区内在住または在勤の歯科衛生士30人(申込順) 師日本大学歯学部教授・植田耕一郎 申問2月4日(日)9時から電話で、小松川健康サポートセンター

### 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、保険料収納率向上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、介護保険料に滞納がある方を対象に、職員が電話をかけた後、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、介護保険のサービスを利用する際に、1割または2割である利用者負担を3割(利用者負担の割合が3割の方は4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

### 国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入の方へ 高額療養費(外来年間合算)制度のお知らせ

1年間(2017年8月1日~2018年7月31日)に外来診療で支払った医療費が14万4000円を超える場合、その超えた金額を支給する制度です。2018年7月31日(基準日)時点で高額療養費の所得区分が「一般」「低所得者I」「低所得者II」の方が対象となります。基準日時点で国民健康保険に加入している対象者の方には申請書を送付しました。また、基準日時点で後期高齢者医療制度に加入している対象者の方には、2月下旬に高額療養費の振込先口座と同じ口座に支給します。詳しくは、基準日時点で加入していた医療保険の担当係にお問い合わせください。※対象期間のうち、ほかの医療保険(他市区町村の国民健康保険や、社会保険など)に加入していた期間がある方は、その期間中に支払った医療費も合算できる場合があります。問国民健康保険に加入の方⇨国民健康保険給付係☎5662-8053/後期高齢者医療制度に加入の方⇨高齢者医療係☎5662-1415

### 2019年度日本手話講座受講生募集

①初級 日4~9月の(日)19時15分~20時45分(全16回) 人10人(申し込み多数の場合は抽選) ¥5000円

凡例 日日時(日程) 時時間 場場所 内内容 人定員(対象) ¥費用 師講師 出出演 持ち持ち物 主主催 共共催 後後援 協協力 申申し込み 問問合わせ 電子メール ホームページ

②初級Ⅱ・中・上級 日 4月～2020年2月の月～困、田(各全31回、水曜夜のみ全22回) 日10時15分～11時45分・13時15分～14時45分・15時～16時30分・19時15分～20時45分 各12～15人(申し込み多数の場合は抽選) ¥3万5000円 ※②は3月4日(日)19時または7日(日)14時30分から、江戸川ろう者協会(タワーホール船堀3階)で「レベルを知ろう試験」を実施(初級受講の方は試験なし)。《場》グリーンパレスほか 《後》江戸川区 《主申問》2月22日(土)までに電話またはファクシミリ(4面記入例参照)で、江戸川ろう者協会 ☎6661-3004・☎666

1-3002=9時～17時(日曜日は13時まで、祝を除く)

えどがわ区民ニュース 2月1日号放映中!

●特集  
・輝く未来へ羽ばたくために～江戸川区の子どもの成長支援～  
●ビデオレポート  
・輝石の魂 EDOGAWA ATHLETE FILE  
アイスホッケー 園田歩美&宮崎千里  
車いすフェンシング 加納慎太郎  
・詐欺から身を守れ! 落語で学ぶ予防法

CATVで放送中!  
◎J: COM江戸川 11チャンネル(日 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)  
DVDなどの貸し出し・申し込み  
⇒映像広報係 ☎5662-6167

第8回 えどがわ おいしいメニューグランプリの入賞メニューが食べられます!

昨年実施したえどがわおいしいメニューグランプリ「～〇〇さんに食べてもらいたい～ お手軽バランスメニュー」では、区内の小・中学生から総数4621件の応募がありました(参加者数5365人)。



グランプリ・準グランプリに選ばれた10品のメニューの中から、各店で選んだメニューが提供されます。提供メニューなど詳しくは、区ホームページをご覧ください。

●メニュー提供店 区役所南棟5階「ラウンジ おあしす」、グリーンパレス1階「グリーンパレス」、小岩アーバンプラザ「ルミエ・アターブル」、総合文化センター3階「百花百兆」、タワーホール船堀7階「サロン・ド・サロン」

●10品のメニューがカードになりました メニュー提供店と下記店舗および各健康サポートセンターで配布しています。  
スーパーヤマイチ今井店・江戸川店・鹿骨店・中央店・小岩店・東小岩店・船堀店・南篠崎店・北葛西店・一之江店・一之江駅前店、イトーヨーカドーアリオ葛西店、イオン葛西店  
※メニューカードの配布は、なくなり次第終了となります。  
☎葛西健康サポートセンター

2019年度 はり・きゅう・マッサージ利用券の申請

入内 昭和20年4月1日以前に生まれた方⇒200円券(三療券)15枚と2200円券(三療割引券)10枚を発行/昭和20年4月2日～30年4月1日に生まれた方⇒2200円券(三療割引券)10枚を発行  
※いずれの方も発行は年度内に1回限り。

申 申請書(はり・きゅう・マッサージ利用券取り扱い施術所、各熟年相談室・なごみの家・くすのきカルチャーセンター・シルバー人材センター、くつろぎの家で配布)またはハガキ(「2019年度はり・きゅう・マッサージ利用券希望」・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を記入)を郵送

※申し込みは、いずれの場合も、1枚につき一人の申請となります。  
※2月28日(日)までの到着分は、3月下旬にご自宅に送付します(2月28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(日)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)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

自宅などで療養されている方へ 在宅療養サポート搬送システムをご利用ください

自宅などでの療養中、具合が悪くなったときに、かかりつけ医を通じて、あらかじめ決めておいた病院・有床診療所に搬送ができます(区内在住の方が対象)。利用する場合は、事前登録が必要になりますので、かかりつけ医にご相談ください。かかりつけ医がない場合は、江戸川区医師会(☎3652-3166)へお問い合わせください。

例えば、このような場合にご相談ください

- 食欲が低下し、元気がない
- 転倒し、動けなくなった
- 熱が続き活気がない



医学メモ スギやダニのアレルギー症状に対する舌下免疫療法

「ハクシオン」と毎年春になると、くしゃみ、鼻水、目のかゆみがつらいのがスギ花粉症、そして季節によらず一年中鼻水、鼻づまりで悩まされるのがダニによるアレルギー性鼻炎。どちらも勉強や仕事に集中できなくなり、症状を抑える飲み薬や目薬、点鼻薬などが手放せず、どうにかこの体質を改善できたらいいのと思う人も多いのではないのでしょうか。

そこで登場したのが「舌下免疫療法」といわれるアレルゲン免疫療法です。アレルギーの原因物質(スギやダニ)を毎日少しずつ舌の下から体に吸収させることで、アレルギー反応を弱め、症状を長期間和らげたり、治したりできる新しい治療法です。

5歳以上のお子さんから大人まで幅広い年齢の方が、この治療法を受けられるようになりました。治療期間は3年以上と根気のいる治療法ですが、長く続けた人の方が、治療を止めた後も長期間症状が改善するといわれています。ただし、この治療法は全ての人に効果が期待できるわけではなく、まれですが治療開始後に重大なアレルギー症状が起こる可能性もあることなどをよく理解した上で始める必要があります。

「自宅で毎日1日1回、舌下に服用」で、これまで嫌だった春が桜の待ち遠しい季節に変わり、毎日飲んでた薬も要らなくなる日がくるかもしれません。治療法の一つの選択肢として耳鼻咽喉科や小児科などでぜひ相談してみてください。

江戸川区医師会 (☎http://www.edogawa-med.jp/)

平成30年度 熟年文化祭

熟年者の方々が、日頃の活動の成果を発表します。ぜひ、お越しください。

日 2月13日(日)・14日(月)9時～16時

場 総合文化センター

内 ▶式典(両日とも10時から)

▶芸能部門⇒歌や踊りの披露

※演芸大会終了後、抽選会があります。

▶作品部門⇒絵画・書道・手芸・工芸などの作品展示、入賞発表

▶俳句・短歌部門⇒俳句・短歌の展示、入賞発表

※作品部門と俳句・短歌部門は入賞の審査を行います。ただし、出展数が少ない部門については審査を行いません。

▶その他⇒お茶席コーナー、健康コーナー、物産品販売コーナー

問 生きがい係 ☎5662-0039



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

◎当番医・接(整)骨院は変更になる場合があります。

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

- 江戸川区医師会休日診療テレホンセンター(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3日(日)	内	小 小暮医院	興宮町16-13	☎3653-5347
		中 中愛クリニック	東小松川3-35-5	☎3653-9875
		柴山泌尿器科・内科クリニック	東葛西6-1-17	☎5675-7223
	眼	にいはりクリニック	新堀1-38-11	☎5243-4141
		江戸川共済病院	南篠崎町1-2-16	☎3679-5211
耳	船堀眼科	船堀3-7-1	☎3877-3141	
	すぎやま耳鼻咽喉科クリニック	西小岩1-23-2	☎5622-3355	
2月10日(日)	小	小 明育小児科	東葛西2-3-16	☎3686-0359
		宮澤クリニック	西葛西6-18-3	☎3878-0826
	内	西小岩内科医院	西小岩3-5-3	☎3658-3782
		福田クリニック	南篠崎町2-38-13	☎3679-2011
	眼	同愛会病院	松島1-42-21	☎3654-3311
市原眼科		中央2-17-24	☎3653-1064	
耳	しんでん耳鼻咽喉科医院	西葛西8-12-17	☎6411-4133	

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3日	齊藤接骨院	上一色2-17-2	☎3653-6730
	はるさん整骨院	春江町3-13-13	☎6638-7694
2月10日	ひらい整骨院	平井5-12-6	☎3618-8226
	せきぐち整骨院	松江3-14-5	☎5662-1154

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 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



伝統工芸者の熟練の技をご覧ください。  
日 2月7日(日)～12日(火)10時～19時 (12日は17時まで)  
場 タワーホール船堀 1階展示ホール 1  
主 江戸川伝統工芸保存会・深野 ☎3651-3465

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) ☎3652-1109 〻https://www.city.edogawa.tokyo.jp/

## わがまちの安全を守る消防団

消防団は、消防署と連携した消火活動や災害発生時の人命救助・避難誘導などを行っています。平常時は訓練を重ねるとともに、初期消火・応急手当の指導や防火・防災の普及啓発なども行う地域防災の要となる存在です。区内には、江戸川・葛西・小岩の各消防署にそれぞれ消防団があり、現在900人以上の団員が地域の安全・安心のために活動しています。



### 消防団員募集中!

区内在住または在勤・在学の18歳以上で、心身共に健康な方の入団をお待ちしています。詳しくは、各消防署の防災安全係(消防団担当)へお問い合わせください。  
問 江戸川消防署 ☎3656-0119  
葛西消防署 ☎3689-0119  
小岩消防署 ☎3677-0119



### 消防団活動展

消防団の活動内容についてのパネルなどを展示します。  
日 2月6日(日)9時～13時  
場 区役所正面玄関多目的スペース

問 防災係 ☎5662-2129

## 第10回 中学生「東京駅伝」大会に区立中学校の生徒が出場します

この大会は都教育委員会が主催し、中学生の体力向上などを目的としています。対象は都内区市町村の中学2年生から男女別に選抜された代表選手で、自治体対抗で競技が行われます。

本区は2年連続で総合優勝を果たしています。3連覇を目指して疾走する出場選手をみんなで応援しましょう。

問 指導室 ☎5662-1634



日 2月3日(日)9時30分から⇒開会式・武蔵野の森総合スポーツプラザ(調布市西町290-11) / 10時から⇒女子の部(30km)、13時から⇒男子の部(42.195km)・味の素スタジアム敷地内アミノバイタルフィールド(調布市西町717) ※荒天中止。  
◎選手は都立武蔵野の森公園特設周回コースを走ります。応援はコース沿道または武蔵野の森スポーツプラザ設置の大型モニター周辺からとなります。

### ケーブルテレビで大会の様子が中継されます

J:COMチャンネル(11チャンネル)では、大会当日の9時30分～16時30分に生中継番組を放送しますので、ぜひご覧ください。問 J:COM カスタマーセンター ☎0120-999-000

熟年人材センターの催し

## ローマオリンピック銅メダリスト 竹宇治 聡子 講演会 ～みんなで楽しく泳げば10歳若返る～



竹宇治(旧姓・田中) 聡子さんは水泳選手として2度オリンピックに出場後、ぜん息児向けの風の子水泳教室を始めるなど、現在は指導者として活躍中です。これまでの水泳人生をもとに、生きがいや健康づくりなどについて語っていただきます。

日 2月21日(日)14時～15時30分  
場 総合文化センター 3階研修室 〻200人(抽選)  
問 往復ハガキ(4面記入例参照)で2月12日(火)までに郵送(必着)、〒132-0032 西小松川町34-1 熟年人材センター ☎3652-5091

テーマ別環境学習講座

## スポ GOMI 大会 in 葛西 ～西なぎさで海ごみ問題を考えよう～

東京2020大会500日前イベントとして、ラムサール条約湿地に登録された葛西海浜公園の西なぎさでスポ GOMI 大会を実施します。大会後は、海ごみ問題や干潟の生物多様性を考える講義も行います。詳しくは、東京都環境公社ホームページをご覧ください。  
※スポ GOMI 大会は、拾ったごみの種類と量で得点を競うスポーツです。

日 3月16日(日)9時30分～12時30分 場 葛西海浜公園・葛西臨海水族園  
人 80人(抽選) ※3～5人のチームまたは個人でも申し込み可。  
師 ソーシャルスポーツイニシアチブ代表理事・馬見塚健一 ほか  
主 東京都、東京都環境公社 協 江戸川区、DEXTE-K  
問 2月17日(火)までに東京都環境公社ホームページ(〻https://www.tokyo.kankyo.jp/)の申し込みフォームから、東京都環境公社 ☎3644-8886

## 祝 西村碧莉選手 優勝おめでとう! スケートボード世界選手権で初代女王に!

西村碧莉選手(区内在住)が、1月13日にリオデジャネイロで行われたスケートボード・ストリートの世界選手権で女子決勝を制し優勝しました。スケートボードは東京2020オリンピックで実施される注目の競技で、ストリート種目の世界選手権は今回が初開催でした。今後ますますの活躍が期待される西村選手をこれからも応援していきましょう。  
問 スポーツ係 ☎5662-1636

写真: AFP/アフロ

## 今年は 世界挑戦! 5月29日(水)に開催決定

住民総参加型スポーツイベント  
江戸川区スポーツチャレンジデー  
2019

チャレンジデーは、住民の健康増進やスポーツの習慣化などを目的とした住民総参加型のスポーツイベントです。3回目の挑戦となる今年は世界へ進出し、海外の自治体と対戦します。問 スポーツ係 ☎5662-1636

### チャレンジデーとは

毎年5月の最終水曜日に、人口規模がほぼ同じ自治体同士で、一日に15分以上、運動やスポーツを行った人の数(参加率)で勝敗を競い合います。



参加方法

- 当日の0時～21時に区内にいる全ての方が参加できます。
- 15分以上の継続した運動やスポーツであれば、種目や活動内容は何でもOK!



当日は、区内各地で運動・スポーツイベントを実施します。詳しくは、区ホームページや今後の広報えどがわでお知らせします。

## 区公式HPがリニューアルオープン!

1月31日に区公式ホームページがリニューアルしました。江戸川区の魅力発信するコンテンツが新たに加わったほか、スマートフォンやタブレット端末でより見やすいホームページになりました。



※ホームページのアドレスが変更になりましたので、お気に入り登録などをされている方は再登録が必要です。



問 区政案内係 ☎5662-0382