



えどがわ

- 2面 児童手当「現況届」の提出をお忘れなく
7月1日は住民税の納期限(第1期)です
- 6・7面 6月は蚊の発生防止強化月間
6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です
- 8面 小岩菖蒲園まつり

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/

梅雨入り前に 備えて安心！ 家庭でできる大雨対策

集中豪雨や台風接近による大雨などの被害を最小限に抑えるためには、普段からの備えが大切です。梅雨入り前に家庭でできることを再確認し、早めの準備を心掛けましょう。
問 保全課事業調整係 ☎5662-1930



浸水防止には「土のう」が有効！ ～土のうの入手方法や作り方をチェックしよう～

浸水被害の恐れがある場合は、土のうを使って迅速に対応すれば被害を最小限に抑えることができます。

近くの土のうステーションから土のうを持ってくる
※土のうステーションの場所は右下参照。



ブルーシートの上に土のうを並べる

ブルーシートがない場合はレジャーシートやごみ袋を切って代用できます。

ブルーシートで道路側から建物側へ包む



重しでブルーシートを固定したら**完成!**

土のうは返却不要です。繰り返し使用できるのでご家庭で保管してください。

日頃から点検しておこう

▶ 雨水ます

雨水は、道路脇にある雨水ますから下水道管に流れ込むため、雨水ますの上にごみや障害物などがあると道路冠水の原因になります。



▶ 排水設備

半地下式の駐車場などの地下施設は、雨水が流れ込み浸水被害が起こりやすくなります。排水ポンプや排水溝などを点検しましょう。

「道路冠水履歴マップ」で浸水しやすい地域が確認しておこう

浸水しやすい地域かどうかは、地盤が周囲より低くなっているなど地形的な特徴が大きく影響します。「道路冠水履歴マップ」は平成7年以降に起きた降雨による道路の冠水情報を地図上に示しています。



最新情報をチェック!

▶ 江戸川区気象情報システム

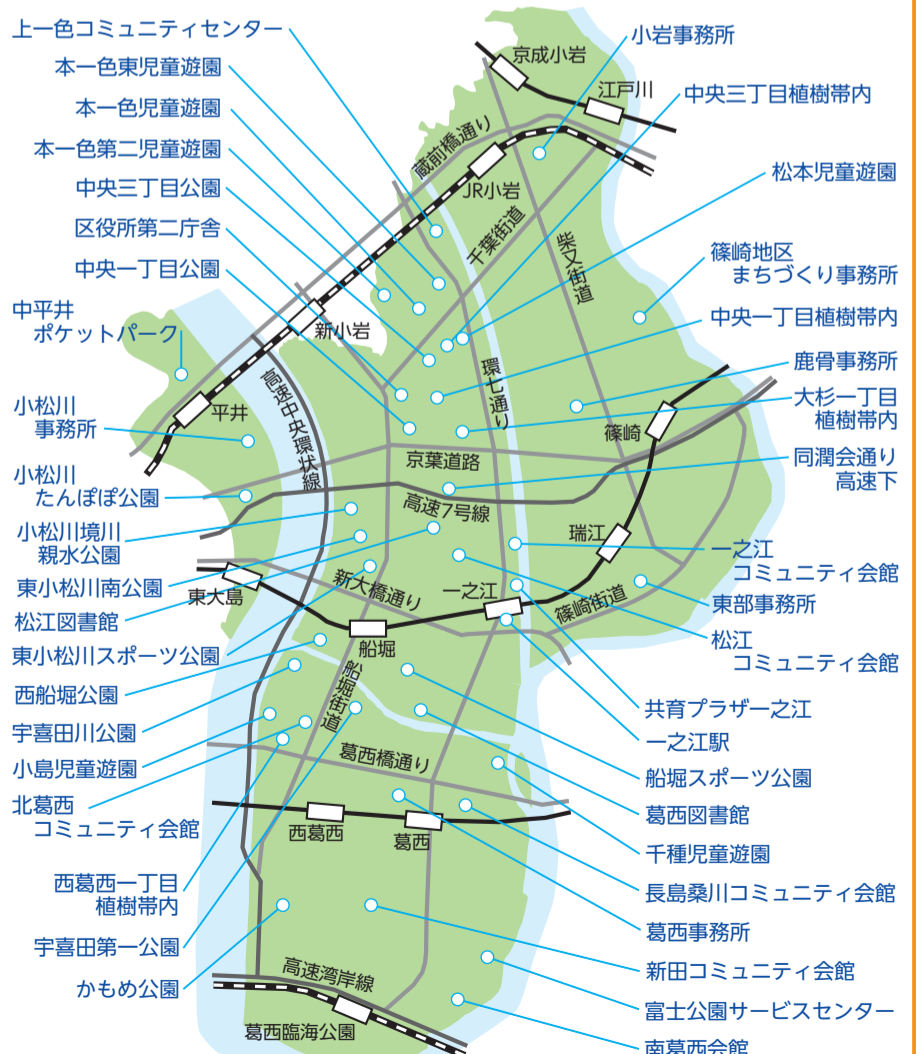
区内8カ所に気象観測装置を設置し、雨雲の状況、雨量、風速などリアルタイムでの気象情報をインターネット上で一般公開しています。



▶ 区からの情報伝達手段

- 区ホームページ
 - 区公式ツイッター・フェイスブックページ
 - えどがわメールニュース(※)
 - 防災行政無線
 - FMえどがわ(84.3MHz)
- ※利用には事前登録が必要です。登録方法は、区ホームページをご覧ください。

土のうステーションの設置場所(区内42カ所)



児童手当「現況届」の提出をお忘れなく (6月26日迄まで)

児童手当を受給している方へ、6月上旬に「現況届」を発送します。6月分からの手当を受けるために必要な書類です。同封の返信用封筒で提出してください。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

※現況届の提出が6月26日を過ぎた場合、児童手当の振り込みが遅れる(11月以降になる)ことがあります。

◎「現況届」を提出した方には、「審査結果通知書」を送付します(9月上旬以降)。



問 手当助成係(区役所2階4番) ☎5662-0082 ▲区ホームページ

児童育成手当(障害手当)「現況届」の提出をお忘れなく(6月28日迄まで)

児童育成手当(障害手当)を受給している方へ、6月上旬に「現況届」を発送します。6月分からの手当を受けるために必要な書類です。必ず期限内に提出してください。

提出方法 6月28日までに郵送(必着)または窓口へ持参

※児童が児童福祉施設に入所した場合など、手当が支給されないことがあります。

問・提出先 自立援助係(区役所2階1番) ☎5662-0062・☎3656-5874

65歳以上の方へ介護保険料額決定通知書を送付します

平成31年度分(平成31年4月～令和2年3月分)の介護保険料の年額と納め方をお知らせする「介護保険料額決定通知書」を、6月10日迄以降に発送します。

●介護保険料減額制度について

第2所得段階及び第3所得段階の方で一定の条件に該当する方は、申請により保険料額を減額することができます。詳しくは、お問い合わせください。

《問》介護保険課保険料係(区役所2階2番)

☎5662-0827



ひとり親のためのJKK東京住宅相談会

相談会のほか区内の公社住宅への申し込みも受け付けます。

日 7月6日 日 10時～16時 場 船堀コミュニティ会館

人 ひとり親家庭の母親または父親30人(申込順)

共 JKK東京(東京都住宅供給公社)

主 申 問 6月1日 日 から電話で、ひとり親相談室すずらん ☎6638-8085 = 日 ~ 日 9時～17時

7月1日 月 は住民税の納期限 第1期 です

住民税(特別区民税・都民税)の納め方

自営業・不動産収入など個人で納める方

普通徴収

～個人で納めてください～(年1回全期分または年4回期別)

「特別区民税・都民税納税通知書」を、6月10日迄に発送します。同封の納付書で納めてください。

※全期分の納付書を使用後は、1～4期の納付書を破棄してください。

平成31年度 納期限	年1回	全期分			
		7月1日 日			
	年4回	第1期	第2期	第3期	第4期
		7月1日 日	9月2日 月	10月31日 日	令和2年1月31日 金

納付場所 区役所、各事務所、特別区指定の金融機関(銀行・信用金庫・信用組合・農協など)、関東地方各都県および山梨県のゆうちょ銀行、全国のコンビニエンスストア

お支払いには便利な口座振替のご利用を

納め忘れの心配がなく、納めに行く手間が掛かりません。申込書は納税通知書に同封するほか、区役所、各事務所で配布しています。また、区ホームページからもダウンロードできます。

※携帯電話で納付ができる「モバイルレジ」も利用できます。詳しくは、お問い合わせください。

※コンビニエンスストアとモバイルレジは、納付書1枚の金額が30万円以下の場合に納められます。30万円を超える場合は、窓口または口座振替で納めてください。

申 問 収納推進係 ☎5662-6345

中堅所得者家族向け「都民住宅(東京都施行型)」の入居者募集

中堅所得者の家族向けの賃貸住宅で、都営住宅ではありません。

募集戸数 67戸

申込書・募集案内の配布期間・配布場所

6月3日 日 ~ 11日 日 住宅課相談係(区役所北棟2階)

※ 日 日 を除く。ただし、6月8日 日・9日 日 は東京都住宅供給公社都営住宅募集センターで配布します。

※ 配布期間中、東京都住宅供給公社ホームページ(☎ <https://www.to-ko-usya.or.jp/>)からもダウンロードできます(11日は18時まで)。

申 6月14日 日 までに郵送(必着)

問 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター ☎3498-8894

住宅課相談係 ☎5662-0517 ※いずれも 日 日 を除く。

◎詳しくは、募集案内をご覧ください。

分譲マンション管理組合セミナー 「模擬理事会で運営方法がわかる！」

管理組合理事など初心者向けのセミナーです。マンション管理士による模擬理事会のほか、事前予約による個別相談・公開相談会も行います。これから分譲マンション暮らしを考えている方もぜひご参加ください。

日 6月30日 日 10時～12時 場 船堀コミュニティ会館

内 分譲マンションの管理組合運営に関する模擬理事会・公開相談会 ほか

人 区内在住の方40人程度(申込順)

申 問 6月27日 日 までに電話で、耐震化促進係 ☎5662-6389

国民健康保険に加入の方へ保険料決定通知書を送付します

平成31年度分(平成31年4月～令和2年3月分)の国民健康保険料の年額をお知らせする「国民健康保険料決定通知書」を、6月11日迄以降、世帯主宛てに発送します。年間保険料の納付回数は6月～令和2年3月の10回です(年金からの特別徴収の方を除く)。保険料の納付は、口座振替でお願いします。納付書で納めている方は同封の口座振替依頼書で口座振替への変更手続きをしてください。口座振替に変更していない方は、同封の納付書で納付をお願いします。

◎31年1月2日以降に江戸川区へ転入した方には今回、均等割額(加入者数に応じた保険料額)のみを通知します。前住所地の自治体から所得金額の回答があり次第、所得割額(所得金額に応じた保険料額)を計算し、保険料が変わる場合は変更通知書を7月以降に発送します。

※75歳以上の方が加入している後期高齢者医療制度の保険料のお知らせは、7月中旬に発送します。

問 決定通知書⇒国民健康保険資格係 ☎5662-0560

口座振替手続き⇒収納係 ☎5662-0795

75歳以上の方の保険料⇒高齢者医療係 ☎5662-1415

納税のご相談は、お住まいの地域の担当係へ

区民課・小松川事務所管内⇒納税第一係 ☎5662-1013

小岩・東部・鹿骨事務所管内⇒納税第二係 ☎5662-6354

葛西事務所管内⇒納税第三係 ☎5662-6361

サラリーマンなど会社で納める方

特別徴収

～勤務先で給与から差し引かれます～(6月～翌年5月の毎月)

「特別区民税・都民税特別徴収税額の決定通知書」を、勤務先へ5月13日に発送しました。

転職する方へご注意ください

◇転職する方⇒新しい勤務先で特別徴収の手続きをしてください。継続できない場合は、普通徴収になります。納税通知書を送付しますので、同封の納付書で納めてください。

江戸川区納付案内センターからのお知らせ

住民税・軽自動車税の納め忘れの方に対し、電話や訪問などによる納付案内を行っています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

問 江戸川区納付案内センター

☎5678-1091 = 日 ~ 日 9時～17時



納め忘れはありませんか？

- 納期限を過ぎると、延滞金が発生します。
- 未納の場合、法律の定めにより財産調査・差し押さえなどの処分を行います。

第6回えどがわ区民レガッタ参加者募集!

旧中川で「ナックルフォア」ボートレース(4人漕ぎ・250m)を開催します。
日 9月8日 日 9時30分から(小雨実施)
場 旧中川ふれあい橋周辺(平井3丁目地先)
人 小学4年生以上のボート初心者・未経験者
 ※募集数=24チーム(申込順)。
 ※事前に区ボート協会の練習会への参加が必要。
¥ 500円(小・中学生300円) ※保険代含む。
申問 参加申込書を7月5日迄までに郵送(必着)またはファクシミリ・窓口で、〒132-8501(住所不要)スポーツ振興課スポーツ係(区役所3階10番) ☎5662-1636・☎5607-5151
 ◎詳しくは、募集要項(スポーツ係、各区民館・スポーツ施設で配布)または区ホームページをご覧ください。



イオン葛西店にみんな集まれ! 動物園イベント開催

「自然動物園の動物たち」「飼育係の一日」などのパネル展示のほか、どうぶつクイズやオリジナル缶バッジ作りを行います。直接会場へ。
日 6月8日 日 14時30分~15時30分
場 イオン葛西店4階イベントスペース(西葛西3-9-19)
問 自然動物園(行船公園サービスセンター) ☎3680-0777



いよいよ来年は東京2020大会! 関連イベントを開催

東京2020大会を盛り上げる楽しいイベントです。いずれも直接会場へお越しください。

みんなで踊ろう!

東京五輪音頭-2020- 踊り方講習会

日場 右表のとおり

日程(6月)	時間	会場
3日 日	10時~11時	東部区民館
6日 日	15時~16時	鹿骨区民館
7日 日	10時~11時	グリーンパレス集会室301
10日 日	15時~16時	葛西区民館
		小松川区民館

競技を知って・見て・体験して 観戦の準備をしよう!

日 6月15日 日 12時~18時

場 アリオ葛西1階正面入口ウエストコート(東葛西9-3-3)

内 カヌーVR体験、ポッチャ体験、オリジナル缶バッジ制作、区内出身アスリートの紹介パネル展示 ほか

《**問**》オリンピック・パラリンピック推進担当課推進係 ☎5662-1524



ひらい圓藏亭の催し

① ひらい圓藏亭・さくらワンダールームジョイント企画「はっぴいかみしばい」

日場 6月15日 日 13時30分から⇒ひらい圓藏亭/14時30分から⇒さくらワンダールーム(平井3-21-1)

人 3歳以上の方30人(先着順)

② 落語よもやま話「江戸の漫画を見る・読む・楽しむ」

日 6月16日 日 14時から **場** ひらい圓藏亭 **人** 中学生以上の方30人(申込順)

③ 子どもむけおはなしかい

日 6月28日 日 15時30分から **場** ひらい圓藏亭 **人** 3歳~小学生30人(先着順)

《**申問**》①③直接会場へ、②6月1日 日 田から電話または窓口で、ひらい圓藏亭 ☎5626-3242=問~函を除く10時~16時

※いずれも未就学児は保護者同伴。



子ども未来館「実験室の『空』~ひこうき雲があらわれた~」

ペットボトルを使って空の自然現象を再現します。

日 6月23日 日 10時~11時30分 **人** 小学4~6年生16人(抽選)

場 **申問** 往復ハガキ(4面記入例参照)で6月14日 日 迄までに郵送(必着)、〒133-0061 篠崎町3-12-10 子ども未来館 ☎5243-4011

江戸川総合人生大学「子どもの貧困問題を考える」

今日の社会に潜む「子どもの貧困」は見えにくい課題だといわれています。その現状と課題、地域でできることを一緒に考えてみませんか。

日 6月26日 日 14時~16時 **場** 篠崎文化プラザ **人** 80人(申込順)

師 入江優子(東京学芸大学児童・生徒支援連携センター准教授)

申問 6月3日 日 田から電話で、江戸川総合人生大学 ☎3676-9075



EDOGAWA SINCE 2004 SOUGOU-JINSEI-DAIGAKU

北野大の「人生大学っていいよね」

第3回 学生の多様性

皆さんこんにちは。江戸川総合人生大学学長の北野大です。第3回は「学生の多様性」についてです。第1回でも触れましたが、人生大学のほかの大学にはない最大の特徴が「学生の多様性」です。年齢は20歳代から80歳代(60歳代が主)と多岐にわたっています。学歴もさまざま、さらにはこれまで経験してきた職業や人生経験なども極めて多様です。共通点は江戸川区に住んでいる、区内で働いているということのみです。

人生大学にとって、また学ぶ学生にとっても、学生の皆さんのこの多様性が大きな推進力になっています。7月に開催される大学祭での発表などでは、学生各自の持つ知識と経験、技能とがうまくかみ合い、予想以上の成果を出しています。これは大学祭に一度お出掛けをいただければすぐに気が付くと思います。

この人生大学の最大の特徴を生かすために、私は以下のような方針を取っています。江戸時代末期に大分県日田市で広瀬淡窓先生が、「咸直園」という私塾を開きました。この塾は約80年間続き、5000人もの塾生が学んでいました。先生の方針は三尊法といって入門時に学歴、年齢、身分を問わず全ての門下生を平等に扱い、また「職任」として門下生に自主的に寮などの運営をさせました。

この全ての門下生を平等に扱い、学生の自主性を重んじることを、人生大学では尊重しています。大学祭の運営や、人生大学情報紙「ひと・あい・えどがわ」の編集は学生が自主的に行っています。

学ぶ喜び、感謝される喜びを人生大学で一緒に味わいませんか。 江戸川総合人生大学 ☎3676-9075

江戸川総合人生大学 公開講座

「あなたがよりよく生きるために ~きょういく きょうよう の すずめ~」

日 6月24日 日 14時~15時30分

場 タワーホール船堀4階研修室 **人** 70人(申込順)

師 北野大(江戸川総合人生大学学長)

申問 6月3日 日 9時から電話で、江戸川総合人生大学 ☎3676-9075

※江戸川総合人生大学は学校教育法などで定める正規の大学ではありません。

えどがわボランティアセンターの催し

① 夏のボランティア体験

日 7月13日 日 ~ 8月31日 日

場 区内の熟年者施設、障害者施設、保育園、図書館 ほか

人 右表のとおり行う説明会へ参加した小学生以上の方

¥ 300円(保険代)

説明会日程	時間	会場(直接会場へ)
6月15日 日	13時~14時	グリーンパレス集会室401
6月21日 日	18時30分~19時30分	
6月26日 日		
7月2日 日		
7月17日 日	13時~14時	
7月20日 日	15時~16時	
7月26日 日		
8月1日 日		
8月7日 日		

② 福祉ボランティア団体主催講座「施設でのボランティア」

介護保険施設の種類や役割を学び、施設見学とボランティア体験を行います。

日 6月23日 日 13時30分~15時 **場** せらび篠崎(東篠崎1-5-2)

人 中学生以上の方8人(申込順)

《**申問**》①6月15日 日 15時から窓口で、②6月3日 日 9時から電話で、えどがわボランティアセンター ☎5662-7671

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

6月は「暴走族追放強化期間」です

暴走族の追放は、まず家庭から・そして地域から
問 交通安全推進係 ☎5662-1998

凡例 日時(日程) 時間 場所 内容 人定員(対象) 費用 講師(敬称略) 出演(敬称略) 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

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

問がん予防・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】 妊娠中(可能性含む)の方を除く	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
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。	30歳以上 ▷予約電話☎5676-8818 予約受付時間(祝日を除く) 月~田 8時45分~17時 ▷インターネット予約 https://www.kenshin-edogawa-web.jp ▲インターネット予約
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 ▷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
口腔がん【視触診】 細胞診は歯科医師が必要と認められた方に実施	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
前立腺がん【血液検査】 2019年4月~2020年3月に、60・65・70歳の誕生日を迎える方	※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。

◎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)。受診日は祝日を除く。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、身体の状況により受診できない場合があります。

40~64歳の方へ 国保健診実施中 無料

国民健康保険に加入している40~64歳(昭和30年4月1日~55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。

◎直前でも予約の取りやすい午後の受診がお勧めです。

◎健診未受診の方には、ハガキや電話による受診勧奨をする場合があります。

生まれ月	受診推奨期間
4~9月生まれ	4~9月
10~3月生まれ	10~3月

※上記期間以外の受診も可能です。予約の際にご相談ください。

受診方法・場所 ☎5676-8818



(月~田 8時45分~17時、祝日を除く) または https://www.kenshin-edogawa-web.jp でインターネット予約し、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
 問保健事業係 ☎5662-0623

40歳未満の方を対象に 区民健診を実施します 無料

運転免許証、健康保険証など本人確認のできるものをお持ちになり、直接会場で受診してください。
 受付時間 13時~14時30分
 昭和55年4月1日以降に生まれた区民(職場・学校などで健診を受診する機会のない方)
 ※40~74歳の方は特定健診、75歳以上の方は長寿健診、妊娠中の方は妊婦健診の対象となるため、この健診は受診できません。

尿検査、血圧測定、血液検査、身体測定(該当の方のみ心電図)

6月は蚊の発生防止強化月間 「たまり水、放置していません蚊？」

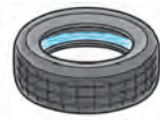
蚊が媒介する感染症(デング熱、ジカウイルス感染症)などの感染拡大防止には、蚊の幼虫(ボウフラ)が発生しない環境を作ることが最も有効な対策です。
 問環境衛生係 ☎3658-3177

こんなところが蚊の発生源! たまり水をなくしましょう



植木鉢の受け皿

受け皿の水は捨てるか、週に1回は入れ換えましょう



古タイヤ

カバーをするか、穴を開けて水が抜けるようにしましょう



散水用のくみ置き水

雨水をためたら、すぐに使うか、ふたをしましょう



雨よけのシート

たるみやくぼみができないようにしましょう



放置された空き缶など

放置された空き缶、空き瓶、ペットボトルなどは撤去しましょう



雨ざらしの容器

不要なものは撤去するか、逆さにしましょう

蚊に刺されないために

- ①長袖の服などを着用して肌の露出を避け、必要に応じて虫よけを利用する。
- ②蚊のすみかとなる家の周りの雑草を刈り、風通しを良くする。

ほか

※採尿は当日会場でもできますが、ご希望の方には事前に、専用の採尿容器を保健所、各健康サポートセンター、健診会場でお渡しします。

※車での来場はご遠慮ください。
 問がん予防・事業係 ☎5661-2463

日程	会場
1日 田	葛西区民館
5日 日	小松川さくらホール
6日 日	清新町コミュニティ会館
7日 金	鹿骨区民館
8日 土	総合文化センター
10日 月	小岩アーバンプラザ
12日 水	東部区民館
13日 木	北葛西コミュニティ会館
17日 月	小松川さくらホール
19日 水	東部区民館
21日 金	小岩アーバンプラザ
22日 土	葛西区民館

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(直接会場へ)
6月6日 日	中央健康サポートセンター
7月18日 日	小岩健康サポートセンター

時13時30分~16時 問いのちの支援係 ☎5661-2478

国民健康保険に加入の方へ ジェネリック医薬品差額通知を発送

現在服用している先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、薬にかかる自己負担額が一定額以上軽減されると見込まれる被保険者の方へ「ジェネリック医薬品差額通知」を送付しました。なお、必ず切り替えなければならぬものではありません。問国民健康保険給付係 ☎5662-8053

こころの健康・物忘れ相談

専門医が相談に応じます。申問各申込先へ電話で

会場・申込先	日程		時間
	6月	7月	
健康サポートセンター	中央	25日 日	13時30分から
	小岩	13日 日	14時から
東部	21日 金	19日 金	13時30分から
	27日 木	25日 木	14時から
清新町	13日 日	26日 金	9時30分から
	5日 日	11日 日	14時から
葛西	18日 日	9日 日	9時30分から
	28日 金	24日 木	13時30分から
小松川	26日 日	16日 日	14時から
	なぎさ	17日 日	

言語リハビリ体験教室

区内在住で、脳卒中後遺症などによる言語障害のある方が対象です。家族の方も気軽にご参加ください。内言語聴覚士によるグループ指導 人20人(申込順) 申問6月3日 日 9時から各会場に電話で

日時	会場
6月24日 日 13時30分	鹿骨健康サポートセンター
7月1日 日 ~15時	清新町健康サポートセンター

神経難病相談

日7月4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6月3日 日~7日 金の9時~17時に電話で、江戸川区医師会 ☎3652-3166

「介護支援専門員実務研修受講試験」 受験要項の配布

配布期間=6月3日 日~28日 金

穂高荘

今月の穂高号はサクラノ狩りやホテル観賞、新しくなった電気バスで行く黒部ダムの放水など、この季節の楽しみ満載です。申問穂高荘予約センター ☎5662-7051

6月4日~10日は「歯と口の健康週間」です

歯と口の健康週間キャンペーン

～おいしく 楽しく 健口に～

むし歯・歯周病予防に関するアニメーション上映や展示、よくかめているかのチェックガムや歯周病予防のフロスの体験コーナーを開催します。

日 6月4日(月)～7日(金)9時～16時 ※7日は15時まで。

場 区役所正面玄関多目的スペース

問 中央健康サポートセンター



▲江戸川区8020 (ハチマルニイマル) 応援キャラクター「リップー」

成人歯科健診

日 11月30日(土)まで

内 むし歯・歯周病・口腔粘膜の異常など口の健康に関する検査

人 昭和24・29・34・39・44・49・54・59・64、平成元・6・11年生まれの区民の方

料 無料(治療は別途有料)

持 健康保険証や運転免許証など、本人確認のできるもの

申 区内指定歯科医療機関(区ホームページに掲載)に直接予約

問 がん予防・事業係 ☎5661-2463



区指定歯科医療機関一覧

配布場所=介護保険課(区役所2階2番)、各熟年相談室 申 所定の封筒で6月30日(日)までに簡易書留で郵送(消印有効) 問 東京都福祉保健財団 ☎5909-2281、介護保険課事業者調整係 ☎5662-0032

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 6月12日・26日、7月10日・24日の(日)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各日3組(申込順) 申 問 電話で受け付け中、最寄りの健康サポートセンターへ

無料クーポン券による風しん抗体検査・予防接種が受けられます

区に住民登録のある昭和47年4月2日～54年4月1日生まれの男性を対象に、風しんの抗体検査および予防接種を無料で受けられるクーポン券を発送しました。順次

届くクーポン券と以下のものを指定の実施機関にお持ちください。※昭和37年4月2日～47年4月1日生まれの男性は電話でお申し込みください。申し込みされた方にはクーポン券を郵送します。問 抗体検査を受ける場合⇒クーポン券、本人確認書類(運転免許証など) / 予防接種を受ける場合⇒クーポン券、本人確認書類(運転免許証など)、抗体検査の結果が分かるもの ※詳しくは区ホームページをご覧ください。申 問 健康サービス係 ☎5661-2473

高次脳機能障害の相談会

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」「感情のコントロールができない」など、日常生活が困難になる障害です。日 6月20日(土)9時30分～11時30分 人 症状が思い当たる方やその家族5人(申込順) 師 堀田富士子(東京都リハビリテーション病院) 場 申 問 電話で受け付け中、地域活動支援センターはるえ野(春江町2-41-8) ☎5664-6070(月)10時45分～19時、(日)10時45分～17時 ◎毎週(日)にグループ訓練を実施しています。

第9回 えどがわ おいしいメニューグランプリ

「お手軽バランスメニュー! 野菜のおかず」をテーマに、ご飯やパンと、魚料理に合う、野菜・イモ・海藻・キノコ・こんにやくを中心としたおかず(副菜)メニューのレシピを募集します。詳しくは区ホームページまたは応募用紙をご覧ください。

募集内容 ①個人部門、②団体部門

※未発表のメニューに限ります。

協 江戸川区食育推進連絡会

申 問 応募用紙(各健康サポートセンターで配布、区ホームページからもダウンロード可)にメニュー写真を添えて、①は9月2日(日)、②は9月27日(金)までに葛西健康サポートセンターへ郵送(必着) 〒134-0083 中葛西3-10-1 葛西健康サポートセンター おいしいメニューグランプリ担当 ☎3688-0154

◎各健康サポートセンターへ持参可。

◎調理審査は行いません。入賞者には後日連絡します。



医学メモ 口腔がんとは?

口の中のことを「口腔」といいます。口腔がんとは、その名の通り「歯以外の口の中にできるがん」のことで、多くは舌、口底(舌の下側)、歯肉(歯ぐき)にできます。そのうち日本人に一番多いのが舌がんで、口腔がんの60～70%を占めます。

時々「口の中にもがんができるの?」と驚く方がいますが、それだけ口腔がんは認知度が低いのが現状です。がん全体からすれば約1～3%と低い数値ですが、毎年約7000人が亡くなっていて、残念ながらその数は年々増えています。

口には食べる、話す、味わうなど、楽しみの根源に関わる、とても大切な働きと構造が集中しています。口腔がんができるとこれらを失い人生の質を大幅に低下させることになりかねません。ですから口腔がんから身を守るためには、まず正しい知識を持つことが肝要です。

口腔がんになりやすい条件としては、喫煙、飲酒、口の中の環境が挙げられます。喫煙は煙に含まれるニコチンやタールなどの毒性だけでなく、熱の影響も大きいとされています。飲酒については、生まれつきアルコールを分解する酵素をどれだけ持っているかが重要です。飲むと顔が赤くなるにもかかわらず、大量に飲酒をする方は危険性が高いといわれています。口の中の環境では、とがった歯、合わない入れ歯・かぶせ物がいつも舌の横や頬の粘膜を傷つけていると危険です。

舌がんの患者さんが来院されるきっかけで最も多いのは、口内炎の訴えです。もし口内炎が2週間以上も治らないとしたらそれは口腔がんかもしれません。また歯肉がんの初期症状には出血や歯のぐらつきなどがありますが、これらは歯周病とそっくりです。他の口腔トラブルと勘違いして見過ごしてしまうことがないように、かかりつけ歯科医を持ち、定期的にお口の環境を整えてもらい、粘膜も診てもらうことが、口腔がんの予防や早期発見にとっても重要です。

江戸川区歯科医師会 (http://www.edo418.jp/)

夜間・休日の在宅療養電話相談

「近くの医療機関が知りたい」、「訪問診療や往診について知りたい」など、自宅での療養に関する電話相談に看護師などが応じます。問 ☎6240-5535(21時～翌

朝6時(日)19時は9時～17時も受け付け)

6月は「東京都HIV検査・相談月間」です

無料・匿名でHIV検査が受けられます(要予約)。問 感染症対策係 ☎5661-2475

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)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)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。

6月2日(日)	内 小	太田医院	松江3-19-17	☎3656-1450
		小岩診療所	北小岩6-8-13	☎3673-2857
		小岩医院	東小岩6-21-5	☎3657-1378
6月9日(日)	内 小	浅岡医院	船堀3-10-7	☎5696-3363
		あおぞら眼科クリニック小岩	南小岩6-25-16	☎3657-6987
		かみむら耳鼻咽喉科	平井6-24-10	☎3612-5002
6月9日(日)	小	なかぞのクリニック	一之江7-49-5	☎5661-9855
		船堀駅前整形外科内科	船堀2-22-14	☎5658-8711
		皆川内科小児科	北小岩2-9-12	☎3671-0030
6月9日(日)	眼	篠崎駅前クリニック	篠崎町2-7-1	☎5666-1331
		たかま眼科クリニック	西葛西6-9-12	☎5675-7165
6月9日(日)	耳	しのぎ耳鼻咽喉科クリニック	篠崎町2-7-1	☎5243-8177

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)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)

6月2日	南小岩8丁目ライト接骨院	南小岩8-17-7	☎5694-0078
	おざわ整骨院	南篠崎町3-5-11	☎3698-7066
6月9日	のん接骨院	新堀1-39-12	☎5664-6265
	西瑞江接骨院	西瑞江4-16-61	☎3651-9301

塩沢江戸川荘

守りたいふるさとの風景。静かな山間に幻想的な光が浮かぶホテル観賞を楽しみませんか。無料送迎バスを運行します。日 6月下旬～7月中旬(雨天中止) 人 27人(先着順) 申 問 塩沢江戸川荘予約センター ☎0120-007-095

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



ラグビー TRY PROJECT

プロの迫力あるプレー、ラグビーの楽しさを体感できる絶好のイベントです。

ジャパンラグビー トップリーグカップ2019 開幕戦 (観覧) フォックスピアーズ VS コカ・コーラレッドスパークス

観戦にあたり区民優待券を当日販売します。

日 6月22日 13時から 場 陸上競技場

人 500人 (先着順) ※11時から販売。

料 1000円 (高校生相当以下無料)

持 区内在住が確認できるもの

◎当日は、ラグビー体験教室 (9時~10時30分)、飲食店ブースの出店などがあります。

問 スポーツ係 ☎5662-1636

春季ラグビーフットボール 7人制大会 (観覧)

日 6月30日 9時30分~17時

場 臨海球技場

問 江戸川区ラグビーフットボール協会 三和 ☎3689-1278=19時~21時

小岩菖蒲園まつり

100種・5万本の花菖蒲をぜひご覧ください。問水とみどりの課 推進係 ☎5662-8393

日 6月1日 土~16日 日

場 小岩菖蒲園 (北小岩4丁目先江戸川河川敷)

※会場にお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

▶京成線「江戸川駅」下車徒歩5分

▶京成タウンバス新小52「江戸川駅通り」下車徒歩10分

▶京成バス小72「一里塚」下車徒歩15分

開催期間中の土日にJR小岩駅から「直通バス」を運行!

経路 小岩駅~小岩警察・区民館~東小岩六~小岩菖蒲園

運賃 現金⇨大人220円 / ICカード⇨大人216円

6月1日 土・2日 日は、足立区しょうぶ沼公園間の無料シャトルバスを運行!

経路 小岩菖蒲園~しょうぶ沼公園 (足立区谷中2-4-1)

◎開催期間中の土日は、模擬店を開催しています。

えどがわエコセンターの催し

ファクシミリ・電子メールで申し込みの場合は、4面記入例参照

①おもちゃの病院

日 6月8日 13時~14時

内 幼児・児童用のおもちゃの修理

※修理できない場合もあります。

人 20人 (先着順) ※1人1点。



②目指そう、家庭の電気代ゼロ!ソーラーパネル講座

日 6月8日 10時30分~12時

人 10人 (申込順)



③お役立ち! 省エネのコツ! 講座

快適な暮らしと省エネを両立するアイデアと、省エネ診断について説明します。

日 6月12日 29日 10時~11時

人 各日20人 (申込順)

師 池田進 (家庭の省エネエキスパート)

④残り布で作る六角ミニバック教室

日 6月14日 15日 10時から・13時から

人 3歳以上の方各回15人 (申込順)

※小学生以下は保護者同伴。 ¥200円

⑤ハーブガーデン・ラベンダー収穫祭

日 6月15日 10時~14時 (小雨実施)

内 ハーブクラフトのミニ講座

人 30人 (先着順) ¥200円 (材料費)

師 黒澤真紀子

持 マイカップ、持ち帰り用の袋



⑥荒川中土手でザリガニ釣りとお自然遊び

日 6月16日 10時~14時30分 (小雨実施)

人 小学生以上の方30人 (申込順) ¥100円

持 昼食、飲み物、豚汁の具、虫かご ほか

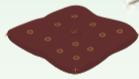


⑦座布団作り講習会

日 6月17日 13時30分~16時

人 20歳以上の方15人 (抽選)

料 ¥500円 (材料費) 持 針、糸、糸切りバサミ



⑧発泡スチロール箱を使った生ごみ堆肥づくり講習会

日 6月25日 14時~16時 人 20人 (申込順)

料 ¥300円 (材料費) 持 マイバッグ



⑨粋な布ぞり作り講習会

日 6月26日 13時~16時30分

人 15人 (抽選) ¥1000円 (材料費)

持 はさみ、30cm定規、小さい座布団



【場】①~④⑧タワーホール船堀3階えどがわエコセンター多目的ルーム/⑤都立篠崎公園17号地(篠崎町8-15)/⑥荒川中土手五色池(JR総武線鉄橋下流)/⑦タワーホール船堀4階和室1/⑨タワーホール船堀3階産業振興センター

【申】①⑤直接会場へ/②③④⑥⑧6月3日 10時から電話またはファクシミリ/⑦6月11日 10時までにハガキで郵送(必着)または電話、ファクシミリ/⑨6月15日 12時までに往復ハガキで郵送(必着)、〒134-0091 船堀4-1-1 タワーホール船堀3階 えどがわエコセンター ☎5659-1651・☎5659-1677

【問】①~⑤えどがわエコセンター/⑥中土手に自然を戻す市民の会 ☎3655-1387/⑦わたっ子の会 ☎3681-2905/⑧生ごみ堆肥実践クラブ ☎3675-9176/⑨江戸ものづくりサロン ☎3655-1387

いいむらじゅきやさん

1998年1月7日生まれ。日本大学スポーツ科学部4年。JOC強化指定選手。現在、日大ボクシング部主将として関東大学ボクシングリーグ戦、全日本大学ボクシング王座決定戦の連覇を目指す。2018年国体フライ級2位。全日本ランキングはフライ級5位。憧れは井上尚弥選手。163cm、52kg。右ファイター。



すばしっこさと接近戦のしつこさが持ち味

「カッコよかった。絶対ボクシングをやるって決めました」

当時小学5年生だった少年は今、名門日大ボクシング部で主将を務める。

さまざまなおスポーツをやったもののどれも長続きしなかったという小学生時代の飯村さんだが、決意したその日以来「ボクシングをやりたい」と毎日、両親にせがみ、ついに両親を根負けさせた。学校が終わると友達とも遊ばず、地元のボクシングジム「スマイルボックス」(伊藤洋幸会長)へ。練習に熱中し「とにかく楽しくて、やればやるほどボクシングが好きになりました」。

強さだけでなく、人間としての成長も考えるようになった。学校の勉強は嫌いだと言った飯村さんだが、今は対戦相手の研究や練習メニューの組み立てなど「毎日勉強で面白い」と意識も大きく変わった。今年度は主将として部員50人をまとめ、まずは5月に開幕した関東大学ボクシングリーグ戦6連覇に向け奮闘中だ。

「大好きなボクシングだけでなく、会長、周りの人に感謝したい」

今後は東京2020大会出場が大きな目標。「プロになり世界チャンピオンに」の夢は、小5のあの日から変わっていない。

輝石 kiseki

小学5年で揺さぶられた魂

きつかけはあの試合

拳を交え、闘志を激突させる男たちの姿が少年の運命を変えた。2007年10月11日。テレビに映し出されていたのは内藤大助VS亀田大毅のWBC世界フライ級タイトルマッチ。

「カッコよかった。絶対ボクシングをやるって決めました」

当時小学5年生だった少年は今、名門日大ボクシング部で主将を務める。

さまざまなおスポーツをやったもののどれも長続きしなかったという小学生時代の飯村さんだが、決意したその日以来「ボクシングをやりたい」と毎日、両親にせがみ、ついに両親を根負けさせた。学校が終わると友達とも遊ばず、地元のボクシングジム「スマイルボックス」(伊藤洋幸会長)へ。練習に熱中し「とにかく楽しくて、やればやるほどボクシングが好きになりました」。

強さだけでなく、人間としての成長も考えるようになった。学校の勉強は嫌いだと言った飯村さんだが、今は対戦相手の研究や練習メニューの組み立てなど「毎日勉強で面白い」と意識も大きく変わった。今年度は主将として部員50人をまとめ、まずは5月に開幕した関東大学ボクシングリーグ戦6連覇に向け奮闘中だ。

「大好きなボクシングだけでなく、会長、周りの人に感謝したい」

今後は東京2020大会出場が大きな目標。「プロになり世界チャンピオンに」の夢は、小5のあの日から変わっていない。

飯村 樹輝弥さん (篠崎町出身)

ボクシング

拳に込めた夢を追う

世界チャンプを目指す有望ファイター

50人をまとめる主将に就任

人間としても成長目指す

勝機を逃さず対戦相手を追い詰める!

スポーツの世界で夢に向かって挑戦する えどがわ原石