

広報

えどがわ

E D O G A W A

2023年

8/15号

no.2034

特集

子育て

するなら

江戸川区

《2ページへ

撮影協力：はやしともき 林知希さん、二之江さくら公園で



柔軟な保育制度

既存の保育制度に加え、子育て世帯のニーズに合わせた事業や、環境づくりを行います。

- おむつサブスクリプション
保育園に定額制のサービスを導入します。希望者はおむつの持ち込みが不要になり、登園準備の負担が軽減されます。
- ◎保育園での休日保育・未就学児の定期預かりの実施



妊婦全数面接事業 (びよママ相談)

妊娠中の出産・子育てなどに関するさまざまな不安や悩みを軽減し、安心して出産を迎えていただくため、各健康サポートセンターで保健師などの専門職員が妊婦の方全員に面談を行っています。



特集

子育て

するなら

江戸川区

将来、子どもを育てたいと考えている方や、今現在子育てをしている方へ。江戸川区は切れ目ない支援で、希望する方々へさまざまなサポートを行っています。それぞれのライフステージに合わせた区独自の施策から一部をご紹介します。

※各事業について詳しくは区HPで随時更新される最新情報をご確認ください。

※特集掲載の計画中の事業は江戸川区議会定例会での審議・議決を経て実施します。



乳幼児期の支援 (0歳～)

妊娠
出産

妊娠・出産を望む方へ

出会いを求める方へ

10代から未来を考える

0歳児への支援

経済的支援や定期的な見守りを行うなど、子育て家庭に寄り添った支援を行います。

- 月1万3000円(乳児養育手当)の支給
- ◎見守り訪問事業(おむつ定期便)

育児支援

乳幼児期の子育てに活用できる支援があります。

- 家事育児支援が14時間まで無料(0歳児)
- ベビーシッターの利用料の補助
16時間まで無料・144時間まで補助



▲家事育児支援事業



▲ベビーシッターの利用促進

産後ケアの 充実

区内在住の方は宿泊・通所・訪問型の3種類の産後ケアを利用できます。区の委託施設での休養から自宅での育児相談まで、出産された方と赤ちゃんの心身の健康維持を助産師がサポートします。



出会いの場 の創出

出会いや結婚を考える方々へさまざまな事業を予定しています。

- イベントを通じた出会いの場づくり
- ◎マッチングアプリの利用支援



プレコンセプション ケア

早い段階から自らの生活や健康と向き合い、豊かな人生を送るためにどんな方にも必要なケアです。

区では講演会や健康相談などを通して、選択肢の多い将来づくりに向けた支援を行います。

- 講演会などを通じた知識の普及
- ◎スマホアプリを活用した思春期・青年期への支援
- ◎医師への健康相談
- ◎妊娠可能性検査費用の助成 ほか

給食費の無償化

「食」の観点から子育て世帯の負担を軽減します。

- 認可保育施設・幼稚園・保育ママ
すでに無償で給食を提供している認可保育施設に加え、区立幼稚園と保育ママでも同様の制度を開始します。
- 区立小・中学校
現在、保護者が負担している給食費を2学期から無償化します。



乳児期

幼児期

就学期

18歳までの医療費の無償化



保護者の所得にかかわらず、18歳（高校3年生相当）以下のお子さんの保険診療費を全額助成します。入院中の食事代の自己負担分も助成の対象です。



乳児期

幼児期

就学期

小児がん患者の アピアランス ケア

がんの治療に伴って変化した外見をカバーするための補整具（ウィッグなど）を購入・レンタルする費用を助成し、自分らしい社会生活を支援します。



第2子以降の 保育料無償化

日常的に保育が必要な家庭の負担軽減のため、認可保育施設・認証保育所や保育ママ（0歳児）を利用して第2子（0～2歳児）以降の保育料を無償化します。



病児・病後児保育の 無償化

生後6カ月～小学3年生のお子さんは、区内の指定施設での病児保育を無償で利用できます。



就学期の支援 （6歳～）

入園
入学

乳幼児期の支援 （0歳～）

ご協力
ください

未来を担う子どものための 区民基礎調査

ライフステージに合わせた切れ目ない支援を進めていくため、幅広い世代に対して少子化への意識や子育て施策に関するアンケートを行う予定です。



すくすくスクールの拡充

小学校の放課後や学校休業日に、学校施設を利用して活動ができる場「すくすくスクール」を行っています。今年度から学校長期休業日の活動時間拡大・昼の配食サービス利用の開始（学童クラブ登録）など、より子どもと家庭に寄り添った支援に取り組んでいます。

放課後補習教室 の全校実施

子どもの学力向上や主体的に学ぶ力をつけるため、区立小・中学校の放課後の時間に民間の講師による補習教室を行っています。4年度からは全校で実施しています。

私立幼稚園 保護者負担額 の補助拡大

入園に関わる費用や保育料・給食費の保護者負担額の補助をさらに増額し、各家庭の負担を軽減します。



10月から
20%お得に!

「プレミアム付デジタル商品券 (えどPay)」を
新規発行します



☎えどPay事務局 ☎050-3310-7301 = 9時~17時 (日曜を除く)

江戸川区商店街連合会が10月から開催する「商品券まつり」では、紙商品券に加え、新たに「プレミアム付デジタル商品券 (えどPay)」を発行します。発行を記念してデジタル商品券はプレミアム率20%で販売します。申し込み方法など詳しくは専用HPをご覧ください。

【申込期間】 8月21日(日)10時~9月6日(日)17時

【対象】 区内在住・在勤・在学の16歳以上の方

※10月1日時点の年齢です。

※応募多数の場合は抽選となります。

【販売価格】 1セット5000円

※1セット当たり6000円分のデジタル商品券として使用可。

※1人10セットまで。

【使用期間】 10月1日(日)~12月31日(日)

【申し込み方法】 「App Store」または「Google playストア」から、スマートフォンに専用アプリ「えどPay」をダウンロードして申し込み



▲専用HP



▲アプリ操作方法



▲商売繁盛エドレンジャー



購入申込開始!

えどPay

江戸川区プレミアム付デジタル商品券

10月から

粗大ごみ処理手数料が
変わります

☎清掃課庶務係 ☎03-5662-4387

10月1日(日)受け付け分から、粗大ごみ処理手数料が下記のとおり変わります。

主な粗大ごみの例	現行		変更後	
	収集料金	持込料金	収集料金	持込料金
布団、いす (ソファー以外)、掃除機、衣装箱など	400円	無料	400円	無料
自転車 (電動アシスト車除く)、ゲーミングチェア、ソファー (1人用) など	800円	400円	900円	400円
シングルベッド (マットレスを除く)、学習机など	1200円	800円	1300円	900円
ダブルベッド (マットレスを除く)、ソファー (2人用以上) など	2000円	1200円	2300円	1300円
両袖机など	2800円	2000円	3200円	2300円

※有料粗大ごみ処理券「A券」(200円)、「B券」(300円)に変更はありません。

【粗大ごみの受け付け】 粗大ごみ受付センターへ電話 (☎03-6744-5700 = 回を除く 8時~19時) またはHPで



▲粗大ごみ受け付け

9月から

帯状疱疹ワクチン任意接種
の一部助成を開始します

☎健康サービス係 ☎03-5661-2473

全額自己負担となっている帯状疱疹ワクチン任意接種について、9月から接種費用の一部を助成します。

【対象】 接種日時点で本区に住居登録がある満50歳以上の方

【助成金額】 生ワクチン 5000円 / 1回まで

不活化ワクチン 10000円 / 2回まで

※助成を受けられるのは、生涯で1度のみです。

※生ワクチンと不活化ワクチン両方の助成を受けることはできません。

※会計時に予防接種費用から助成金額を差し引いた金額をお支払いください。

【接種方法】 運転免許証、マイナンバーカードなどをお持ちの上、区内の指定医療機関で

●償還払い

【対象】 5年4月1日~8月31日に自費で接種を受けた方

※申請方法など詳しくは区HPで

ご覧ください。



👤今が苦しいあなたへ そのつらい気持ちを聞かせてください

☎いのちの支援係 ☎03-5661-2478

児童・生徒の皆さんへ

新学期が近づいてきましたね。最近「眠れない」「やる気が出ない」「イライラする」といったことはありませんか。そのような状態が長く続くときは、心がSOSを出しているのかもしれません。一人で悩まず、信頼できる大人に相談してください。

保護者の皆さんへ

お子さんの様子に「いつもと違う」と感じることはありませんか? 悩みを抱えているサインかもしれません。気になることがあったら「どうしたの?」と声をかけてあげてください。心配な事があれば、ご相談ください。

「助けて」を相談できる場所がたくさんあります

●24時間子供SOSダイヤル (国)

☎0120-0-78310 = 24時間 (無休)

※原則、都の教育委員会の相談機関につながります。

●LINE相談「相談ほっとLINE@東京」

毎日15時から23時まで

(受け付けは22時30分まで)



●江戸川区児童相談所「はあとポート」

8時30分~17時 (日曜を除く) ⇒ ☎03-5678-1810

上記以外 ⇒ ☎0120-189-783



●えどがわ子どもの権利ほっとライン

☎0120-301-123 = 日曜13時~18時、日10時~15時

(日を除く)

●こどもの人権110番・LINEじんけん相談 (国)

☎0120-007-110

※いずれも8時30分~17時15分 (日曜日を除く)。

※8月23日(日)~29日(日)の期間は相談時間を19時まで延長し、日曜日も開設します

(日曜日は10時~17時)。



▲LINEじんけん相談



新型コロナウイルス感染症

新型コロナワクチン「秋開始接種」が始まります

下記の方を対象とした「秋開始接種」が9月から始まります。接種を希望される方は区内指定医療機関にご連絡ください。また、初回接種 (1・2回目接種) も引き続き受けられます。

【秋開始接種】対象者

初回接種を終えた5歳以上の全ての方

(5月8日~8月末に「春開始接種」を受けた方も接種可)



接種券

8月下旬から順次発送予定です。未使用の接種券をお持ちの場合はその接種券で接種が受けられます。

使用ワクチン

現在の流行主流株であるオミクロン株XBB.1系統の成分を含有する1価ワクチンの使用を基本とします。

接種会場

区指定医療機関 (約250カ所) など (詳しくは各医療機関にお問い合わせください)



◀医療機関一覧



◀区HP

問い合わせ

江戸川区新型コロナウイルス ワクチン接種コールセンター = 9時~18時 (無休)

☎050-8881-8187

☎050-8881-8190

☎03-6633-3380

※8月2日時点の情報です。最新の情報は区HPをご確認ください。

お知らせ

江戸川599
あ **20-46**

江戸川ナンバーデザインの応募ありがとうございました！

企画係
☎03-5662-6045

幅広い世代の方々から、6149件もの力作をお寄せいただきました。この中から5作品程度の候補を選定し、10月中旬ごろに区民投票を行う予定です。

江戸川総合人生大学の新生募集期間を延長します

☎03-3676-9075

【授業料】年間3万円
 【申し込み】8月31日困までに入学案内（区施設で配布）に添付されている入学願書を郵送（消印有効・〒133-00061 篠崎町7-20-19 篠崎文化プラザ3階 江戸川総合人生大学）・持参またはHPで
 ※募集延長対象の学科は、HPをご覧ください
 Pをご覧ください
 【お問い合わせ】各学科の定員に達し次第締め切ります。

令和6年度 木全・手嶋育英資金奨学生募集

教育推進課係
☎03-5662-1621

経済的理由により大学進学（修業年限4年以上）が困難な成績優秀者を対象に、返還不要の奨学金を給付します。

【募集人数】3人程度
 【給付額】入学金20万円、修学金10万円、毎年35万円
 【給付期間】正規の修業年限
 【申し込み】9月1日（金）30日
 困に必要書類を郵送（消印有効・〒133-2185001（住所不要）教育推進課係

弁護士による、高齢者・障害者のための無料法律相談

☎03-5662-7696

東京の三弁護士会が派遣する高齢者・障害のある方の問題に精通した弁護士が、無料で法律相談に応じます。

【日時】9月16日（土）13時30分～17時（1人当たり30分）
 【場所】東部フレンドホール
 【対象】概ね65歳以上の方、障害のある方とその家族、支援者
 【定員】20人（申込順）
 【申し込み】8月16日（困）9時～9月14日（困）に電話（右記）で

住宅・土地統計調査にご協力

☎03-5662-6169

住宅などの実態を調査する「住宅・土地統計調査」が実施されます。8月下旬から、調査員が調査地域にお住まいの方に調査内容を紹介するリーフレットを配布します。9月中旬からは、無作為に選ばれた世帯へ調査のお願いに伺います。詳しくは区HPをご覧ください。

なお、調査員は必ず調査員証を携帯しています。調査をかたる詐欺にご注意ください。

資源循環推進係

☎03-5662-1689

資源持ち去り対策として、家庭から出るアルミ缶を区内の小松川信用金庫で回収しています。

【時間】店舗の窓口営業時間内
 ※缶の中を水ですすいでからお持ちください。

お知らせ

Jアラート国民保護情報の試験放送を実施します

☎03-5662-2037

Jアラートを利用した全国一斉訓練として、防災行政無線を使用し、区内全域に放送します。併せて区HP、えどがわメールニュース、各SNS、FMえどがわ割り込み放送

申し込み記入例
（ハガキ・FAX・電子メール）

①催し名・コース（希望日・時間）
 ②郵便番号・住所
 ③氏名（フリガナ）
 ④年齢（学年）
 ⑤連絡先（電話・FAX番号など）
 ※往復ハガキの場合は、返信用の宛先にも②③を記入。

原則①～⑤を全て記入
 区内在勤・在学の場合は⑥勤務先・学校名を記入
 記事内に指定事項がある場合は一緒に記入
 原則1人1枚
 （重複申し込みは不可）

魔法の文学館（角野栄子児童文学館）の開館日が決まりました

☎03-5662-9017

南葛西のなぎさ公園に新しくオープンする魔法の文学館の開館日が11月3日（困）に決まりました。詳しい内容は今後

令和5年度 江戸川区職員募集（技能VI（作業Ⅲ））

☎03-5662-1003

【主な受験資格】平成元年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方
 【採用人数】4人
 【採用時期】6年4月1日以降
 【職務内容】ごみ収集作業（ほか）
 【勤務場所】各清掃事務所
 【第一次選考日】10月1日（困）
 【申し込み期限】電子申請より9月1日（金）17時まで、郵送より9月1日（金）消印有効
 ※詳しい申込方法は、区HPまたは区役所、各事務所・図書館などで配布する募集案内をご覧ください。

アルミ缶の回収ボックスを小松川信用金庫に設置しています

☎03-5662-1689

資源持ち去り対策として、家庭から出るアルミ缶を区内の小松川信用金庫で回収しています。

【時間】店舗の窓口営業時間内
 ※缶の中を水ですすいでからお持ちください。

メトロセブン促進協議会総会を開催しました

☎03-5662-1103

江戸川区と足立区、葛飾区で構成する環七高速鉄道（メトロセブン）促進協議会（会長・斉藤猛江戸川区長）の5年度総会が8月2日にタワーホール船堀で行われました。今後も関係機関と連携し、メトロセブンの実現に取り組みていきます。

第7回 南小岩まつり

☎03-3657-7836

【日時】9月3日（困）10時～14時
 ※荒天中止。
 【場所】南小岩二丁目公園
 【内容】式典（10時30分）、吹奏楽、ダンス、南中ソーラン、空手、抽選会、模擬店 ほか
 ※詳しいプログラムは区HPをご覧ください。

第43回 青年カーニバル

☎03-3683-5183

【日時】8月27日（困）11時～18時
 ※荒天中止。
 【場所】小松川小学校 ほか
 【内容】式典（11時）、万灯みこしパレード（14時、平井駅北口～小松川小学校）、ステージ発表、模擬店 ほか
 ※詳しいプログラムは区HPをご覧ください。

歩きタバコ、ポイ捨てはやめましょう！

☎03-5662-1996

タバコの煙で困っている方がいます。区ではこのたび、受動喫煙防止啓発チラシを作成しました。区HPから誰でもダウンロードして利用できます。タバコを持つ手はちょうど子どもの目線の高さで大変危険です。タバコを吸う人と吸わない人が共存できる社会をみんなで作りましょう。

喫煙者の方へ
 喫煙可能なカフェや居酒屋など、近くの喫煙所がどこにあるか分かるマップを利用し、受動喫煙を防止しましょう。

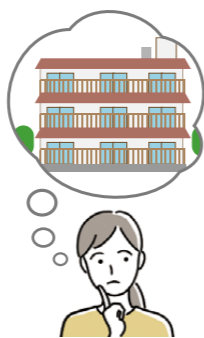
凡例 ☒…電子メール/🏠…ホームページ/👤…主に子ども・親子が対象、または内容が子育てに関するもの/📄…同記事内の共通事項
 🗺️…問い合わせ/📍…原則、区内在住・在勤・在学の方が対象、小学生以下は保護者同伴/費用の記載がないものは無料/講師・出演は敬称略

お知らせ

催しもの

※相談は1人30分程度。
【場所】グリーンパレス3階集会所305
【対象】区内の民間賃貸住宅への住み替えを検討している方
 ※都営住宅など公的住宅の紹介はありません。
【定員】5人(申込順)
【申し込み】電話(右記☎)または窓口で受け付け中

介護の担い手研修
【調整係】
 ☎03-56662-0032
 介護の基本や心得について学びます。
【日時】9月7日(金)9時30分～14時35分・8日(土)9時30分～15時40分(全2回)
【場所】グリーンパレス2階高砂・羽衣
【対象】介護事業所などで従事またはボランティアを希望する方、介護の職場に興味のある方など
【定員】35人(申込順)
【申し込み】8月16日(金)～9月6日(金)に電話(右記☎)で修了した方に修了証を交付します。



シニア世代の「安全で快適な暮らし」セミナー
【調整係】
 ☎03-56662-7635
 シニア世代の日常生活の中で起こりやすい事故を未然に防ぎ、安全で快適に暮らす工夫を学びます。
【日時】9月4日(月)・20日(金)13時30分～15時
【場所】グリーンパレス2階高砂・羽衣
【定員】50人(申込順)
【講師】鈴木春代(東京都消費者啓発員)
【申し込み】8月16日(金)9時から電話(右記☎)で

ファミリーサポート会 員を募集します
【調整係】
 ☎03-56662-0364
 お子さんの預かりや送迎を行うボランティアを募集します。次の日程で説明会・研修会を行います。
【日程・場所】①9月8日(金)区児童相談所・②27日(金)～30日(日)コミュニティプラザ一之江
【時間】10時～16時(昼休憩あり)
【定員】各20人(申込順)
【申し込み】①9月7日(金)②9月14日(金)15時30分～17時(月を除く)

働きながら年金受給セミナー
【調整係】
 ☎03-56662-8609
 高齢者の再就職支援や年金を受け取る時の注意点を学びます。
【日時】9月13日(金)10時30分～12時
【場所】船堀コミュニティ会館
【対象】65歳以上の方
【定員】20人(申込順)
【申し込み】8月16日(金)9時から電話(右記☎)で

ひらいた園蔵亭の催し
【調整係】
 ☎03-56662-3242
【日時】9月1日・15日・29日の14時～15時30分

②講座 江戸東京を歩く 神田川編 ～神田川に残る江戸の名残を楽しもう～
【調整係】
 ☎03-56662-7690
【日時】9月3日(日)14時～15時
【講師】松原良
③五代目円楽一門会若手落語会
【調整係】
 ☎03-56662-7214
【日時】9月6日・13日・20日の14時～15時30分・22日(金)19時～20時30分
④立川志らびー独演会 「ひらいた・デ・ラ・ビ」
【調整係】
 ☎03-56662-7689
【日時】9月8日(金)19時～20時30分
⑤三遊亭遊かり ひとり会
【調整係】
 ☎03-56662-7689
【日時】9月9日(土)14時～15時30分
⑥落語の世界へようこそ
【調整係】
 ☎03-56662-7689
【日時】9月10日(日)14時～15時
【講師】橘家富蔵
⑦ひらいた園蔵亭落語教室
 大人向けの初級落語教室です。落語を通して日常やビジネスシーンでも役立つ会話スキルを身に付けましょう。
【内容・日時】練習会⇨9月16日・10月21日・11月25日、12月16日・1月20日の19時～20時30分(全5回) / 成果発表会⇨2月23日(日)14時から

葛西浜公園 西なぎさビーチフリン
【調整係】
 ☎03-3869-1992
 9時～18時(土曜を除く)子どもたちがはだいで遊べる浜を目指してみんなでゴミを拾いましょう。
【日時】8月27日(日)10時～12時
 ※雨天中止。
【場所】葛西浜公園西なぎさ
【対象】小学生以上の方
【申し込み】8月16日(金)10時から電話(右記☎)または電子メール(P8記入例参照・info@furusato-tokyo.org)で

イベントカレンダー

区内のイベント情報・サークル活動などを区HPでお知らせしています



資源循環推進係
 ☎03-56662-1689
 資源回収日にペットボトルを出すときは、キャップとラベルを外し、中を水で軽くすすいでください。外したキャップとラベルは容器包装プラスチックとして出してください。

休館のお知らせ
江戸川コミュニティ会館
 ☎03-56664-1621
 ⇨8月18日(金)
小松川区民館
 ☎03-3683-5249
 ⇨8月18日(金)17時～21時30分
東部区民館
 ☎03-3679-1926
 ⇨8月19日(土)
タワーホール船堀
 ☎03-5676-2211
総合文化センター
 ☎03-3652-1111
 ⇨8月21日(月)～23日(水)
清新町コミュニティ会館
 ☎03-3878-1981
 ⇨8月28日(日)



ひきこもりに悩む家族の会「エバーグリーン」
【調整係】
 ☎03-56662-0363
 日常生活支援第一課ひきこもり相談窓口
 同じ悩みを抱える家族同士で話ませんか。区のひきこもり相談支援員も参加します。
【日時】9月2日(土)14時～16時
【場所】東部区民館
【対象】ひきこもりに悩む家族の方
【定員】35人(申込順)
【申し込み】9月1日(金)までに電話(右記☎)・窓口(区役所分庁舎)または電子メール(P8記入例参照・info@edogawa_family_kizukor.jp)で
 ※詳しくは区HPをご覧ください。
住まいをお探しの方へ「住み替え相談会」
【調整係】
 ☎03-56662-0517
 宅地建物取引士による相談会を開催します。今年度から住宅系の専門職員が契約の立ち合いなどをサポートします。
【日時】9月25日(日)10時～13時

えどがわエコセンターの催し
 ☎03-5659-1651・☎03-5659-1677

①エコ料理教室 ～食材を使い切りましょう～
 身近な食材を使い切り、おいしい料理を作ります。
【日程・場所】8月18日(金)⇨清新町コミュニティ会館・23日(金)⇨東部フレンドホール
【時間】10時30分～13時30分
【対象】小学生以上の方
 ※小学生は保護者の参加が必須。
【定員】各15人(申込順)
【費用】各800円(1人当たり)
【持ち物】エプロン、バンダナ
【申し込み】清新町コミュニティ会館会場⇨8月17日(木)までに・東部フレンドホール会場⇨8月19日(土)までに電話(上記☎)で

②ナイトウォッチング 夏の生き物観察会
 夕方から夜にかけて葛西臨海公園鳥類園周辺を巡り、生き物を観察します。
【日時】8月26日(日)17時45分～19時45分
 ※荒天中止。
【場所】葛西臨海公園鳥類園
【対象】小学生と保護者の方
【定員】20人(申込順)
【講師】吉田祐一(特非)生態教育センター
【持ち物】懐中電灯 ほか
【申し込み】8月16日(金)10時から電話(上記☎)で

③親子で作る布ぞうり教室
【日時】8月29日(日)13時～16時
【場所】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
【対象】小学3～6年生と保護者の方(2人1組)
【定員】6組(抽選)
【費用】1組1500円
【申し込み】8月22日(日)17時までに往復はがき(P8記入例参照)を郵送(必着・〒134-0091 江戸川区船堀4-1-1 タワーホール船堀3階 えどがわエコセンター)

④エコアクション講座 ～異常気象と防災～
 近年の異常気象の特徴と区の取り組みをお話しします。
【日時】9月16日(日)14時～15時
【場所】タワーホール船堀4階401会議室
【定員】30人(申込順)
【講師】藤井聡(気象防災アドバイザー) ほか
【申し込み】8月16日(金)10時から電話またはFAX(P8記入例参照・上記☎)で



イベントカレンダー

区内のイベント情報・サークル活動などを区HPでお知らせしています



健康サポートセンター							会場
なごさ	小松川	鹿骨	葛西	清新町	東部	小岩	中央
11日(月)	7日(木)	12日(火)	13日(水)	5日(火)	6日(水)	4日(月)	2日(日)
16日(日)	5日(木)	10日(火)	11日(水)	3日(火)	4日(水)	4日(月)	2日(日)

【時間】9時～12時
 【定員】各3人程度(申込順)
 【申し込み】当日までに各会場へ電話で

健康サポートセンター
 毎月、栄養相談日を設け、管理栄養士が食事のアドバイスをしています。

9月は食生活改善普及運動月間「栄養相談を行っています」
 最寄りの健康サポートセンター健康サポートセンターでは毎月、栄養相談日を設け、管理栄養士が食事のアドバイスをしています。

健康サポートセンター一覧
 中央 03-5661-2467
 小岩 03-3658-3177
 東部 03-3678-6441
 清新町 03-3878-1221
 鹿骨 03-3678-0154
 葛西 03-3678-8711
 小松川 03-3683-5531
 なごさ 03-5675-2515



健康・福祉

親子一日飼育体験教室
 自然動物園
 【日時】9月23日(木)・24日(金)・30日(木)、10月1日(日)8時45分～15時
 【場所】自然動物園
 【内容】簡単な飼育作業、動物の健康診断 ほか
 【対象】小学1・2年生と保護者の方
 【定員】各5組10人(抽選)
 【費用】1組300円(保険代含む)
 【申し込み】8月28日(木)までに自然動物園へ往復ハガキ(P8記入例参照、希望する1日・学校名・保護者名も記入)

スポーツランドでフードドライブを実施します
 資源循環推進係
 ☎03-5662-1689
 【日時】8月23日(木)10時～15時
 【場所】スポーツランド
 【受け付ける食品】缶詰、インスタント・レトルト食品(冷凍・冷蔵品は除く)、乾物(パスタなど) ほか
 ※賞味期限まで1カ月以上あり、未開封で外包装が破損していないもの。瓶詰でないもの。
 ※詳しくは区HP
 をご覧ください。



入)を郵送(必着・〒134-0081 北葛西3-1-1 江戸川区自然動物園)
 ※過去に参加した方は申し込み不可。

神経難病検診
 江戸川区医師会
 ☎03-3652-3166
 9時～17時(土曜祝を除く)
 【日時】10月1日(日)9時から
 【場所】江戸川区医師会館(中央4-24-14)
 【内容】専門医による診察・療養相談 ほか
 【対象】パーキンソン病・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18歳以上の方
 【定員】40人(申込順)
 【申し込み】8月16日(木)～29日(火)に電話(右記)で

地域保健課調整係
 ☎03-5661-1139
 フレイル予防のために、椅子やけん玉を使った簡単な運動、食事や口腔ケアのポイントなどを学ぶ全6回のプログラムです。
 【日程】①9月6日・20日、10月4日・18日、11月1日・15日
 ②9月19日、10月3日・17日・31日、11月14日・28日(日)
 【時間】10時～11時15分
 【場所】①松江市民プラザ、②鹿骨区民館
 【対象】65歳以上の方

水泳教室(初級～中級程度)
 小岩アーバンプラザ
 ☎03-5694-8151
 泳力を確認後、班ごとに分

講師女性の健康と自己決定権
 選択の自由がある社会の実現へ(ライブ配信も実施)
 株式会社
 ☎070-8702-2798
 19時～17時(土曜祝を除く)
 女性自身が自身の身体や将来について選択できる社会を目指す方法を考えていきましょう。
 【日時】9月20日(木)18時30分～20時
 【場所】タワーホール船堀4階401会議室
 【定員】会場↓30人、オンライン(Zoomを使用)↓20人
 ※いずれも申し込み順。
 【講師】山本和奈(せゝVoice UP Japan代表理事)

旧中川カヌーリング
 施設運営係
 ☎03-5662-0664
 大島小松川公園から福神橋までを往復するカヌーリングです。パドル練習などの基本からスタートします。
 【日時】9月3日(日)13時15分～16時
 ※雨天中止。
 【場所】大島小松川公園さくら大橋東側付近集合
 【対象】中学生以上の方
 【定員】15人(抽選)
 【費用】千円(保険代含む)
 【講師】江戸川区カヌー協会
 【持ち物】運動着・靴・帽子(水にぬれてもいいもの)、タオル

生活習慣病予防のための運動相談(個別・予約制)
 運動相談(個別・予約制)
 各会場へ
 「体重が増えた」「生活習慣病が気になる」などのお悩みを解決するためのトレーニング方法を理学療法士・作業療法士がアドバイスします。

水泳教室(初級～中級程度)
 小岩アーバンプラザ
 ☎03-5694-8151
 泳力を確認後、班ごとに分

生活習慣病予防のための運動相談(個別・予約制)
 運動相談(個別・予約制)
 各会場へ
 「体重が増えた」「生活習慣病が気になる」などのお悩みを解決するためのトレーニング方法を理学療法士・作業療法士がアドバイスします。

旧中川カヌーリング
 施設運営係
 ☎03-5662-0664
 大島小松川公園から福神橋までを往復するカヌーリングです。パドル練習などの基本からスタートします。
 【日時】9月3日(日)13時15分～16時
 ※雨天中止。
 【場所】大島小松川公園さくら大橋東側付近集合
 【対象】中学生以上の方
 【定員】15人(抽選)
 【費用】千円(保険代含む)
 【講師】江戸川区カヌー協会
 【持ち物】運動着・靴・帽子(水にぬれてもいいもの)、タオル

川を歩こう！旧中川コース
 東京都建設局河川部計画課環境計画担当
 ☎03-5320-5425
 【日時】10月14日(日)9時30分～12時30分
 ※雨天中止。
 【集合場所】東大島駅前
 【定員】50人(抽選)
 【申し込み】9月8日(金)までに往復ハガキ(希望コース名、最大5人分までの全員の氏名(フリガナ)と年齢、代表者の住所・電話番号・メールアドレス(お持ちの方を記入)を郵送(消印有効)〒163-8001(住所不要)東京都建設局河川部計画課環境計画担当)または都HPで
 ※抽選結果は9月15日(金)ころにお送りする予定です。

障 受給者証が9月1日から新しくなります

☎身体障害者手帳・愛の手帳をお持ちの方⇒障害者福祉課自立援助係☎03-5662-0062・☎03-3656-5874
 ☎精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方⇒精神保健係☎03-5661-2465

☎心身障害者医療費助成制度は、障害のある方が保険診療を受ける際の自己負担金の一部を助成する制度です。現在、☎受給者証をお持ちの方には、8月下旬に新しい受給者証をお送りします。所得制限などにより対象外となる方には、その旨を通知します。

なお、新たに対象となる方は申請が必要です。申請される方は事前にお問い合わせください。

【対象】 次の全てに該当する方

- 身体障害者手帳1・2級(内部障害は3級まで)、愛の手帳1・2度および精神障害者保健福祉手帳1級の方
- 健康保険に加入している方
- 所得制限基準額以下の方

※65歳以上で新たに助成対象となった方、生活保護を受けている方は対象になりません。

かれてレッスンをを行います。
 【日時】10月16日～12月18日の
 14時30分～16時・19時～
 20時30分(各回全10回)
 【場所】小岩アーバンプラザ
 【対象】18歳以上の方
 ※妊娠中・心肺機能に障害のある方は申し込み不可。
 【定員】各30人(抽選)
 【費用】各4200円(受講料)
 【申し込み】8月22日(火)までに小岩アーバンプラザへ往復ハガキ(P8記入例参照)を郵送(必着・〒133-0051 北小岩1-17-1 小岩アーバンプラザ)または通常ハガキを持参

川を歩こう！旧中川コース
 東京都建設局河川部計画課環境計画担当
 ☎03-5320-5425
 【日時】10月14日(日)9時30分～12時30分
 ※雨天中止。
 【集合場所】東大島駅前
 【定員】50人(抽選)
 【申し込み】9月8日(金)までに往復ハガキ(希望コース名、最大5人分までの全員の氏名(フリガナ)と年齢、代表者の住所・電話番号・メールアドレス(お持ちの方を記入)を郵送(消印有効)〒163-8001(住所不要)東京都建設局河川部計画課環境計画担当)または都HPで
 ※抽選結果は9月15日(金)ころにお送りする予定です。

広報えどがわに広告を掲載しませんか 編集係☎03-5662-0403
 ●毎号約20万部発行 ●掲載料は1枠2万5000円 ※詳しくは区HP(二次元コード)をご覧ください。

区HPで広報えどがわのアンケートを実施しています。皆さまの率直なご意見をお聞かせください。

8月16日～9月1日の 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・日祝9時～17時 ☎03-5667-7775

【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（日祝9時～17時）☎・☎03-5667-7557

●東京都医療機関案内サービス「ひまわり」(24時間) ☎03-5272-0303 / ☎03-5285-8080

●東京消防庁救急相談センター（24時間）☎ # 7119 / ダイヤル回線 ☎03-3212-2323



※東京医療機関案内サービスHPでも医療機関を探すことができます。

休日急病当番医（急病のみ、往診不可） 【診療時間】 9時～17時

小児科 内科 眼科 耳鼻咽喉科 ※外科は救急病院をご利用ください。

診療日	診療科	診療所名	住所	電話番号
8月20日		安部診療所	一之江4-7-4	☎03-3652-0234
	小児科	西小岩ファミリークリニック	西小岩4-10-13	☎03-5612-1241
		佐藤医院	東小岩5-20-12	☎03-3657-1414
	内科	ほさか内科医院	松江3-11-8	☎03-3651-5575
	眼科	丹呉眼科	東葛西9-3-3	☎03-3686-2611
	耳鼻咽喉科	かさい駅前耳鼻咽喉科	中葛西5-36-12	☎03-5659-1878
8月27日	小児科	アクアキッズクリニック	南小岩7-24-20	☎050-3160-8346
	小児科	佐々木内科小児科クリニック	松本1-11-3	☎03-3653-0850
	内科	宮本医院	西一之江4-1-4	☎03-3651-6288
		柴山泌尿器科・内科クリニック	東葛西6-1-17	☎03-5675-7223
	眼科	あおば眼科	中葛西5-32-7	☎03-3688-3688
	耳鼻咽喉科	すぎやま耳鼻咽喉科クリニック	西小岩1-23-2	☎03-5622-3355

※当番医は変更になる場合があります。変更がある場合は江戸川区医師会HPに掲載しています。



※受診前には必ず当番医療機関へ電話でご相談ください。



江戸川区歯科医師会休日歯科応急診療所（要予約）

※診察は事前予約制で行っています。また、付き添いの方は必要最低限をお願いします。

【診療時間】 日祝9時～17時（受け付けは16時30分まで）☎・☎03-3672-8215

【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

診療日	接骨院名	住所	電話番号
8月20日	志保井接骨院	平井4-2-24	☎03-3681-5523
	みなみ整骨院	東瑞江1-35-8	☎03-5243-4755
8月27日	前原接骨院	東小岩1-17-4	☎03-3657-1520
	井出接骨院	春江町4-22-98	☎03-5607-1633

※当番接（整）骨院は変更になる場合があります。変更がある場合は区HPに掲載しています。



子どもの健康相談室（小児救急相談）

子どもの健康・救急に関する相談に看護師や保健師などが応じています。

また、必要に応じて小児科医師が対応します。

【日時】月～金＝18時～翌朝8時 / 日祝＝8時～翌朝8時

☎プッシュ回線・携帯電話☎ # 8000

ダイヤル回線など全ての電話☎03-5285-8898

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。

専用電話☎03-6240-5535

＝21時～翌朝6時（日祝は9時～17時も受け付け）



生活習慣と認知症

中央熟年相談室江戸川区医師会 ☎03-5607-5591

認知症は、誰でもかかる可能性のある身近な病気です。東京都によると、都内では認知症の方が46万人を超えており、2025年には約55万人に増加すると推計されています。

認知症発症のリスクを下げるためには、バランスの良い食事や運動、人との関わりが大切だといわれています。この機会にぜひ、認知症予防について学び、考えてみましょう。

【日時】 9月6日 日 10時～11時

【場所】 江戸川区医師会館（中央4-24-14）

【定員】 15人（申込順）

【申し込み】 電話（上記☎）で受け付け中



各熟年相談室では他にも介護者交流会・介護予防教室を開催しています。詳しくは区HPをご覧ください。

介護予防教室

ヨガで心も身体もリフレッシュ

篠崎熟年相談室 ☎03-5664-3080

健康寿命がどんどん伸びている昨今。自らの力で元気に楽しく日々の生活を送るためには、精神的な不安へのサポートと健康増進のサポートが大切です。

身体を動かすだけでなく、呼吸法や瞑想法も合わせて実践していくヨガは、心と向き合うすべも習得していくので精神面にも良い効果をもたらしてくれます。

ヨガで心も身体もリフレッシュしませんか。

【日時】 9月14日 日 10時30分から

【場所】 篠崎熟年相談室

【定員】 15人（申込順）

【申し込み】 電話（上記☎）

で受け付け中

※動きやすい服装でタオルをご持参ください。



消費生活コラム

定期購入はしっかりと解約確認を！

事例 1

●インターネットでお試し価格の化粧品を購入した。定期購入と分かっていたが「回数縛りなし」と広告に表示されていたため、2回目の商品を送り返したが請求が来てしまった。

事例 2

●インターネットで「初回代金500円」と記載された定期購入のサプリメントを注文した。「次回の商品到着予定日の1週間前までに事業者へ解約を申し出れば解約できる」との表示があったので、初回のみで解約できると思っていた。

到着予定日の10日前から何度も事業者へ電話をかけているが、全く電話が繋がらず、解約する旨のメールを送信しても連絡が来ない。

ここがポイント！【アドバイス】

- 定期購入は販売業者との間で解約について合意しないと、商品を送り返したり受け取りを拒否したりしても、購入契約は継続されています。
- 定期購入の解約方法は、申し込みの最終画面に記載されています。しっかりと確認しましょう。
- 「解約の電話が繋がらない」、「メールを送っても返事が来ない」など、解約手続きが不十分な状態になる場合があるため、手続きをした事実を記録しておきましょう。



困ったときは消費者ホットライン

☎ 188（局番なし）

月～金 9時～16時
（消費者センターにつながります）

日祝 10時～16時
（東京都消費生活総合センターまたは国民生活センターにつながります）

穂高荘・塩沢江戸川荘は江戸川区の友好都市にある区立の宿泊施設です。
区民・区内在勤者とその同居家族向けの料金があります。



12月分／年末年始期間分の宿泊・区内発着バスツアーの予約受け付け開始!

【申し込み】予約センター(下記)へ電話で、①12月分(年末年始期間除く)⇒9月1日(金)9時から、②年末年始期間分(12月29日(金)～6年1月3日(火))⇒9月4日(金)～11日(日) ※①は初日のみ予約が重なった場合は抽選。それ以降は申し込み順。②は抽選。



長野県安曇野市
穂高荘



12月上旬の安曇野は、穂高神社を彩る竹灯籠が皆さまを神秘と幻想の世界に誘います。



帰路に清水魚市場(静岡県)で買い物をお楽しみいただく新コースもご用意しました!

- 安曇野・神竹灯点灯体験と松本市レトロな「なわて通り」散策
12月1日(金)～2日(土)・9日(土)～10日(日) 1泊
- 魚のアメ横・寺泊と一茶記念館
12月26日(火)～28日(木) 2泊
- 新春 善光寺初詣
6年1月2日(火)～4日(木) 2泊

この他、「トイレ付バスで行くプレミアム穂高号」「穂高荘で迎える新年」などのコースがあります。
※12月3日(日)～8日(金)は休館。

予約センター ☎03-5662-7051 = 9時～17時 (日曜を除く)

新潟県南魚沼市
塩沢江戸川荘



初冬の塩沢江戸川荘は静かであくもりのある場所です。1年の労をねぎらい、ゆっくり過ごしませんか。塩沢号では師走の上州・越後路を巡ります。また、4年ぶりにひらい圓藏亭落語会を開催します。



- 年忘れ大笑い ひらい圓藏亭落語会と圧巻の冬桜7000本の桜山公園
12月9日(土)～10日(日) 1泊
- 徳川家お墨付き縁切寺満徳寺と錦鯉発祥の地 小千谷探訪
12月13日(火)～15日(木) 2泊
- 国指定名勝崇山園と名湯まつだい芝峠温泉日帰りの旅
12月18日(日)～20日(火) 2泊

塩沢江戸川荘に泊まって稲刈りを体験しませんか。9月18日(日)の参加者を募集しています。新米のお土産もあります! 詳しくはHPをご覧ください。

予約センター ☎0120-007-095 = 9時～17時

MAIL 友好都市からの手紙

南魚沼市



南魚沼市商工観光課観光交流班 ☎025-773-6665

南魚沼市の周囲には、市民の山として親しまれている「坂戸山」をはじめ、日本酒の銘柄としても有名な「八海山」、日本百名山の「巻機山」、険しい山容の「越後駒ヶ岳」など豊かな自然の残る山々があります。



初級から上級まで幅広い登山コースが整備されており、希少な動植物や雄大な眺望を求めて毎年多くの登山者が訪れています。

麓やスキー場エリアの温泉宿や民宿、ペンションでは、南魚沼産コシヒカリや地場産野菜などをお楽しみいただけます。

各山の説明や最新の登山道情報はHPでご確認ください。

松本武尊選手がパリ2023 世界パラ陸上選手権で金メダル獲得!

パラ陸上競技の世界選手権が7月8日～17日にフランスで開催され、障害の異なる男女がつなぐ400メートルユニバーサルリレーで、区内在住の松本武尊選手が金メダルに輝きました。



また男子400メートル(脳性まひT36)でも、55秒85のアジア新記録で4位入賞を果たしました。おめでとうございます!

金メダルを掲げる松本武尊選手(右から2人目)と400メートルユニバーサルリレーのメンバー(松本選手提供)

区の人口と世帯数 (8月1日時点・前月比)
人口: 68万9963人 (+345人)
男: 34万7169人
女: 34万2794人
世帯: 35万2485世帯 (+388世帯)

広報誌配布方法・場所

- 日刊各新聞朝刊への折り込み
- 駅や大型商業施設内の広報スタンド
- 区施設、一部のコンビニ・スーパー・銭湯・病院・理容室・美容室など



広報えどがわは区HPでもご覧いただけます。また、区HPで広報えどがわのアンケートを実施しています。