

えどがわ
せい かつ じょう ほう
生活情報ガイドブック



えどがわ
せい かつ じょう ほう
生活情報ガイドブック

江
と
戸
川
区



せいかつじょうほう
えどがわ生活情報ガイドブック

CONTENTS

ようこそ江戸川区へ	P 1
たぶん かきょうせい すいしんじょうれい 多文化共生のまち推進条例	P 2
えどがわく 江戸川区エリアマップ	P 4
くやくしょほんちょうしゃ かくじむしょ 区役所本庁舎・各事務所	P 5
えどがわく たぶん かきょうせい 江戸川区多文化共生センター	P 8
えどがわく 江戸川区ってこんなところ	P10
きゅう 急にこまったとき（急な病気・事件・事故）	P19
さいがい じしん たいふう ごう 災害（地震、台風・豪雨）	P21
じゅうみん とうろく てつづ 住民登録などの手続き	P25
せいかつ かん じょうほう 生活に関する情報	P29
せいかつ 生活コラム	P36
にほんぶんか 日本文化コラム	P38
こうつう 交通	P43
いりょう 医療	P51
さまざま さんだん てつづ さまざまな相談・手続き	P56
えどがわく しせつ あんない 江戸川区施設の案内	P59
がいこくじん む はっごうぶつ しりょう 外国人向け発行物・資料	P72
えどがわく じょうほう 江戸川区の情報	P73

せいかつじょうほう
えどがわ生活情報ガイドブック

ねん れい わ ねん がつ しよほんはっごう
2023年（令和5年）3月 初版発行

ねん れい わ ねん がつ だいにほんはっごう
2025年（令和7年）10月 第2版発行

はっ ころ えどがわく すいしんぶ
発行：江戸川区 SDGs 推進部

い
ともに生きるまち推進課



えどがわく

ようこそ江戸川区へ

えどがわく

江戸川区は

みず みどり
水や緑にかこまれ、すごしやすいまちです。みんなが^{あんしん}安心して、^{じぶん}自分らしく
くらせるまちを目指しています。こまった^{めざ}時や、^{とき}わからない時は、区役所
に^き来てください。

く

区のウェブサイトは

いろいろな^{くに}国の言葉に^{ことば}直して^{なお}見ることが^みできます。

せいかつじょうほう

生活情報ガイドブックは

に^{ほん}日本で^{はじ}初めて^{せいかつ}生活^{ひと}する人のために「生活情報ガイドブック」を^{つく}作り
ました。持ちやすい^も大きさなので、^{おお}ぜひ、^{つか}使ってください。あなたが
江戸川区で^{えどがわく}気持ちよく^き生活^{せいかつ}できるよう、^{てつだ}手伝います。



たぶんかきょうせい すいしんじょうれい 多文化共生のまち推進条例

えどがわく ねん がつ か
江戸川区は2023年12月20日に

たぶんかきょうせい すいしんじょうれい つく
「多文化共生のまち推進条例」を作りました。

じょうれい こくせき みんぞくとう こと すべ ひと
この条例は、国籍、民族等の異なる全ての人が、

たが ぶんかてきちが りかい みと あ
互いの文化的違いを理解し、認め合い、

たいとう かんけい きづ ちいきしゃかい こうせいいん
対等な関係を築こうとしながら、地域社会の構成員として、

い たぶんかきょうせい
ともに生きていく「多文化共生のまち」にするために、

えどがわく りねん か
江戸川区の理念をわかりやすく書いたものです。

え ど が わ く
江戸川区には、
に ほ ん せ かい く に ち い き
日本だけでなく世界のいろいろな国や地域で
う そ だ ひ と いっしょ く
生まれ育った人たちが一緒に暮らしています。

う そ だ く に ち い き
生まれ育った国や地域がちがうと
ぶ ん か か ん が か た せ い か つ
文化や考え方、生活のしかたもちがいます。

ひ と あ ん し ん く
すべての人が安心して暮らすには、
ひ と り み と あ
一人ひとりのちがいを認め合い、
じ ぶ ん い た い せ つ
自分らしく生きていけることが大切です。

た よ う せ い
多様性のあるまちは、
ぶ ん か そ だ ひ と
さまざまな文化のなかで育った人たちが、
さ さ あ く
ともに支え合いながら暮らしていくことで
あ た ら ぶ ん か う か つ り よ く は っ て ん
新しい文化が生まれ、活力あるまちとして発展しつづけます。

ぶ ん か た い せ つ
それぞれの文化を大切にしながら、
ひ と ち い き い ち い ん い
すべての人が地域の一員として、ともに生きる。
た ぶ ん か き ょ う せ い め ざ せ ん げ ん
そんな多文化共生のまちを目指していくことを宣言し、
じ ょ う れ い さ だ
この条例を定めます。

た ぶ ん か き ょ う せ い す い し ん じ ょ う れ い
多文化共生のまち推進条例
に ほ ん ご え い ご ち ゅ う ご く ご か ん こ く ご
(日本語・英語・中国語・韓国語)



えどがわく 江戸川区エリアマップ





くやくしよほんちようしゃ かくじむしよ

区役所本庁舎・各事務所

えどがわくやくしよ

江戸川区役所

じゅうしよ

住 所

〒132-8501

とうきやうとえどがわくちゆうおう

東京都江戸川区中央1-4-1

ひら

開いている

じ 時 かん 間

げつようび きんようび じ ぶん じ
月曜日から金曜日 8時30分～17時

くやくしよくみんかほんちようしゃ
区役所区民課(本庁舎)の
まどぐらじかんえんちよう
窓口時間延長のお知らせ



やす ひ

休みの日

どようび にちようび しよくじつ ねんまつねんし
土曜日・日曜日・祝日・年末年始

でんわばんごう

電話番号

03-3652-1151

おも

主なアクセス

えどがわくやくしよまえ
バス 江戸川区役所前

- JR総武線 新小岩駅からバス約10分
- 都営新宿線 船堀駅からバス約15分
- 東京メトロ東西線 西葛西駅からバス約30分



各事務所

す ちく くやくしょ じむしょ しょ
住んでいる地区ごとに、区役所の事務所が5カ所あります。

じむしょ
<事務所でできること>

こせき とどけで じゅうしょ いどう いんかん とうろく こくみんけんこうほけん
戸籍の届出・住所の異動・印鑑の登録・国民健康保険・
こくみんねんきん ぐぜい しょうめいしょ だ
国民年金・区税・証明書を出すなど

こまつがわじむしょ

小松川事務所



じゅうしょ
住 所

〒132-0035

東京都江戸川区平井4-1-1

☎ 03-3683-5181

かさいじむしょ

葛西事務所



じゅうしょ
住 所

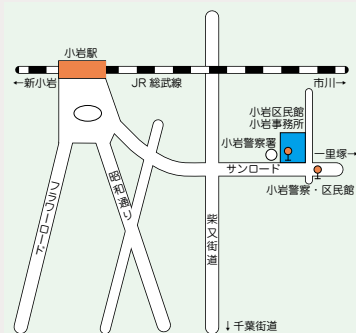
〒134-0083

東京都江戸川区中葛西3-10-1

☎ 03-3688-0431

こいわじむしょ

小岩事務所



住 所

〒133-0052

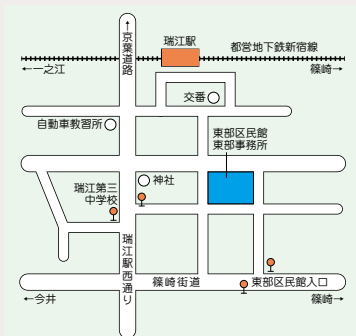
東京都江戸川区東小岩6-9-14

☎03-3657-1101



とうぶじむしょ

東部事務所



住 所

〒132-0014

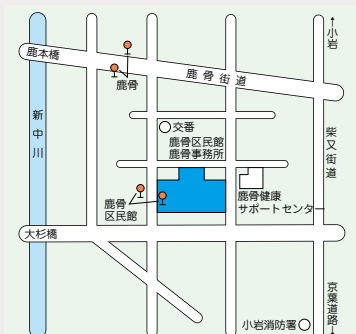
東京都江戸川区東瑞江1-17-1

☎03-3679-1123



ししほねじむしょ

鹿骨事務所



住 所

〒133-0073

東京都江戸川区鹿骨1-54-2

☎03-3678-6111



にほんご べんきょう

日本語を勉強する

●地域の日本語教室に参加する

ちいき にほんごきょうしつ さんか
えどがわくにほんご
江戸川区日本語ボランティアサークルの人たちの日本語教室があります。ちいき ひと
地域の人たちとつながることができま
す。

とあ 問い合わせ

こうえきざいだんほうじん
公益財団法人えどがわボランティアセンター
えどがわくまつしま
江戸川区松島 1-38-1 グリーンパレス

☎ 03-5662-7671

えどがわボランティアセンター



●日本語学習に役立つサイトを使う

にほんごがくしゅう やくだ つか
にほんご えん べんきょう
日本語を0円で勉強できるサイトやツ
ールがあります。ひとり べんきょう
自分一人でも勉強できます。
じぶん あ
自分に合ったものをさがしましょう。

つながる ひろがる
にほんごでのくらし
(TSUNAHIRO)
たげんごたいおう
(多言語対応)



いろいろ せいかつ にほんご
生活の日本語
(たげんごたいおう
(多言語対応))



NHKラジオ ポッドキャスト
にほんご
やさしい日本語



NHK やさしい日本語
Easy Japanese



●日本語学校で学ぶ

おも がいこく がくせい しんがく にほん
主に外国からの学生が進学や日本
での就職の準備をしながら日本語
を学ぶところです。にほんごがっこう
日本語学校に
1～2年通い、大学や仕事をさがす
ひと おお
人が多いです。
にじげん にほん にほんごがっこう
二次元コードから日本の日本語学校
しら
を調べられます。

にほんごきょういুকいかんあんない
日本語教育機関案内
(にほんごきょういুকしんこうきょうかい
日本語教育振興協会)



がいく かつた む せいかつじょうほう 外国の方向け生活情報

たぶん かきょうせい
多文化共生センターがやっている
にほんごきょうしつ こうりゅう たぶん か
日本語教室や交流イベント、多文化
きょうせい し
共生につながるのがあるお知らせを送信
します。

えどがわく こうしき とも
江戸川区LINE公式アカウントを友だち
に加えて、たぶん かきょうせい
多文化共生センターのお知
らせを受け取りできるようにして使ってく
ださい。

えどがわく
江戸川区LINE
公式アカウント



えどがわく がいこくじん たいせつ
江戸川区でくらす外国人のための大切な
し こくご たいおう
お知らせ(121か国語に対応しています)。

がいく かつた む せいかつじょうほう
外国の方向け生活情報



えどがわく 江戸川区ってこんなところ

きゅうなががわかせんじき

① 旧中川河川敷カワヅザクラ



えどがわく すみだく こうとうく さかい きた
江戸川区と墨田区、江東区の境を北から南に流れる旧中川の総武線近くの川ぞいは、カワヅザクラの観光スポットです。毎年多くのお花見に来ています。東京スカイツリー®を背景に、きれいなカワヅザクラのスポットとして人気広がりました。東京スカイツリー®の前には総武線が走り、たくさんの方が写真撮影に来ています。旧中川の川ぞいには、36本のカワヅザクラが植えられています。カワヅザクラは寒い時から咲き始め、ひとあしはやく春が来たのを知らせてくれます。

きゅうなががわかわ まいとし がつはじ
旧中川ぞいでは、毎年2月初めごろに花が咲き始めます。2月終わりごろから3月半ばごろ見ごろになります。カヌーやボートを楽しむことができる親水スポットとしても知られ、のんびり散歩ができます。

【所在地】
きゅうなががわ かせんじきぞ ひらい ちょうめちさき
旧中川の河川敷沿い(平井3丁目地先)

【アクセス】
きゅうかせん ひらいえき とほ ぶん
JR総武線「平井駅」から徒歩13分

② 新川千本桜



「新川千本桜」は桜の名所です。ソメイヨシノやシダレザクラなど約20種・718本の桜が新川の両側約3キロメートルにわたって植えられています。新川は、江戸時代にさまざまな物を舟で運ぶルートでした。行徳の塩を運ぶ「塩の道」として栄えました。今は船の行き来はなくなりましたが、歴史ある新川を江戸時代のような街の感じにしようと、新川の両側の遊歩道に桜を植えたり、火の見やぐらや橋などがつくられ、2015年に完成しました。

春には、遊歩道に植えられた千本桜を手こぎ和船から見る「お花見和船」が行き来して、区内外から多くの人に来てにぎわいます。ゆったり進む和船に乗り、左右にある桜並木や水上散歩を楽しめます。

【所在地】

江戸川区船堀2丁目地先
北葛西1丁目先～江戸川5丁目先
東葛西1丁目先

【アクセス】

都営新宿線「船堀駅」から徒歩5分



③ 花火大会



打ち上げ数が約1万4000発と全国でも多い「江戸川区花火大会」は1976年から始まりました。江戸時代から360年続いてきた「宗家花火鍵屋（東小松川2丁目）」が第1回大会から打ち上げています。広々とした川ぞいで打ち上がる大迫力の花火を、とても近い場所で見られるので、人気です。毎年多くの人々が来ています。5秒で1000発もの花火を打ち上げる江戸川名物オープニングは迫力がすごいです。オープニングで会場を盛り上げた後のプログラムでは、イメージに合ったBGMに乗せて花火を打ち上げます。

いくつも重なり合った厚みのある花火が特徴です。

富士山の仕掛け、クライマックスである連続の金カムロは最後の見せ場です。「最も高い山型の仕掛け花火」としてギネ

ス世界記録®をとりました。区内のいろんな場所に置かれた募金箱など、多くの人からの大きな気持ちに支えられています。

【開催時期】 8月第1土曜日

【会場】

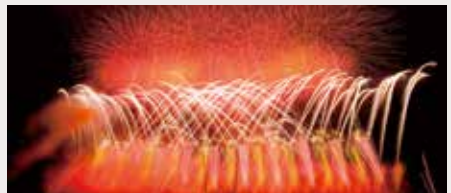
江戸川河川敷（都立篠崎公園先）

【主催】

江戸川区花火大会実行委員会、江戸川区

【問い合わせ】

産業振興課 産業係 ☎ 03-5662-0523



④ 江戸川区民まつり(都立篠崎公園)



江戸川区民まつりは、区内で行われる一番大きなまつりです。区内外から多くの人々が来ます。区民の交流や地域コミュニティを広げることを目指して、区民のみならず、手作りで企画・運営しています。幼稚園児や小学生などが会場内をパレードしたり、中学生が合同吹奏楽の演奏、高校生によるパフォーマンスなど毎年もりあがります。

また、小動物にふれたり、花の販売、伝統工芸品、国際交流、子ども向けのコーナーなどいろいろなイベントがあります。大人も子どもも楽しめます。



【開催時期】 10月第2日曜日

【問い合わせ】

地域振興課 コミュニティ係

☎03-5662-0515

こいわ

いち

⑤ 小岩あさがお市

江戸川区では、たくさんのあさがおが作られています。夏を感じることとして有名な「入谷の朝顔まつり」には、たくさんのあさがおが並びます。そのあさがおの約70%が江戸川区で作られています。江戸川区でも、あさがお市の感じを楽しんでもらおうと平成2年から「小岩あさがお市」が始まりました。

約700はちのあさがおが並びます。桜太鼓やダンスなどのパフォーマンスや模擬店が出て、たいへん盛り上がります。夏の初めの気持ちいい朝、小岩のまちを歩きながらあさがお市の良い感じを楽しみませんか。



【開催時期】7月第2日曜日

【会場】

JR小岩駅南口商店街

【問い合わせ】

産業振興課 農業係 ☎03-5662-0539

⑥ 篠原風鈴本舗



しのはらふうりんほんぽ
篠原風鈴本舗



しのはらふうりんほんぽ たいしょう ねん はじ
篠原風鈴本舗は、大正4年に始まりました。
江戸時代と変わらない作り方で江戸風鈴
を作り続けています。細いガラス管の先に
とかしたガラスを付けて、息をふきこんで
ふくらませます。風鈴の作り方体験(お金か
かかる・予約をする)ができます。



しゅんかえん

びじゅつかん

⑦ 春花園BONSAI美術館



しゅんかえん びじゅつかん
春花園BONSAI美術館



盆栽の素晴らしさを多くの人にわかってもらうため、2002年に、小林國雄氏が作りました。
建物や庭にも日本の伝統や文化があふれ、美術館全部で季節の美しさを楽しめる造りとなっています。
盆栽体験のほか、茶の湯や着付けなどの日本文化の体験ができます。



⑧ 銭湯



女湯にあるマッサージチェア(奥)とヘアドライヤー付きの椅子(手前)



富士山の絵は1年に一度、描き替えます

区内にある銭湯の一つ「第二寿湯」は、1964年に始まった、歴史ある銭湯です。入口の「のれん」は第二寿湯のオリジナルで、季節ごとに変わります。中に入ったら、番台(お金の受け取りや、お風呂の見張りをしている高い台)があります。番台にいる人にお金をはらいます。東京で番台が残っている銭湯は10%ぐらいです。

お風呂場にある大きなバスタブには、特別な石でできた風呂と電気風呂(バスタブの中に電気が流れていて、少しビリビリする)があります。小さなバスタブでは、毎日かわる薬湯を楽しめます。ゆったりとした大きなお風呂は家のお風呂とはちがい、とても気持ちがよく、リラックスできます。

おすすめポイントの1つが、お風呂場の壁に描かれた富士山の大きな絵です。昔ながらの銭湯では、富士山の絵を楽しみながら、お風呂に入れます。絵は、プロの人が描いています。銭湯によって絵がちがうので、いろいろな銭湯に行って、くらべてみるのも楽しいです。

初めて銭湯に行く人は、お店の人や近くの人に「わからないので、教えてください」と声をかけてください。みんながやさしく、いろいろ教えてください！ボディソープやシャンプーもあります。昔ながらの日本の銭湯を楽しんでください。

だいにことぶきゆ
第二寿湯
えどがわくえどがわ
江戸川区江戸川1-10-23

☎ 03-3670-6195
えいぎょうじかん
営業時間: 16時～23時
ていきゅうび
定休日: 金曜日

せんとう
銭湯MAP



⑨ 魔法の文学館



「魔法の文学館」(江戸川区角野栄子児童文学館)は、『魔女の宅急便』の作者として知られる、区ゆかりの児童文学作家・角野栄子さんの作品の世界観をイメージした、大好きな本に出合えるところです。角野栄子さんの作品を多くの人に知ってもらうとともに、未来のある子どもたちが児童文学にふれて、豊かな想像力を学ぶ場となることを目指した児童文学館として、2023年11月3日にオープンしました。角野栄子さんの作品と、さまざまな世界の児童書や絵本がたくさんならべられています。「自分自身で本を選び、おわりまで読んでほしい、とびきりおもしろい本をそろえたい!」という願いから栄子さんが本を選びました。子どもたちは自由に本を選び、好きな所で、お気に入りの本を読むことができます。

【所在地】

江戸川区南葛西7-3-1 なぎさ公園内



まほう ぶんがくかん
魔法の文学館



⑩ ブイロクの木



なぎさ公園の「展望の丘」には、V6のみなさんからおくっていただいたオリーブの木が植えられています。「ブイロクの木」と名付けられ、未来のある子どもたちに、笑顔で仲間と力を合わせ、負けない心を持ってほしいというメンバーの想いがこめられています。

【所在地】

江戸川区南葛西7-3-1

なぎさ公園内

【アクセス】

都営バス「なぎさニュータウン」
「魔法の文学館入口」から徒歩8分

⑪ ガンジーの胸像



インド政府から、国内最多のインド人がくらす江戸川区に、「友好と親善の証」としてマハトマ・ガンジーの胸像がおくられました。インド人をはじめ、区民にとっても親しみがある所を候補地として考え、同公園内の一角にあり、人通りも多い円形花壇内に置くことを決めました。ガンジーの胸像は、土台と合わせて高さ

が1メートル80センチ、はばは60センチで銅製。インド人彫刻家のナレシュ・クマワット氏によって作られました。地域に住むインド人や日本人が見ている中、2024年7月28日にお披露目式が開かれ、S.ジャイシャンカル インド共和国外務大臣やシンピ・ジョージ駐日インド共和国大使、斉藤猛江戸川区長らが参加しました。2024年12月25日に江戸川区は、地域経済やコミュニティ活動がさかんになることを目指して、公益社団法人 在日インド商工協会と東京商工会議所 江戸川支部との協力協定を結びました。

【所在地】

江戸川区西葛西8-6 新田6号公園円形花壇内

【アクセス】

東京メトロ東西線「西葛西駅」から徒歩11分
都営バス「第七葛西小学校前」から徒歩2分

⑫ 葛西臨海公園

◎ダイヤと花の大観覧車



高さ117m、日本で2番目に大きな観覧車で、公園のシンボルです。晴れた日には東京スカイツリー®や東京タワーなど東京近くの観光地や、遠くにある富士山まで見ることができます。夜には観覧車がフルカラーLEDによってカラフルにライトアップされます。
色あざやかにさまざまなグラフィックがうつし出され、美しい夜のイルミネーションを楽しめます。

◎クリスタルビュー

クリスタルビューは展望レストハウスで、東京湾をながめることができるガラス張りの建物です。国内外でさまざまなモダンな建築を手がけた有名な建築家、谷口吉生氏がデザインを考えました。横幅約75mの規則正しいフォルムとガラス張りの見た目が目立つデザインです。谷口吉生氏の建築美と東京湾の素晴らしいながめを楽しめる価値あるスポットです。空にとけてすき通るようなデザインは美しく、建築ごとに広々とした海や自然がながめられます。

2階の見晴らし台からは、葛西臨海公園の広場や東京湾、遠くには房総半島が見えます。



【所在地】
江戸川区臨海町6丁目

【アクセス】
JR京葉線「葛西臨海公園駅」から徒歩1分

かさいりんかいこうえん
葛西臨海公園





急にこまったとき(急な病気・事件・事故)

きんきゅうじ れんらくさき

緊急時の連絡先

か じ びょうき
火事・病気・けが

☎119

でんわ
電話がつながったら

あわてず、ゆっくり話してください。

- 1 「(火事/救急(けがや病気)です)」と言います。
- 2 来てほしい住所を言います。
住所がわからない場合は、目印の建物などを伝えます。
- 3 状況を説明します。
火事：燃えているもの
救急：病気やけがの状況
- 4 あなたの名前・電話番号を言います。

きゅうきゅうじしん
救急受診ガイド

〜救急車を呼ぶか迷ったら〜
(東京消防庁HP)



じけん じこ
事件・事故

☎110

でんわ
電話がつながったら

あわてず、ゆっくり話してください。

- 1 何が起こったのかを言います。
- 2 いつ、どこで起きたかを言います。
- 3 犯人や目で見た状況を説明します。
(人数・特徴・逃げた方向など)
- 4 今の状況を説明します。
- 5 あなたの名前・電話番号を言います。

[警視庁外国人こまりと相談]

※ 外国語で相談できます。

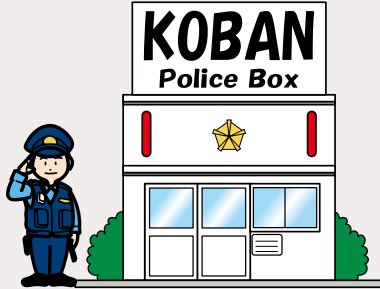
☎03-3503-8484

受付 月曜日から金曜日まで
相談時間：8時30分～17時15分



落とし物

にほん こうばん
日本には交番がたくさんあります。交番
では、けいさつ かん せい かつ
警察官がみなさんの生活を守
る仕事をしています。たいせつ
大切なものを落と
したときや、おと もの ひろ
落とし物を拾ったときには、
こうばん い
交番に行ってください。



火事

にほん ふゆ くうき かんそう か じ お
日本の冬は空気が乾燥し、火事が起き
やすくなるので特に注意が必要です！

●火事をおこさないために

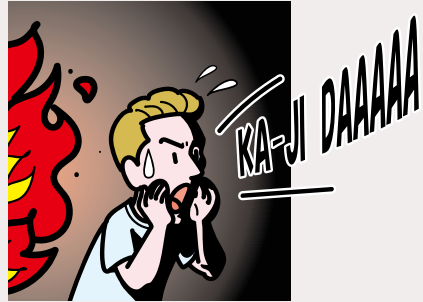
- タバコを道に捨ててはいけません。



- ねながらタバコは吸いません。
- 電気製品のコンセントにほこりがた
まらないよう、きれいに掃除します。
- 家を出るときやねるときは、火の元
の確認をします。
- 火の近くでスプレーかんは使いません。

●火事が起きたら

- 大声で「火事だ！(KA-JI DA)」と
声を出し、周りの人に火事が起きた
ことを知らせます。



- すぐに「119」に電話をします。
- 最初に消火器や水で火を消します。



- 油に火がついた時は絶対に水をか
けずに、消火器を使って火を消しま
す。
- 危険だと思ったら、すぐににげてく
ださい。
- けむりの中をにげるときは、ハンカ
チなどを水でぬらして鼻と口をおさ
え、できるだけ頭を低くしてにげま
す。
- エレベーターは使わず、階段を使っ
てにげてください。



さいがい じしん たいふう ごうう

災害（地震、台風・豪雨）

さいがい そな

災害に備える

◎ えどがわメールニュース

えどがわく さいがい はんざい じょうほう
江戸川区の災害や犯罪の情報などをメールでお知らせします。

えいご ちゅうごくご かんこくご
英語・中国語・韓国語・ベトナム語・ネパール語でも対応しています。

えどがわメールニュース



◎ 江戸川区防災ポータル(121言語対応)

てんき じょうほう さいがい じょうほう
天気情報、災害情報、にげるための情報などをリアルタイムにお知らせします。

えどがわく ぼうさい
江戸川区防災ポータル



◎ 江戸川区防災アプリ(5言語対応)

Android▶



iOS▶



ひじょうじ じょうほうしゅうしゅうほうほう かくにん
◎ 非常時の情報収集方法を確認する



リーフレット「わが家の防災」
ぼうさい
防災についてくわしく紹介しています。
えいご ちゅうごくご にほんご
英語・中国語・日本語があります。

わが家の防災



●安全のために用意する

- 3日から1週間ぐらいの食べ物や水、電池、懐中電灯を用意します。
- にげる時に必要な物をすぐに持って行けるよう、ふろ（非常持出袋）に入れます。



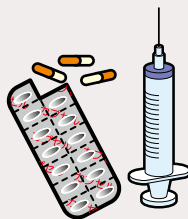
てぶくろ
手袋



きゅうきゅう
救急セット



くすり



けいたい
携帯トイレ（1人あたり5回分/1日）



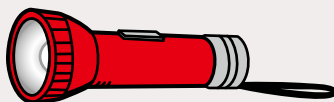
みず
水



た べ 物
食べ物



かいちゅうでんとう
懐中電灯



ラジオ



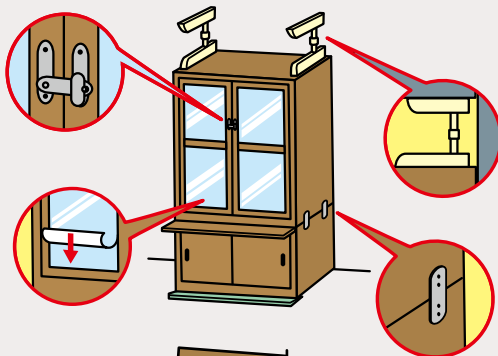
けいたいでんわ じゅうでんき
携帯電話・充電器



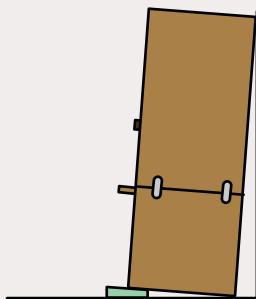
かね いんかん つうちょう
お金／印鑑／通帳



● かぐ うご
家具がたおれたり動かないようにする



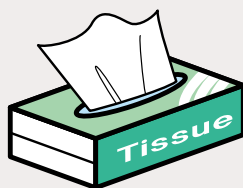
ほけんしょうけんこうほけんしょう
パスポート／マイナ保険証・健康保険証・
しかくかきんにんしょう
資格確認書



ようふく
洋服／タオル



ティッシュ



◎ あぶない場所や、にげる場所をたしかめ

ておく

家の近くに^{いへ ちか}住んでいる人に、「もし地震^{しん}な
どがあったときは、いろいろ^{おし}教えてくださ
い」と声をかけ、^{こゑ}お願いしておきます。
にげる場所^{ばしょ}を決めて、^きそこまで^{ある}歩く練習^{れんしゅう}
をしてみましょう。

「水害^{すいがい}ハザードマップ」は、水害^{すいがい}が起こ
る危険^{きけん}がある所^{ところ}や避難^{ひなん}する所^{ところ}が書いて
ある地図^{ちず}です。水害^{すいがい}ハザードマップは、
分かりやすい^{わ かい}概要^{がいよう}版^{ばん}とよりくわしく^し知
りたい^ち方^{かた}のために本編^{ほん}を日本語・英語・
中国語・やさしい日本語^{えいご}で作^{つく}っていま
す。概要^{がいよう}版^{ばん}は、区役所^{くやくしょ}と各事務^{かくじむ}所^{しょ}で
配^{くば}っています。区^くのウェブサイトからもダ
ウンロードできます。

えどがわくすいがい
江戸川区水害ハザードマップ



◎ 広域避難^{こういきひなん}にともなう補助金^{ほじょきんしんせい}申請

（水害^{すいがい}の被害^{ひがい}の出ない^ではなれた場所^{ばしょ}に
避難^{ひなん}したときに、お金の支援^{かね しえん}をしま
うための^{ねが}お願い^ををすること）

広域^{こういき}避難^{ひなん}情報^{じょうほう}（被害^{ひがい}の出ない^ではなれた
場所^{ばしょ}ににげなさい）が^だ出されたときに、
広域^{こういき}避難^{ひなん}のために江戸川区^{えどがわく}以外^{いがい}のホ
テル等^{な ど}ににげたとき、補助金^{ほじょきん}（お金の
支援^{しえん}）が^で出ます。

こういきひなん ほじょきんしんせい
広域避難にともなう補助金申請



さいがい お

災害^{さいがい}が起こったとき

◎ 台風・大雨^{たいふう おおあめ}

- たくさん雨^{あめ}がふっている時^{とき}や、風^{かぜ}が強^{つよ}
い時^{とき}は、外^{そと}に出^でてはいけません。
- 川^{かわ}の水^{みず}があふれて危険^{きけん}になる前^{まえ}
に、非常^{ひじょう}持ち出し^もぶくろ^もを持^もってに
げます。

◎ 地震^{じしん}

【家^{いえ}や建物^{たてもの}の中^{なか}にいるとき】

- テーブル^{した}の下^はに入^みるなどして身^まを守
ります。
- ゆれが止^とまったら、ガスやストーブ
の火^ひを消^けします。
- とびらが開^{ひら}かなくなることがあるの
で、すぐ^あにまどやとびらを開^あけてに
げる道^{みち}をつくりま
- 外^{そと}ににげる前^{まえ}に、ブレーカーのス
イッチを「切^き（OFF）」にして電^{でん}気^きを
切^きります。

【外^{そと}にいるとき】

- 頭^{あたま}をかばんなど^{もの}でかくして、物^{もの}が
落^おちてきてけがをしないようにして、
安全^{あんぜん}な場所^{ばしょ}ににげます。
- 家^{いえ}がたくさんあるところでは、ブロッ
クべいや門^{もん}など、たおれてくるもの
からはなれます。

◎ 江戸川区^{えどがわく}のにげる場所^{ばしょ}

じゅうしょ しら
住所^{じゅうしょ}から調^{しら}べられます



住民登録などの手続き



じゅうみんとうろく てんにゅうとどけ てんしゅうとどけ てんきょとどけ
 ● 住民登録(転入届・転出届・転居届)

にほん す ばあい す くやく
 日本に住む場合は、住むところの区役
 所などに届出をしないといけません。次
 の場合、区役所や各事務所で手続きを
 してください。

- 日本に来て、江戸川区に住む場合
 (転入届)
 にほん す ばあい
 日本に来て、江戸川区に住む場合
- 江戸川区以外のところから江戸川区
 に引越してきた場合(転入届)
 ひっこ ばあい てんにゅうとどけ
 江戸川区以外から江戸川区に引越してきた場合
- 江戸川区でないとところに引越しをする
 場合(転出届)
 ばあい てんしゅうとどけ
 江戸川区でないとところに引越しをする場合
- 江戸川区内で引越しをする場合
 (転居届)
 えどがわくない ひっこ ばあい
 江戸川区内で引越しをする場合
- 中長期在留者になった場合
 ちゅうちやうきざいりゅうしゃ ばあい
 中長期在留者になった場合

てつづ ざいりゅう
 手続きには在留カード、パスポートなど
 が必要です。くわしくは2次元コードか
 らたしかめてください。

こせき しやうしやうとどけ しぼうとどけ こんいんとどけ りこんとどけ
 ● 戸籍(出生届・死亡届・婚姻届・離婚届)

つぎ くやくしや かくじむしや てつづ
 次のときは、区役所や各事務所で手続
 きしてください。

- 子どもが生まれた場合(出生届)
 こ う ばあい しやうしやうとどけ
 子どもが生まれた場合
- 日本に住む家族が死んでしまった
 場合(死亡届)
 にほん す かぞく し ばあい しぼうとどけ
 日本に住む家族が死んでしまった場合
- 日本で結婚する場合(婚姻届)
 にほん りこん ばあい りこんとどけ
 日本で結婚する場合
- 日本で離婚する場合(離婚届)
 にほん りこん ばあい りこんとどけ
 日本で離婚する場合

てつづ いっしや ひつよう
 手続きには、パスポートと一緒に必要に
 なる書類があります。くわしくは、2次元
 コードからたしかめてください。

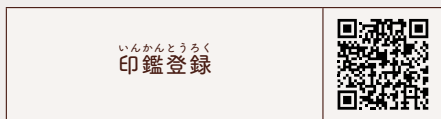
こせき
戸籍じゅうみんとうろく
住民登録

● 印鑑証明(何か契約したりする場合に必要となります)

区市町村などの役所に登録した印鑑を実印とよびます。

実印を登録したい時や、実印の証明書が必要な場合は、区役所や各事務所で手続きをしてください。

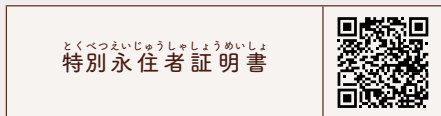
手続きには、登録する印鑑と在留カードまたは特別永住者証明書が必要です。くわしくは、2次元コードからたしかめてください。



● 特別永住者証明書

特別永住者証明書の手続きは、区役所や各事務所でします。手続きには特別永住者証明書、パスポートなどが必要です。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。



住民登録・戸籍・印鑑登録・特別永住者証明書の問い合わせ先

区民課 戸籍住民係

☎ 03-5662-0591

小松川事務所 戸籍住民係

☎ 03-3683-5184

葛西事務所 戸籍住民係

☎ 03-3688-0437

小岩事務所 戸籍住民係

☎ 03-3657-7837

東部事務所 戸籍住民係

☎ 03-3679-1125

鹿骨事務所 戸籍住民係

☎ 03-3678-6115

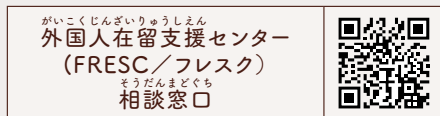
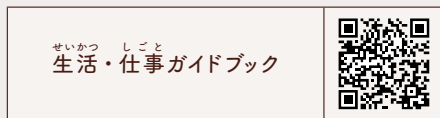
● 在留カード

在留カードに関わる、住所が変わる以外の手続きについては、すべて出入国在留管理庁で行います。

お問い合わせ

外国人在留総合インフォメーションセンター

☎ 0570-013904



● マイナンバーカード

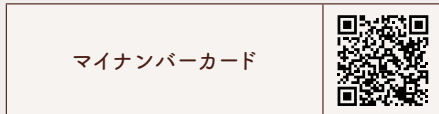
マイナンバーカードは、個人番号（マイナンバー）が記載されたカードです。国税電子申告・納税システムなど、電子申請することができます。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

とあ 問い合わせ

えどがわく
江戸川区マイナンバーコールセンター

☎ 03-5662-9200



● 医療保険（病気などで病院に行くときの保険）・年金（老後にお金をもらうため）

① 医療保険（国民健康保険・後期高齢者医療制度）

医療保険は、安心して医療が受けられるように、住民登録しているすべての人が加入します。くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

ほけんりょう かん と あ 保険料に関する問い合わせ

いりょうほけんねんきんか こくみんけんこうほけんしかくがかり
医療保険年金課 国民健康保険資格係

☎ 03-5662-0560

きゅうふ かん と あ 給付に関する問い合わせ

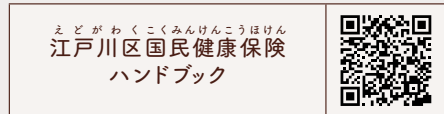
いりょうほけんねんきんか こくみんけんこうほけんきゅうふがかり
医療保険年金課 国民健康保険給付係

☎ 03-5662-8053

しほら かん と あ 支払いに関する問い合わせ

いりょうほけんねんきんか しゅうのうがかり
医療保険年金課 収納係

☎ 03-5662-0795



こうきこうれいしゃいりょうせいど かん と あ 後期高齢者医療制度に関する問い合わせ

いりょうほけんねんきんか こうれいしゃいりょうがかり
医療保険年金課 高齢者医療係

☎ 03-5662-1415

② 国民年金

国民年金は、老後のくらしや、病気・けがで障害が残ったときなど、安心して生活ができるようになるためのものです。

くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

とあ 問い合わせ

いりょうほけんねんきんか こくみんねんきんがかり
医療保険年金課 国民年金係

☎ 03-5662-0574

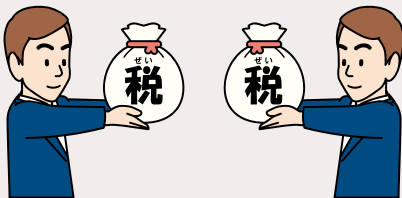


ぜいきん じゅうみんぜい くない す いってい
 ◎税金〔住民税(区内に住んでいて一定
 しゅうにゅう あるひと けいじどうしゃぜい
 の収入がある人がはらう)・軽自動車税
 (けいじどうしゃ もひと
 (軽自動車を持っている人がはらう))〕

がいこくじん にほんじん ぜいきん
 外国人も、日本人もいろいろな税金を
 はらわなければなりません。

くわしくは、2次元コードからたしかめて
 ください。

とうきょうとたぶんかきょうせい
 東京都多文化共生
 ポータルサイト



じゅうみんぜい かぜいがく かん と あ
 住民税の課税額に関する問い合わせ
 課税課 ☎ 03-5662-1008

けいじどうしゃぜい かん と あ
 軽自動車税に関する問い合わせ
 課税課 ☎ 03-5662-1007

ぜいきん しはら かん と あ
 税金の支払いに関する問い合わせ
 のうぜいか
 納税課 ☎ 03-5662-1013

じょうききさい ぜいきん
 上記記載の税金



かくていしんこく かん と
 確定申告に関する問い合わせ
 えどがわきたぜいむしょ
 江戸川北税務署 ☎ 03-3683-4281
 えどがわみなみぜいむしょ
 江戸川南税務署 ☎ 03-5658-9311

かくていしんこく
 確定申告



せいかつ かん じょうほう

生活に関する情報

でんき

電気

とうきょうでんりょく

東京電力 カスタマーセンター

☎ 0120-995-001



ガス

とうきょう

きやくさま

東京ガス お客様センター

☎ 03-3344-9100



すいどう

水道

とうきょうとすいどうきょく

きやくさま

東京都水道局 お客様センター

☎ 03-5326-1101



ゆうびん

郵便

にほんゆうびん

きやくさま

そうだん

日本郵便 お客様サービス相談センター

☎ 0120-23-28-86 (家の電話から)

☎ 0570-046-666 (携帯から)

☎ 0570-046-111 (英語)



ゆうびん

郵便ポスト

ゆうびん

おく

きって

郵便を送るときは、切手を

はって赤いポストに入れます。

ぎんこうこうざ つく

銀行口座を作る

ぎんこうこうざ つく

ひつよう

銀行口座を作るために必要なもの

① パスポート

② 在留カード

③ 印鑑 (印鑑の代わりにサインでもOK)

※ 必要な物や審査条件は、金融

機関でちがいます。

いんかん

印鑑 (「ハンコとも言う」) って

なんですか？

がいこく

けいやく

外国では契約のときにサインをし

ますが、日本では「印鑑」を使

います。印鑑にはいろいろな種類

があり、お店やインターネットで売

ています。



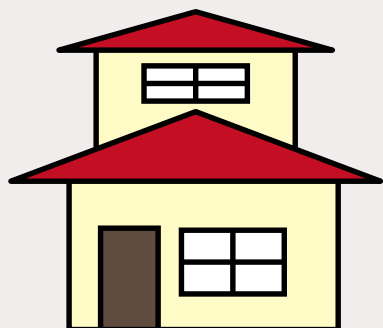
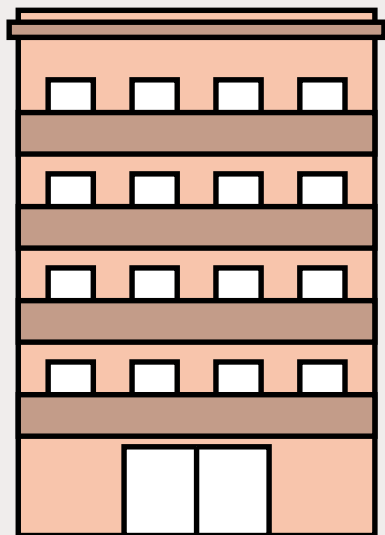
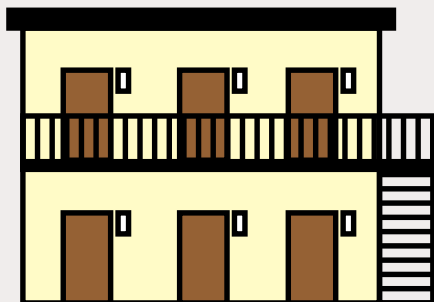
Silva

シウバ

詩白

しうば

住居の種類(住んでいる建物の種類)



● 民間住宅

大家(家を貸す人)から借りる家です。

● 公営住宅

東京都や江戸川区などが貸す家です。

- お金(かね)があまりない人(ひと)でも、安く(やす)借り(か)ることができます。
- 借り(か)るためには、ルールがいろいろあります。

都営・区営住宅



● UR賃貸住宅

「UR都市機構」が貸す家です。ルールがいろいろありますが、外国人(がいこくじん)も借り(か)ることができます。

「UR都市機構」で相談(そうだん)することができます。

● 持ち家

自分(じぶん)が買った家(いえ)です。

住む家のさがし方から住むまでの流れ

①条件を決める

住みたい地域、家の広さ、住むのに
かかるお金など

②情報を収集する

インターネットで調べる、外国人向
けの本で調べる

③不動産屋に行く

部屋を見て住みたい家を決めて申込
をする

④契約までの流れ

住むための審査⇒契約⇒住む

⑤住むために

かぎの引きわたし、引っ越し、電気・
水道・ガスの申込み、住所変更の
手続きなど

※家を借りるときには、いろいろなル
ールがあります。右の2次元コードでた
しかめてください。

●部屋探しのガイドブック

(出典：国土交通省ウェブサイト)

にほんご 日本語 — JAPANESE —	
-----------------------------	--

えいご 英語 — ENGLISH —	
--------------------------	--

ちゅうごくご 中国語 — CHINESE —	
------------------------------	--

かんこくご 韓国語 — KOREAN —	
----------------------------	--

スペイン語 — SPANISH —	
----------------------	--

ポルトガル語 — PORTUGUESE —	
--------------------------	--

ベトナム語 — VIETNAMESE —	
-------------------------	---

ネパール語 — NEPALI —	
---------------------	--

タイ語 — THAI —	
-----------------	--

インドネシア語
—INDONESIAN—



ミャンマー語
—MYANMAR—



カンボジア語
—KHMER—



タガログ語
—TAGALOG—



モンゴル語
—MONGOLIAN—



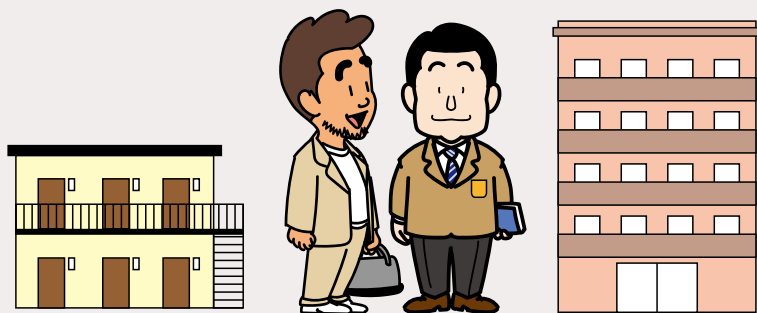
- 『外国人のための賃貸住宅入居の手引き』には、家を借りるときに役に立つことが書いてあります。外国語で話せる不動産屋のウェブサイトも書いてあります。

外国人のための
賃貸住宅入居の手引き
(出典：国土交通省ウェブサイト)



- 外国人が借りることができる家の情報を調べることができます。

セーフティネット住宅
(出典：国土交通省ウェブサイト)



家をさがすときによく見たり聞いたりすることば

● 不動産屋

家を借りた人（ふどうさんや）や家を売りたい人（いえ）にいろいろな家を紹介する店（しょうかい）です。家をさがすとき（い）に行き（き）ます。

● 大家

家を貸す人（おおや）です。分からないことがあったら、聞（き）きます。「おおやさん」とよびます。

● 家賃（賃料）

家を借りたとき（いえ）に毎月（まいつき）はらうお金（かね）です。

● 連帯保証人

家を借りた人（いえ）が家を借りたお金（かね）をはらうことができないとき（い）などに、代わり（か）にお金（かね）をはらう人（ひと）です。

● 敷金（保証金）

家を借りるとき（いえ）にはらうお金（かね）です。1か月（げつ）から2か月の家（いえ）を借りたお金（かね）と同じくらい（おな）のお金（かね）をはらいます。家を借りた人（いえ）が家を借りたお金（かね）をはらうことができないとき（い）や、借りた家（いえ）を返したあと（かえ）、家を貸す人（か）が家のこわれたところ（な）や、きたなくな（つか）ったところ（な）を直すため（つか）などに使（つか）います。引（ひ）っこすとき（い）、大家（おおや）が使（つか）わなかったお金（かね）は返（かえ）してくれます。

● 礼金

借り（か）の家（いえ）が決（き）まったとき（い）、家（いえ）を借り（か）る人（ひと）はらうお礼（れい）のお金（かね）です。1か月（げつ）から2か月の家（いえ）を借り（か）たお金（かね）と同じくらい（おな）のお金（かね）をはらいます。

● 仲介手数料

家を借り（か）るとき（い）、あなた（い）に家（いえ）をお知らせ（し）した不動産屋（ふどうさん）にはらうお礼（れい）（かね）です。

● 管理費（共益費）

アパート（あ）やマンション（まん）でみんな（みんな）が使（つか）うもの（もの）にはらうお礼（れい）（かね）です。住（す）んでいる人（ひと）からお金（かね）をもら（もら）って、階（かい）段（だ）など（な）、みんな（みんな）で使（つか）うところ（ところ）をきれい（きれい）にし（し）たり電（でん）気（き）代（だい）のため（ため）に使（つか）います。

● 更新料

賃貸（ちんたい）契約（けいやく）（家（いえ）を貸（か）す人（ひと）と借り（か）る人（ひと）の約（やく）束（そく）期間（きかん））が終（お）わって（お）も、そのま（ま）ま同（おな）じ家（いえ）に住（す）むとき（い）、家賃（か）以外（い）にはらうお礼（れい）（かね）です。

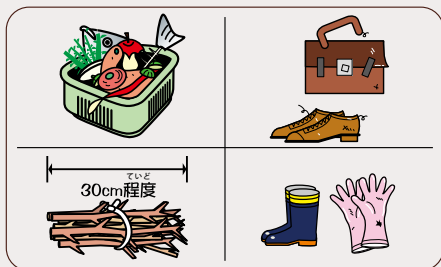


ごみの分け方・出し方

家で出るごみは、燃やすごみと燃やさないごみ、資源に分けて出します。集める日は住むところで決まっています。資源とごみは決められた曜日の朝8時までに出示します。くわしいことは、「資源とごみの出し方基本ルール」パンフレットを見てください。

●燃やすごみ

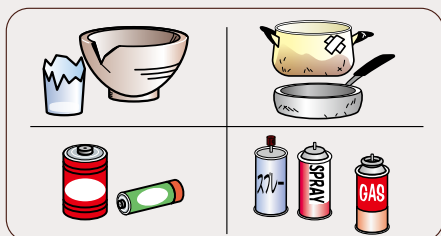
[ごみ容器または中身の見える透明・半透明のふくろにまとめて入れて出してください]



生ごみ・紙くず・紙おむつ(汚物を取りのぞく)・服・サラダ油など(紙や布にしみこませるか固めて出してください)・木のえだ、草花(長さ30cmくらいに切ってまとめてください)・プラマークのあるよごれているもの、銀色の部分があるもの・プラマークのないプラスチック・ゴム皮革

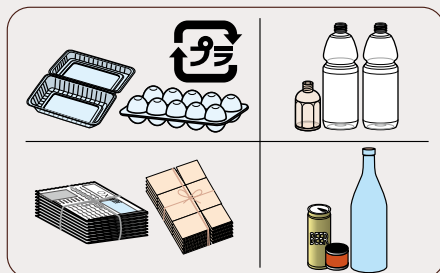
●燃やさないごみ

[ごみ容器または中身の見える透明・半透明のふくろにまとめて入れて出してください]



プラスチックがはぜせない金属・30cmまでの小さい家電・陶磁器(お皿など)・ガラス・刃物類(包丁・ナイフなど)・金属類(鉄など)・乾電池・スプレーかん・ライター(必ず中身を使い切って、他のごみとは別に出してください)・電球・蛍光灯(紙のケースにに入れてください)

●資源



♻️・資源となる容器包装プラスチック

[ごみ容器または中身の見える透明・半透明のふくろにまとめて入れて出してください]

(プラマークの表示があり、よごれや銀色部分がないもの)

カップ容器・プラスチックのキャップ類・ボトル容器・トレイ・パック容器・保護材・レジぶくろ・外ぶくろ・ラベルなど

♻️・ペットボトル

[ペットボトルネット(緑)に入れて出してください]

(ペットマークのついている飲み物などのペットボトル)

ジュース・お茶・スポーツドリンク・お酒・しょう油・つゆ・みりんなど

・びん

[黄色のコンテナに入れて出してください]

(飲み物用・食べ物用のガラスびん)

ジュース・お酒・ワインなどの飲み物用のびん、ジャム・調味料などの食べ物用のびん

かん
・缶
あおいろ い だ
[青色のコンテナに入れて出してください]
の ものよう た ものよう
(飲み物用・食べ物用のアルミかん、スチールかん)
ジュース・ビールなどの飲み物用のかん・
お茶・のり・クッキーなどの食べ物用のかん
こし
・古紙

だ
[それぞれひもでしばって出してください]
しんぶん おりこみ ざっしほん ざつ
(新聞(折込チラシふくむ)・雑誌(本など)・雑
がみ だん かみ うちがわ しらいろ
がみ・段ボール・紙パック(内側が白色))

とあ 問い合わせ

こいわせいそうじむしょ ☎03-3673-2551

(小岩・東部・鹿骨事務所管内)

かさいせいそうじむしょ ☎03-3687-3896

(葛西事務所管内)

こまつがわせいそうぶんしつ ☎03-3684-6060

(小松川事務所・区民課管内)

せいそうか しょうむがかり
清掃課 庶務係 ☎03-5662-4387

せいそうか せいそうじぎょうがかり
清掃課 清掃事業係 ☎03-5662-8434

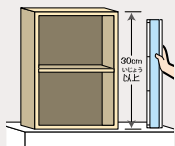
せいそうか しげんじゅんかんすいしんがかり
清掃課 資源循環推進係 ☎03-5662-1689

ごみ・リサイクル



そだい だ かた ●粗大ごみの出し方

そだい かてい で いっぺん
粗大ごみとは、家庭から出る一辺の
なが おお そだい
長さが30cmより大きいごみです。粗大
ごみを捨てる場合、お金がかかり、申
し込みが必要。電話またはイン
ターネットから申し込んでください。



そだい うけつけ 粗大ごみ受付センター

☎03-6744-5700

うけつけじかん げつようび どようび
受付時間：月曜日から土曜日

8時～19時(年末年始除く)

ホームページでの受付は24時間

(年末年始除く)

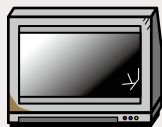
そだい うけつけ
粗大ごみ受付センター



か でん す かた ●家電の捨て方

エアコン、テレビ、洗濯機、冷蔵庫は、
りょうきんなど かね しはら
リサイクル料金等のお金の支払いが
ひつよう
必要です。

でんわ もう こ
電話またはインターネットで申し込みます。



か でん うけつけ 家電リサイクル受付センター

☎0570-087200

うけつけじかん げつようび きんようび
受付時間：月曜日から金曜日

9時～17時

(祝日・年末年始を除く)

か でん
家電リサイクル
受付センター



くらしのマナー

● 借りる家をさがす時に気をつけること

- ① 自分が借りた家に、他の人を住まわせることはできません。
- ② アパートでは、ペットと住めないことが多いです。契約の時にたしかめましょう。

※ わからないことがあったら、何でも不動産屋さんや不動産屋さんに聞いてみましょう。

● 生活で気をつけること

- ① 日本人は、住んでいる近くの人とのつながりを大切にします。普段から住んでいる近くの人にあいさつをしましょう。
- ② 日本のかべはうすいので、アパートでは大きな音を出さないようにしましょう(大きな声、テレビの音、音楽など)。

外でもさわぎません。住んでいる近くの人たちにのめいわくになりますので、気をつけましょう。

- ③ 部屋の外(みんなで使う場所)に物を置いてはいけません。

- ④ 日本の家では、入り口でくつをぬぎます。

- ⑤ 部屋はきれいに使いましょう。

- 台所の水が流れるところに食べ物や油などを流してはいけません。
- 壁紙をはがしたり、くぎを打ったり、ペンキをぬったりしてはいけません。元にもどすために、たくさんのお金をはらいます。



町会・自治会に入ろう

にほん ちいき ちょうかい じちかい
日本の地域には、町会や自治会があり
ます。みんなのまちを安全で住みやすく
するために、いろいろなことをします。
※入るにはお金がかかります。

ちょうかい はい
町会に入ると、どんな良い事があるの？

- さいがい とき たす あ
災害がおきた時に助け合うことができます。
- ちか ひと なかま はんざい
近くの人たちと仲間になることで犯罪
の少ないまちになります。
- ごみ すく
ごみの少ないきれいなまちをつくるこ
とができます。

たの さんか
●みんなで楽しめるイベントに参加でき
ます。

す ちいき せいかつ
●住んでいる地域のいろいろな生活
情報を早く知ることができます。

ちょうかい じちかい はい ちか
ぜひ、あなたも町会・自治会に入り、近
くに住む仲間として協力してください。

ちょうかい じちかい はい
町会・自治会に入ろう



くに がちがうと生活する決まりもちがう

にほん

日本のあいさつ

あさ

朝 おはようございます

ひる

昼 こんにちは

よる

夜 こんにちは

- とも 友だちでは、ハグ(Hug)やキス(Kiss)はあまりしません。
- あくしゅ あいて 握手は相手がしてきます。
- はたら な かま ボディータッチは、働いている仲間どうしはしません。

【お辞儀(日本式あいさつ)の種類】



えしやく あたま さ
会釈(頭を下げる)

からだ ど かくど かる
体を15度の角度にたおします。軽い
いちれい みち ちが とき つか
一礼。道などですれ違う時などに使います。



けいれい にほんしき
敬礼(日本式あいさつ)

からだ ど かくど
体を30度の角度にたおします。
おお 多くのシーンでもっとも使うお辞儀です。



さいけいれい にほんしき
最敬礼(日本式あいさつ)

からだ ど かくど
体を45度の角度にたおします。
とても さい じき
とても丁寧なお辞儀。
ふか かんしゃ やあやまるなどの とき つか
深い感謝やあやまるなどの時に使います。

じ かん やくそく まも

時間や約束を守ろう

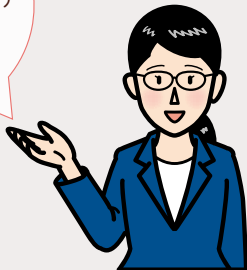
でんしゃ じ かん く にほんじん
電車が時間どおりに来るように、日本人
は時間を守ります。時間を守ることをあ
たりまえのことと考えているからです。
がっこう し ごと ば じ かん
学校や仕事場では、時間におくると
信用をなくすことになります。どうしても
おくれるときは連絡をしましょう。

ひとづ あ

人付き合い

にほん としうえ ひと けいけん なが ひと
日本では、年上の人や経験の長い人を
「社会により長く貢献してきた人」とし
て、わかい人や経験の少ない人よりも
大切にすることがあります。学校などの
ば とも うえ ひと ていねい ことば
場でも、年が上の人には丁寧な言葉を
使いましょう。また、初めて会う人とはあ
まりフレンドリーにしないで、付き合うこ
とがあります。「知り合い」「友だち」とい
う流れがあって、本当のきもちを言い合
えるまでの関係になるには、時間がかか
ります。周りの人と合わせることを大切に
する日本人は、言い争いをあまりしな
いようにすることが多いです。

にほん
日本のことわざに「親しき
なか
中にも礼儀あり」という
ことば
言葉があります。



ひょうげん ちゅうい

はっきりしない表現に注意しよう

にほんじん じぶん あらわ
日本人は自分を表すときに、イエスか
ノーかをはっきり言わず、顔色や会話の
様子からおたがいの気持ちを感じ合う
ことが多くあります。「いいです」「結構
です」「大丈夫です」など正反対の
意味にとれる言葉は、日本人でもむず
かしいことがあります。
また、相手との意見の争いをさけるた
め、自分の思ったことをはっきり言わず、
自分の意見をなんとなく伝えることもあ
ります。分からないときは、その場でたし
かめましょう。

にほん
日本では、ハッキリ
自分の意見を言うより
も「～した方がよいの
では」というやさしい
言いかたの方が好か
れます。



にほん ふろ 日本のお風呂

にほん こうしゅうよくじょう せんとく
日本には、公衆浴場として「銭湯」や
「温泉」があります。江戸川区には
銭湯がたくさんあります。(15ページで
「銭湯」を紹介しています)

せんとく はい かた 銭湯の入り方

- いりぐち
● 入口でくつをぬぎ、くつ入れに入れ、
かぎをかけます。
- うけつけ ぼんたい かね
● 受付(番台やフロント)でお金をはらい
ます。
- だついじょ ふく あ
● 脱衣所(服をぬぐところ)にある、空いて
いるロッカーにぬいだ服を入れます。

えどがわく よくじょうじょうほう ◎ 江戸川区の浴場情報

ゆ えどがわ
湯り江戸川
えどがわくよくじょうくみあい
(江戸川区浴場組合HP)

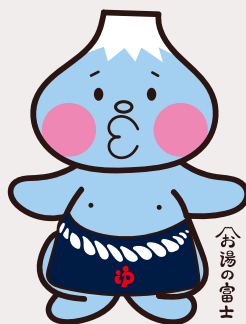


にゅうよく

入浴のマナー

- バスタブに入る前に、体をあらいます。
みんなで入るバスタブを、きれいに使
うためです。
- シャワーの水やせっけんのあわが、周り
の人にかからないよう気を付けましょう。
- 使ったオケやイスはきれいなお湯で
流しましょう。
- バスタブにタオルを入れてはいけませ
ん。
- 長いかみのけは、まとめましょう。
- 体をよくふいてから、脱衣所(服をぬ
いだところ)にもどりましょう。
- 洗面台やドライヤーは、仲良く使いま
しょう。

せんとく まも
銭湯のルールを守って、
きもちよく りよう
気持ちよく利用しましょう。



えどがわ せんとく
おうえん 銭湯
応援キャラクター
「お湯の富士」

お湯の富士



PLEASE ENJOY! SENTO

日本の銭湯を楽しむっすう～

Take your shoes off and Put them into the shoe locker.

靴を脱ぎ、下駄箱に入れるっすう～。



STEP 1

Pay the entrance fee.

入浴料金を払うっすう～。



STEP 2

Find a vacant locker and get completely undressed.

Be careful not to lose the locker key.

空いているロッカーを探し服を脱ぐっすう～。
ロッカーの鍵を失くさないよう気をつけるっすう～。



STEP 3

Bring a towel to wash your body and head to the bathing area.

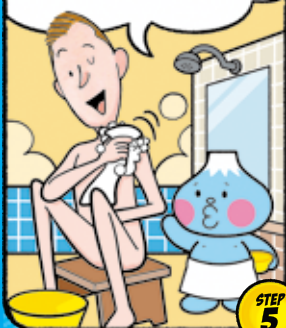
体を洗うタオルを持って浴室に向かうっすう～。



STEP 4

Get a bucket and a chair ready and wash your body.

桶と椅子を揃え、体を洗うっすう～。



STEP 5

Soak in the bath! Look at the Enjoy the bathhouse walls and get relaxed!

湯船につかるっすう～! 銭湯画を眺めて
ゆっくりリラックスするっすう～!



STEP 6



TOWELS タオルの販売

Towels are available for purchase at the front counter.
浴場ではタオルの販売をしています。
購入ご希望の方は受付窓口にお越しください。

BODY WASH / SHAMPOO ボディウォッシュ / シャンプー

Shampoo is put in the public bath.
Please use it freely. Except for some of the public baths.
区内浴場ではボディソープ・シャンプーを設置しています。ご自由にご利用ください。 ※一部浴場を除く

ENTRANCE FEE 入浴料金のご案内

Adult 大人	Elementary school children 小学生	Preschoolers 保育園児
550円	200円	100円



公衆浴場業生活衛生同業組合 江戸川支部 <http://www.oyunofuji1010.com>



にほん しょくじ 日本の食事マナー

ちゃ うつわ て も 茶わんや器を手で持つ

日本では、ご飯が入った茶わんやみそ汁のおわんは、手で持って食べます。食器をテーブルに置いたまま、口を料理に近づけて食べることは、マナーが悪いこととなります。日本食や日本食以外の食べ物でも大きいお皿は、持たずに食べます。

おはしのマナー

よくないマナーの例

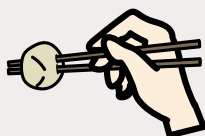
● 握りばし

二本のおはしをにぎって食べること。



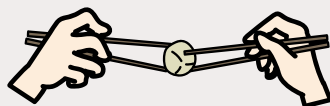
● 突きばし・さしばし

食べ物におはしをつきさして食べること。



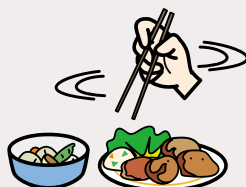
● 合わせばし・はしわたし

他の人のおはしから自分のおはしへ料理をわたすこと。



● まよいばし

どの食べ物を食べようかまよい、おはしをあちこち動かすこと。



● よせばし

おはしで食器を自分の方に引きよせること。



めんるい た かた 麺類の食べ方

日本では、そばやうどん、ラーメンなどの麺類は音を立てて食べますが、スパゲティは音を立てて食べません。



こうつう

交通



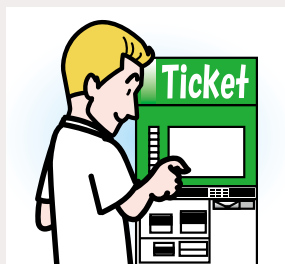
でんしゃ

電車

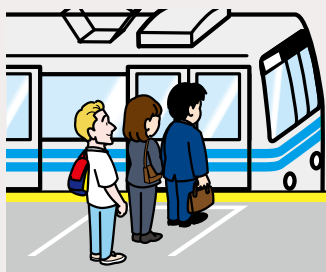
とうきょう こうつう じかん せいかく
東京の交通は時間に正確で、どこに
い べんり でんしゃ
行くにも便利です。電車・バスには、
ていきけん まいにちおな でんしゃ の
定期券（毎日同じ電車やバスに乗るときに
やす か とく いちにちじょうしゃけん いちにち
安く買える）やお得な一日乗車券（一日
なんど の
何度も乗れる）もあります。

● 乗り方

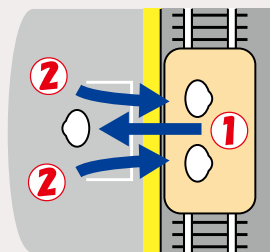
- 行きたいところまでの切符を買います
（ICカードを持っている場合はそのまま
改札へ）。



- 駅のホームでは列にならんで待ちます。



- 電車に乗るときはおりの人が先です。



- 電車の中ではマナーを守ります。

● 電車内でのマナー

- スマートフォン・携帯電話は音が出ないようにし、電話での会話はしません。



- 大きな声で話しません。



- 電車の中で物を食べません。



● 優先席

優先席
Priority Seat

電車やバスの中には、優先席があります。お年寄り、けがや病気の人、赤ちゃんと一緒に、おなかの中に赤ちゃんがいる人が優先して利用します。優先席の近くでは、人がたくさんいるときには携帯電話の電源を切りましょう。

- マタニティマーク



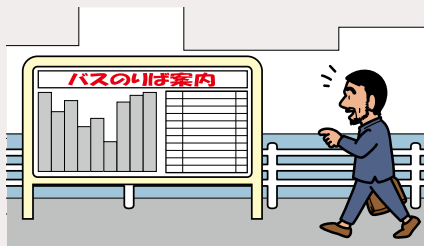
妊娠中の女性が周りに気配りをよびかけるために身につけるマーク

● 女性専用車両

女性専用車
Women Only

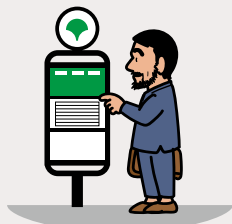
電車内での迷惑行為を予防し、安心して乗車できるよう、女性専用車があります。女性専用車は、小学校6年生以下の子どもや体の不自由な方、その介助者の男性も乗ることができます。

バス

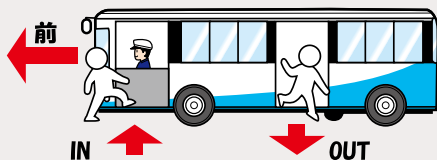


● の 乗り方

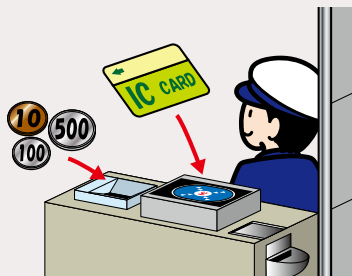
- 行きたいところへ向かうバス停で
ならんで待ちます。



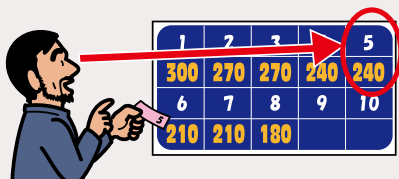
- バスの正面の上のところに、バスの
行き先が書かれています。
東京23区内のバスは、前から乗っ
て、後ろのドアからおります。



- 乗車したら、運賃を先払います。



- 乗るお金は、乗るときにはらう場合
と、乗ってからおりるところまでの長
さではらうお金がふえる場合があり
ます (ICカードがあると楽です)。



- おりるバス停に近づいたら近くに
あるブザーをおします。



タクシー

● の 乗り方

- 駅やホテルにあるタクシーに乗るところに行きます。



- タクシーが着いたら、後ろの席に乗りましょう。ドアが自動なので、自分で開けなくても大丈夫です。

- 大きな荷物は、トランクに入れることができます。大きな荷物がある場合は、運転手に一声かけてください。

- タクシーに乗ったら、シートベルトをしましょう。



- 運転手に行きたいところを言います（外国語が話せる運転手は少ないので、日本語があまり話せない人は、行きたいところがわかる物を運転手にわたしましょう）。



- 行きたいところに着いたら運転手にお金をはらいます。

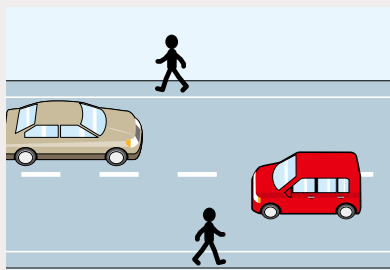


★ 22:00～5:00までは、はらうお金が20%ふえます。

★ チップは要りません。

歩き方

- 歩道（人が歩くための道）を歩きます。
- 歩道がないところでは、道の右側を歩きます。

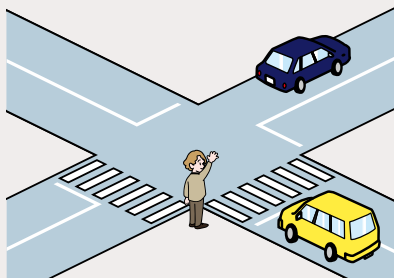


- 道をわたるときは、信号があるところや横断歩道などをわたります。
- 横断禁止マークがあるところをわたってはいけません。

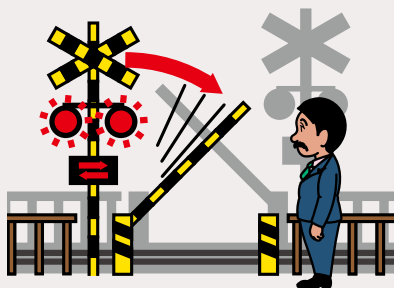


〈横断禁止マーク〉

- 横断歩道では、手をあげたり、車やオートバイを運転している人を見たりして、運転手に横断歩道をわたることを知らせます。それから、道が安全かどうかをたしかめてからわたります。

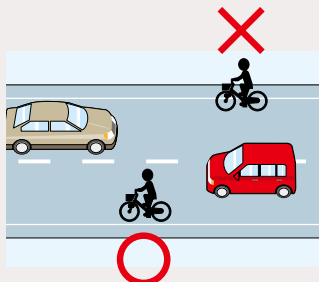


- 道をわたっているときも、車やオートバイが来ないか、よく見ます。
- 電車の踏切では、カンカンと音がしているときや、遮断機（黄色と黒のバー）が下り始めたときはわたってはいけません。

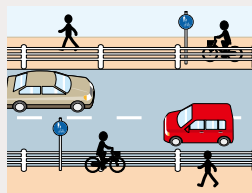


自転車

じてんしゃ ほうりつ くるま おな
●自転車は法律では車と同じです。



- 絵のように、車道(車が通るための道)の左はしを走ります。



↑このマークがある道は、自転車では歩道を走れます。

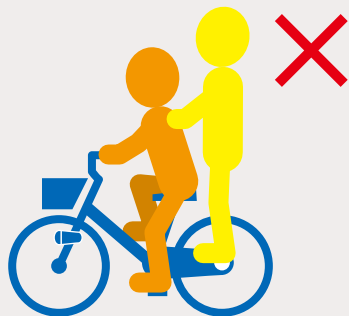
- すぐ止まることができるようにゆっくり走ります。
- 歩いている人のじゃまにならないように、自転車をおりたり、止まったりします。

[歩道を自転車ですることができる場合]

- 12歳以下の子どもや70歳以上の高齢者、身体の不自由な人。
- 車道を安全に走ることができないとき。

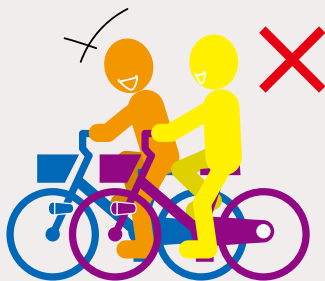
自転車に乗るときのルール

- 1台の自転車に2人で乗ってはいけません。

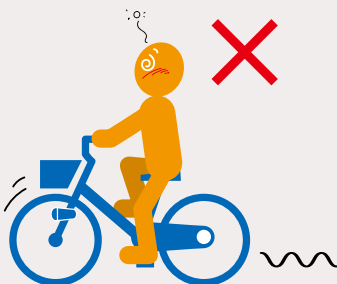


※幼児(小学生になるまで)を乗せるときは、子ども用のいすがある自転車を使いましょう。

- 他の自転車と横にならんで走ってはいけません。



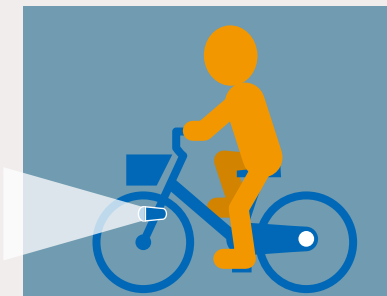
- お酒を飲んだときは、自転車に乗ってはいけません。



- かたて うんてん あぶ かたて
●片手運転は危ないです。片手でか
さをさしたり、スマートフォン・携帯
でんわ つか うんてん
電話を使ったりしながら運転しては
いけません。



- よる くら
●夜など、暗くなったらライトをつけな
ければなりません。



- じてんしゃ の とき
●自転車に乗る時はみんなヘルメット
を着けるようにしましょう。



じてんしゃ

じてんしゃ

自転車ナビマーク・自転車ナビライン



自転車ナビマーク



自転車ナビライン

じてんしゃ じてんしゃ かたち
自転車ナビマーク・自転車ナビラインの形
じてんしゃ はし すす ほうこう おし
自転車が走るところや進む方向を教え

てくれるものです。
じてんしゃ やじるし む すす
自転車は、矢印の向きに進んでくださ
い(逆向きには走れません)。自転車ナビ
マーク・自転車ナビラインは、自転車
に、通行する位置と進む方向をわかり
やすく知らせるためのものです。
あたら こうつうほうほう ばっそく き どうろ
新しい交通方法や罰則を決めた道路
標示ではありません。

えどがわく

江戸川区レンタサイクル(eサイクル)

えどがわく ない しゅ えき ちか ちゅうりんじょう
江戸川区11か所の駅の近くの駐輪場
にレンタサイクルがあります。利用する
お金 は、普通自転車は1日210円、
電動アシスト自転車は1日340円で、
えき ちか ちゅうりんじょう
駅の近くの駐輪場のどこでも借りたり・
返したりできます。レンタサイクル利用
とうろくしゅう はじ とうろく
登録証をつくるため、初めての登録に
ざいりゅう うんてんめんきょしゅう みぶん
は在留カードや運転免許証などの身分
しょうめいしょ も
証明書を持ってきてください。

えどがわく

江戸川区レンタサイクル(eサイクル)

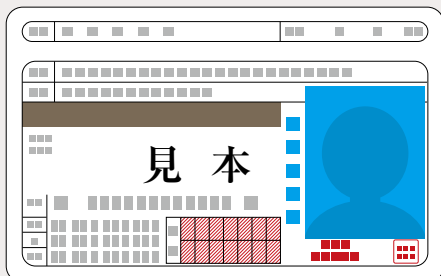
りようあんない
利用案内チラシ



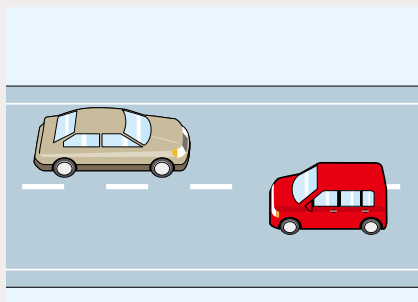
車

●運転するとき

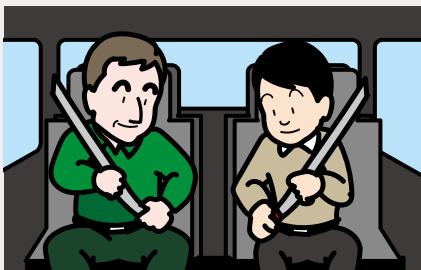
- 運転免許証が必要です。



- 運転免許証を持っていないとき（家に忘れたときなど）は、運転してはいけません。
- 道の左側を走ります。歩いている人や自転車の近くでは、ゆっくり走ります。



- 運転する人も、一緒に乗る人も、みんなシートベルトをしなければなりません。



- 車やオートバイを運転しているときは、スマートフォン・携帯電話を使ってはけません。



●お酒を飲んだとき



- 運転してはいけません。
- お酒を飲んだ人に車やオートバイを貸したり、運転をお願いしてはいけません。
- これから運転する人に「お酒をどうぞ」とすすめてもいけません。



おも びょういん しゅるい

主な病院の種類

内 科	からだ なか びょうき 体の中の病気(かぜなど)を なお 治します。
外 科	けが なお しゅじゅつ けがを治したり、 手術をしったりします。
小 児 科	あか こ びょうき 赤ちゃんや子どもの病気を なお 治します。
整 形 外 科	ほね かんせつ きんにく ほね、関節、筋肉などを なお 治します。
眼 科	め びょうき なお 目の病気を治します。
歯 科	は なお 歯を治します。
産 婦 人 科	おんな ひと びょうき なお 女の人になる病気を治したり、 あか う 赤ちゃんを産んだりします。

病気や怪我をしたときの相談

- え ど が わ く し か い し か い きゅうじつしかおうきゅう
 ● 江戸川区医療相談窓口
 くない しんりょうじょ し か せじゅつじょ
 区内の診療所、歯科、施術所について
 そうだん
 相談できます。

☎ 03-3671-1116

うけ つけ げつようび きんようび
 受 付：月曜日から金曜日
 しゅくじつ ねんまつねんし のぞ
 （祝日と年末年始を除く）

そうだんじかん
 相談時間：9時～16時

そうだんほうほう でんわ そうだん
 相談方法：電話による相談

らいしゅ ばあい じぜん よやく ひつよう
 ※ 来所の場合は事前に予約が必要です。

- きゅうじつしんりょう
 ● 休日診療テレホンセンター
 きゅうじつきゅうびょうとうばんい しょうかい
 区内の休日急病当番医を紹介します。

☎ 03-5667-7557

うけ つけ にちようびしゅくじつ
 受 付：日曜日、祝日
 がつ にち がつようか
 12月29日から1月4日
 あんないじかん
 案内時間：9時～17時

- え ど が わ く い し か い や か ん きゅうじつきゅうびょうしんりょうじょ
 ● 江戸川区医師会夜間・休日急病診療所
 ない か しょうじょにか か ん きゅうじつ
 内科・小児科に関する、夜間・休日
 おうきゅうしんりょう おこな
 の応急診療を行います。
 じゅう しょ え ど が わ く に し め ず え
 住 所：江戸川区西瑞江5-1-6
 え ど が わ く い し か い ち い き い り ェ ー
 江戸川区医師会地域医療
 し え ん
 支援センター1F

☎ 03-5667-7775

やかんしんりょう
 夜間診療：21時～翌日6時
 ねんじゅうむきゅう
 （年中無休）

きゅうじつしんりょう
 休日診療：9時～17時
 にちようび しゅくじつ がつ にち
 （日曜日、祝日、12月29日
 から1月4日）

- え ど が わ く し か い し か い きゅうじつしかおうきゅう
 ● 江戸川区歯科医師会休日歯科応急
 診療所

し か か ん きゅうじつ おうきゅうしんりょう おこな
 歯科に関する休日の応急診療を行

います。

じゅう しょ え ど が わ く ひがしこいわ
 住 所：江戸川区東小岩4-8-6
 え ど が わ く し か い し か い か ん ない
 江戸川区歯科医師会館内

☎ 03-3672-8215

しんりょうじかん
 診療時間：9時～17時

じぜん よやく ひつよう
 ※ 事前に予約が必要です。

- とうきょうとがいくじんかんじゃ む いりょうじょうほう
 ● 東京都外国人患者向け医療情報

サービス

がいくこくご しんりょう いりょうきかん に
 外国語で診療できる医療機関や日
 ほん いりょうせいど あんない
 本の医療制度について、案内してく
 れます。

☎ 03-5285-8181

うけつけじかん じ じ
 受付時間：9時～20時
 ねんじゅうむきゅう
 （年中無休）

えいご ちゅうごくご かんこくご ぎ
 英語、中国語、韓国語、タイ語、

スペイン語で対応可。

とない いりょうきかん ばしょ
 サイトでは、都内の医療機関の場所
 しんりょう ないよう じょうほう み
 や診療の内容などの情報を見ること
 ができます。

えいご ちゅうごくご かんこくご ほんやく か
 英語、中国語、韓国語に翻訳可。

くわしくは、2次元コードからたしか
 めてください。

とうきょうとがいくじんかんじゃ む
 東京都外国人患者向け
 いりょうじょうほう
 医療情報サービス



こくさいりょうじょうほう
●AMDA国際医療情報センター

電話で医療相談ができます。

☎03-6233-9266

うけつけ げつようび きんようび
受付：月曜日から金曜日

そうだんじかん じ
相談時間：10時～16時

しゅくじつ ねんまつねんし のぞ
(祝日と年末年始を除く)

こくさいりょうじょうほう
AMDA国際医療情報センター



いりょうきかん じゅしんほうほう
医療機関での受診方法

びょういん しんりょうじょ い
病院や診療所に行きます。

も
〈持っていくもの〉

- ほけんしょう けんこうほけんしょう しかく
●マイナ保険証・健康保険証・資格
かくにんしょ
確認書など
- しょうかいじょう ひつよう ばあい
●紹介状(必要な場合のみ)

ほけんしょう けんこうほけんしょう
受付でマイナ保険証・健康保険証・

しかく かくにんしょ だ
資格確認書などを出します。

しょうじょう かんたん せつめい
症状を簡単に説明します。

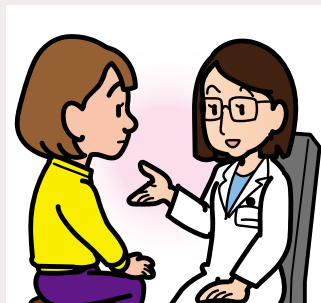
「おなかがいたい」

ねつ
「熱がある」など



なまえ まちあいしつ ま
名前がよばれるまで待合室で待ちます。

なまえ しんさつしつ はい しょうじょう
名前がよばれたら診察室に入り症状を
せつめい
くわしく説明します。



しんさつ お まちあいしつ ま
診察が終わったら、待合室で待ちます。

うけつけ なまえ かね
受付で名前をよばれたら、お金をはら
います。

しょうほうせん くすり じょうほう か かみ
処方箋(薬の情報が書いてある紙)をもら
います。

ちょうざいやっきょく い しょうほうせん み くすり
調剤薬局に行き、処方箋を見せて薬を
もらい、お金をはらいます。

からだの具合

● (参考) 病院でよく使われる日本語

にほんご 日本語	よかた 読み方	いみ 意味
ずつう 頭痛	Zutsu	あたま 頭がいたい
のどがいたい	Nodo ga itai	のどがいたい
せきで 咳が出る	Seki ga deru	せきと 咳が止まらない
めまい	Memai	めまわかん 目が回る感じ
どうき 動悸	Doki	しんぞうつよ 心臓が強く打つ
しびれ	Shibire	てあしかんかく 手や足の感覚がなくなる 状態
はなみずで 鼻水が出る	Hanamizu ga deru	はなみずで 鼻水が出る
はな 鼻づまり	Hanazumari	はな 鼻がつまっている
むねや 胸焼け	Muneyake	たものかん 食べた物がむねにつまる感じ
しょくよくふしん 食欲不振	Shokuyoku fushin	しょくよく 食欲がない
はけ 吐き気がする	Hakike ga suru	きもわる 気持ちが悪い
ふくつう 腹痛	Fukutsu	おなかがいたい
べんぴ 便秘	Benpi	みっかいじょうべんで 3日以上便が出ない
げり 下痢	Geri	おなかがいたい、 やわらかすぎる便 ^{べん} が出る
けつにょう 血尿	Ketsunyo	ち のように血がまざる
けつべん 血便	Ketsuben	べんち 便に血がまざる
かゆい	Kayui	からだをひっかきたい ^{かん} 感じ
め 目がいたい	Me ga itai	め 目がいたい
むくみ	Mukumi	かおてあし 顔、手、足などがふくらむ

にほんご 日本語	よかた 読み方	いみ 意味
ほっしん 発疹	Hosshin	ひふ 皮膚のかゆみや、あかい 赤い てんでん 点々などがおこること
はつねつ 発熱	Hatsunetsu	いつもより体温が高くなる たいおん たか
ぜんしんけんたい 全身倦怠	Zenshin Kentai	からだの全体がだるい ぜんたい
ふみん 不眠	Fumin	ねむることができない
いきぐる 息苦しい	Iki gurushii	こきゅう くる 呼吸が苦しい

くすり しゅるい

薬の種類

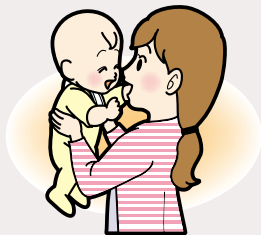
にほんご 日本語	よかた 読み方	いみ 意味
じょうざい 錠剤	Jozai	くすり いってい かたち の 薬を一定の形にして飲み やすくしたもの
げねつざい 解熱剤	Genetsuzai	たか たいおん さ 高い体温を下げるための くすり 薬
ちんつうざい 鎮痛剤	Chintsuzai	いたみをへらすくすり くすり
ざやく 坐薬	Zayaku	おしりのあなから入れる薬 い くすり
しょうどくやく 消毒薬	Shodokuyaku	しょうどく しょう くすり 消毒に使用する薬
うがい薬 ぐすり	Ugaigusuri	のどを消毒する薬 しょうどく くすり
なんこう 軟膏	Nanko	ぬり薬 ぐすり
てんがんやく 点眼薬	Tenganyaku	め い くすり 目に入れる薬
ないふくやく 内服薬	Naifukuyaku	くち の くすり 口から飲む薬
かゆみ止め ど	Kayumidome	かゆみを止める薬 と くすり
せきど 咳止め	Sekidome	せきを止める薬 と くすり
げりど 下痢止め	Geridome	おなかのいたみと べん と くすり やわらかすぎる便を止める薬

そうだん てつづ

さまざまな相談・手続き

子どもの手続き

- ① 妊娠（おなかの中に子どもがいる）・
出産（赤ちゃんを産んだ）



- 妊娠届（おなかの中に子どもがいる
ことがわかった時）や母子健康手帳
（親子健康手帳）について
- 子どもが生まれたとき
- 子どもの健康診断、予防接種
（注射）について

問い合わせ

けんこう
健康サポートセンター



- ② 手当（子どもに対してもらえるお金）・医療
費助成（子どもの医療費が無料になる）

- 子どもの医療費助成を受けたい
- 児童手当（子どもが中学校を卒業す
るまでもらえるお金）・乳児養育手当
（0さい児がもらえるお金）を受けたい
- ひとり親の手当、医療費助成を受け
たい
- くわしくは2次元コードからたしか
めてください。

じどうであて こ いりょうひじょせい
児童手当・子ども医療費助成・
ひとり親への支援



ほいくえん がっこう そうだん 保育園・学校の相談

- ① 保育園（0さいから小学校に入学するま

- での子どもをあずける）
- 子どもを保育園に通わせたい
 - 子どもを短い間あずけたい

問い合わせ

ほいく か ほいくがかり
保育課 保育係 ☎03-5662-0066

② 幼稚園

- 子どもを区立幼稚園(江戸川区が
やっている幼稚園で小学校入学までの
2年間)に通わせたい

問い合わせ

学務課 学事係 ☎03-5662-1624

- 子どもを私立幼稚園(3さい児から
小学校入学までの子どもをあずける)
に通わせたい

問い合わせ

子育て支援課 推進係

☎03-5662-1001

③ 認可外保育施設

- 子どもをインターナショナルスクー
ルの保育園に通わせたい場合、
直接、園に申しこみしてください。
- 江戸川区が決めた条件に当てはま
る場合、保育料の補助金を受ける
ことができます。

保育料補助金の問い合わせ

子育て支援課 施設利用給付係

☎03-5662-1012

④ 区立学校

- 子どもを小学校/中学校に入学さ
せたい
- 日本語学級(日本語を教えてくれる
学校)に通わせたい
(小学校4校、中学校2校)

問い合わせ

学務課 学事係 ☎03-5662-1624

入園・入学



こそだ そうだん

子育ての相談

子どもの健康や成長についての相談な
ど、子育てになやんだらお問合せくだ
さい。

健康サポートセンター



江戸川区児童相談所
はあとポート



教育相談室



発達相談・支援センター



けんしん けんしん

健診・検診

江戸川区では、子どもから高齢者まで
さまざまな健診が受けられます。

くわしくは、2次元コードからたしかめて
ください。

- 39さい以下の方の区民健診
- 40さい以上74さい以下の方の国保
健診
- 75さい以上の方の長寿健診
- 65さい以上の方の口腔ケア健診
- がん検診、成人歯科健診、骨粗しょう
症検診 など

問い合わせ

健康推進課 健診係

☎03-5662-0623

にゅうようじ けんしん
●乳幼児の健診

と あ
問い合わせ

けんこう か ぼしほけんがかり
健康サービス課 母子保健係

☎03-5661-2466

かんえん けんさ
●肝炎ウイルス検査

と あ
問い合わせ

えどがわ けんじょ
江戸川保健所
ほけん よ ぼう か かんせんしょうたいさくがかり
保健予防課 感染症対策係

☎03-5661-2476

けんこう
健康



かいごほけん

介護保険

かいごほけん は、いつまでも自分で生活が
おく じゅくねんしゃ かいご しゃかいぜんたい
送れるように熟年者の介護を社会全体
で支える制度です。

くわしくは、2次元コードからたしかめて
ください。

と あ
問い合わせ

かいごほけん か そうだんがかり
介護保険課 相談係

☎03-5662-0061

かいごほけん
介護保険



し え ん

さまざまな支援

こうれいしゃふくし
① 高齢者福祉

かいご にんちしょう そうだん
介護や認知症などのあらゆる相談を
受け付けています。

くわしくは、2次元コードからたしか
めてください。

かくしゅ しゃかいふくし
各種の社会福祉



しょうがいしゃふくし
② 障害者福祉

かぞく ほんにん しょうがい かん そうだん
家族や本人からの障害に関する相談を
受け付けています。障害者手帳の申請
や障害福祉サービスなどの利用につい
ても案内しています。

くわしくはお問い合わせください。

しょうがいしゃてちょう しんせい
●障害者手帳の申請

と あ
問い合わせ

しょうがいしゃふくしか にんていがかり
障害者福祉課 認定係

☎03-5662-1288

しょうがいふくし どう かん そうだん
●障害福祉サービス等に関する相談

と あ
問い合わせ

しょうがいしゃふくしか しょうがいそうだんいしがかり
障害者福祉課 障害相談第一係

☎03-5662-0052

しょうがいしゃふくしか しょうがいそうだんいしがかり
障害者福祉課 障害相談第二係

☎03-5662-0053

しょうがいしゃふくし
障害者福祉



えどがわくしせつ あんない

江戸川区施設の案内

としょかん

図書館

しせつめい 施設名	じゅうしょ 住 所
ちゅうおうとしょかん 中 央 図 書 館	ちゅうおう 中央 3-1-3
こいわとしょかん 小岩図書館	ひがしこいわ 東小岩 3-6-9
まつえとしょかん 松江図書館	まつえ まつえくみん ない 松江 2-1-10 松江区民プラザ内
こまつがわとしょかん 小松川図書館	ひらい 平井 1-11-26
しのざきとしょかん 篠崎図書館	しのざきまち ぶんか ない 篠崎町 7-20-19 しのざき文化プラザ内
かさいとしょかん 葛西図書館	えどがわ 江戸川 6-24-1
にしにかさいとしょかん 西葛西図書館	にしにかさい 西葛西 5-10-47
ひがしかさいとしょかん 東葛西図書館	ひがしかさい ひがしかさい かいかんない 東葛西 8-22-1 東葛西コミュニティ会館内
とうぶとしょかん 東部図書館	えどがわ 江戸川 2-26-1
しのざきこ としょかん 篠崎子ども図書館	しのざきまち こ みらいかんない 篠崎町 3-12-10 子ども未来館内
ししぼね としょかん 鹿骨コミュニティ図書館	ししぼね ししぼねくみんかんない 鹿骨 1-54-2 鹿骨区民館内
せいしんちょう としょかん 清新町コミュニティ図書館	せいしんちょう せいしんちょう かいかんない 清新町 1-2-2 清新町コミュニティ会館内

● 本を借りたい時

- 「かしだしけん」を作ります。全ての区立図書館で使えます。

< 必要なもの >

名前・住所・生年月日がわかるもの
(在留カード・マイナ保険証・健康保険証・資格確認書など)

「かしだしけん」を作れる人

- 江戸川区に住んでいる人
- 江戸川区内の会社で働いている人
(社員証／職員証が必要です)
- 江戸川区内の学校に通っている人
(学生証が必要です) ほか

- 本や雑誌は10冊まで、CDは3枚まで、DVDは2枚までそれぞれ借りることができます。

- 借りられる期間は2週間です。

※ 借りてから2週間以内に図書館に連絡すれば、延長することができます。

図書館のウェブサイトでも延長することができます。

● 本を返す方法

- 本を返す時は、江戸川区の全ての図書館で返すことができます。
- 図書館が休みの日や図書館がしまっているときは、ブックポストに返します(CD、DVDをのぞく)。

注意！

本に字を書いたり、破いたり、汚したりするとお金を払わなければならないことがあります。大切に使ってください。

江戸川区立図書館



英語の絵本も借りられます



児童書架コーナー

文化施設

しせつめい 施設名	でんわばんごう 電話番号	じゅうしょ 住所
ふなぼり タワーホール船堀 ★	03-5676-2211	ふなぼり 船堀 4-1-1
そうごうぶんか 総合文化センター ★	03-3652-1111	ちゅうおう 中央 4-14-1
グリーンパレス ★	03-3653-5151	まつしま 松島 1-38-1
ぶんか しのぎ文化プラザ ★	03-3676-9071	しのぎまち 篠崎町 7-20-19
えんぞうてい ひらい圓藏亭	03-5626-3242	ひらい 平井 3-21-24
まほう ぶんがくかん 魔法の文学館	03-6661-3911	みなみかさい 南葛西 7-3-1
ぶんか 文化スポーツプラザ ★	03-6231-5211	まつしま 松島 2-16-20

その他の施設

しせつめい 施設名	でんわばんごう 電話番号	じゅうしょ 住所
みらいかん 子ども未来館	03-5243-4011	しのぎまち 篠崎町 3-12-10
きょうどしりょうしつ 郷土資料室	03-5662-7176	まつしま 松島 1-38-1 グリーンパレス 3階
へいわきねんてんじしつ 平和祈念展示室	03-3683-7761	こまつがわ 小松川 3-6-3 こまつがわ 小松川さくらホール 1階
しゅくはくしせつ 宿泊施設	ホテルシーサイド えどがわ 江戸川	りんかいちょう 臨海町 6-2-2 かさいりんかいこうえんない 葛西臨海公園内
	ほたかそう 穂高荘 (予約センター)	ながのけんあずみのしほたか 長野県安曇野市穂高 ありあげ 有明 2105-22
	しおざわえどがわそう 塩沢江戸川荘 (予約センター)	にいがたけんみなみうおぬましまいこ 新潟県南魚沼市舞子 あざじゅうにき 字十二木 2063-29

くみんかん かいかん
● 区民館・コミュニティ会館

いえ ちか ひと はな
家の近くのいろいろな人と話したりでき
るところ。集会所、和室、スポーツルー
ムなどがあります。

かいかんじかん じ ぶん
開館時間：9時～21時30分

きゅうかんび がつ にち がつよっか
休館日：12月28日から1月4日

くみんかん
区民館



かいかん
コミュニティ会館



きょういく
● 共育プラザ

ちゅうこうせい かつどう ささ
中高生の活動を支えるところ。
おんがくしつ がくしゅうしつ
スポーツルーム、音楽室、学習室などが
あります。子育てを支える子育てひろば
もあります。

えどがわく きょういく
江戸川区 共育プラザ



こもだ
子育てひろば

しんかわ かん
● 新川さくら館

しゅうかいしつ はる うつく
集会室やホールがあり、春には美しいさ
くらが見られ、いろいろなイベントをし
ています。

えどがわく しんかわ かん
江戸川区 新川さくら館



しせつよやく
● 施設予約システム 「えどねっと」

- 文化・コミュニティ施設やスポーツ施設の予約を希望する方は、初めて利用者登録が必要です。
- 登録をするとインターネットや携帯電話で施設の予約ができます。
- 登録をしなくても、施設の空いている状況がわかります。

しせつよやく
施設予約システム
「えどねっと」



ぶんか
● 文化コンシェルジュ

く ない ぶんか しせつ
区内文化施設(p61★マークのある施設)や図書館では、一人ひとりにあったイベント、教室、サークル活動など、く ない ぶんか じょうほう
区内の文化情報をコンシェルジュがご案内しています。くわしくは、2次元コードからたしかめてください。

-meets culture-
みつカルえどがわ



しせつ
スポーツ施設

しせつめい 施設名	でんわばんごう 電話番号	じゅうしょ 住所
そうごうたいいくかん 総合体育館 ★	03-3653-7441	まつもと 松本 1-35-1
スポーツランド ★	03-3677-1711	ひがししのざき 東篠崎 1-8-1
スポーツセンター ★	03-3675-3811	にしきさい 西葛西 4-2-20
りくじょうきょうぎじょう 陸上競技場 ★	03-3878-3388	せいしんちょう 清新町 2-1-1
えどがわきゅうじょう 江戸川区球場 ★	03-3878-3741	にしきさい 西葛西 7-2-1
りんかいきゅうぎじょう 臨海球場 ★	03-3680-9251	りんかいちょう 臨海町 1-1-2
みづべ 水辺のスポーツガーデン ★	03-5636-6550	ひがししのざき ちょうめ ばんちさき 東篠崎 2丁目 3番地先
しんさこんがわしんすいこうえん 新左近川親水公園カヌー場 じょう	03-5605-1137	りんかいちょう ちょうめ ちさき 臨海町 2丁目地先
こいわ 小岩テニスコート	03-3673-0202	きたこいわ 北小岩 6-43-1
やごうち 谷河内テニスコート	03-3677-9569	やごうち 谷河内 2-9-19
まつえ 松江テニスコート	03-3656-7702	まつえ 松江 5-5-1
にしきさい 西葛西テニスコート	03-6808-4158	にしきさい 西葛西 8-17-1
かさい 葛西ラグビースポーツパーク	03-5605-0970	りんかいちょう ちょうめ ちさき 臨海町 3丁目地先
えどがわ 江戸川グラウンド	03-5662-1636	えどがわかせんしき 江戸川河川敷
あらかわ 荒川グラウンド	03-5662-1636	あらかわかせんしき 荒川河川敷
こまつがわ 小松川さくらホール温水プール おんすい	03-3683-7761	こまつがわ 小松川 3-6-3
こいわ 小岩アーバンプラザ温水プール おんすい	03-5694-8151	きたこいわ 北小岩 1-17-1
けんこう みち 健康の道・サイクリングロード	03-5662-1885	

◎ スポーツコンシェルジュ

区内7カ所のスポーツ施設(★マークのある施設)では、年齢や障害の有無にかかわらず、だれでもスポーツを楽しめるよう、スポーツや運動に関係がある相談に答えます。いつでも、だれでもお金がかからずに相談できますので、ぜひスポーツコンシェルジュを使ってください。



スポーツコンシェルジュ



温水プール(スポーツセンター)

◎ パラスポーツに力を入れています

江戸川区では、東京2020パラリンピックで行われた22の競技全てを楽しむことができます。

また、総合体育館とスポーツセンターなどのスポーツ施設では、障害のある子どもや大人が何度も運動できる教室をしていますので、ぜひ使ってください。



パラスポーツ

えどすぽ！
(スポーツ案内)



谷河内テニスコート

おも こうえん しせつ 主な公園・レクリエーション施設



ちゅうおう いちのえちく ●中央・一之江地区

こまつがわきかがわしんすいこうえん
●小松川境川親水公園
ちゅうおう ちやうめ ほんいつしき ちやうめ
中央4丁目・本一色1丁目～
にしこまつがわまち
西小松川町

なつ みずあそ
アスレチック、夏は水遊びもで
きます。

いちのえきかがわしんすいこうえん ●一之江境川親水公園 いちのえ ちやうめ ふなぼり ちやうめ 一之江1丁目～船堀7丁目

なつ みずあそ
夏は水遊びでにぎわいます。



いちのえまつこうでい ●一之江抹茶亭 いちのえ 一之江5-13-16

えんげいしょくぶつ にほん ふる いえ
園芸植物や日本の古い家があ
ります。



こまつがわ ひらい ちく
●小松川・平井地区

こまつがわせんぼんざくら
●小松川千本桜

こまつがわ ちょうめ ちょうめちさき
小松川1丁目～3丁目地先

はる うつく たの
春に美しい桜が楽しめます。

とりつおおじまこまつがわこうえん
●都立大島小松川公園

こまつがわ ちょうめ こうとうくおおじま ちょうめ
小松川1丁目、江東区大島9丁目

ひろば
アスレチックや、広場があります。



か さい ちく
●葛西地区

そうごう こうえん
●総合レクリエーション公園

にし か さい ちょうめ ばん
西葛西6丁目11番～
みなみか さい ちょうめ ばん
南葛西7丁目3番

なが おお こうえん
長さ3kmにわたる大きな公園

●なぎさポニーランド

みなみか さい ちょうめ ばん
南葛西7丁目3番

あそ
ポニーと遊べます。





葛西地区

- ぎょうせんこうえん しぜんどうぶつえん
●行船公園、自然動物園

きたかさい
北葛西3-2-1

どうぶつえん いけ にほんていえん
動物園や、つり池、日本庭園が
たの
楽しめます。

- ふるかわしんすいこうえん
●古川親水公園
えどがわ ちょうめ
江戸川6丁目

にほん はじ しんすいこうえん
日本で初めてできた親水公園です。



- しんながしまがわしんすいこうえん
●新長島川親水公園

せいしんちょう ちょうめ
清新町2丁目

なつ みずあそ
夏は水遊びでにぎわいます。

- しんさ こんがわしんすいこうえん
●新左近川親水公園
りんかいちょう ちょうめ ちょうめ
臨海町1丁目～3丁目

バーベキューやカヌーが楽しめ
ます。





● 葛西地区

とりつ かさい りんかい こうえん
● 都立宇喜田公園
きた かさい ちょうめ ばん
北葛西3丁目4番

し ぜん ゆた こうえん えん
自然豊かな公園。ハーブ園もあります。

とりつ かさい りんかい こうえん かさい かい ひん
● 都立葛西臨海公園、葛西海浜
こうえん かさい りんかい すいぞく えん
公園、葛西臨海水族園
りんかい ちょう ちょうめ
臨海町6丁目

え ど が わ く いちばん おお こうえん
江戸川区で一番大きな公園。
かんらんしゃ すいぞく えん
観覧車や水族園があります。



● 小岩地区

こい わ こうえん こうわてい
● 小岩公園(甲和亭)
きた こい わ
北小岩6-43-1

アスレチックやテニスコート、
むかし にほん いえ
昔ながらの日本の家があります。

こい わ しょうぶ えん
● 小岩菖蒲園
きた こい わ ちょうめ ばん ち さ き
北小岩4丁目37番地先

5 ～ 6 月 は 5 万 本 の しょうぶ の はな
が 楽 し め ま す。





とうぶちく
● 東部地区

- しのざき
● 篠崎ポニーランド
しのざきまち ちょうめ ばんちさき
篠崎町3丁目12番地先

あそ
ポニーと遊べます。

- とうぶこうつうこうえん
● 東部交通公園
えどがわ
江戸川2-28-1

こうつう まな こうえん
交通ルールが学べる公園です。



ししほねちく
● 鹿骨地区

- とりつしのざきこうえん
● 都立篠崎公園
かみしのざき ちょうめ ばん
上篠崎1丁目25番

やきゅうじょう
野球場、テニスコート、ドッグ
ランもあります。

江戸川区の主な伝統工芸



●江戸硝子

江戸時代からの昔ながらのやり方を受けつぎ、手作りで作られるガラス製品です。手作りならではの個性的なデザインや深みなどが感じられる工芸品です。

●江戸風鈴

江戸時代から作られているガラス風鈴。音が美しくひびくのは、音の出るところがギザギザしているからです。美しい絵はガラスの内側から描かれています。



●江戸扇子

迫力のあるデザインと、無駄のないシンプルなデザインは「粋」と言われています。一つの作品は、ひとりの職人がすべての作業を行い作り上げています。

●組子細工

くぎを使わず、細かい木を1000分の1ミリ単位の細やかな技術で組み合わせて作っています。



アンテナショップ



アンテナショップ「エドマチ」



でんとうこうげい
伝統工芸カフェ「アルティザン」

●^{でんとうこうげいひん か}伝統工芸品を買えるところ

●アンテナショップ「エドマチ」

^{ふなばり}
(船堀 4-1-1 タワーホール船堀1F)

●^{でんとうこうげい}伝統工芸カフェ「アルティザン」

^{しのざきまち} ^{ふなか}
(篠崎町 7-20-19 しのざき文化プ
ラザ 3F)

●「えどコレ！」

(インターネットショッピングサイト)

えどコレ！



外国人向け発行物・資料

- 外国の方向け生活情報
(121か国語に対応)

外国の方向け生活情報



- ごみ・リサイクル「正しくできていますか？資源とごみの分け方・出し方」動画
(英語・中国語・韓国語)

ごみ・リサイクル



- 資源とごみの出し方 基本ルール
(英語・中国語・韓国語)

資源とごみの出し方



- リーフレット「わが家の防災」
(英語・中国語)

わが家の防災



- 江戸川区水害ハザードマップ
(英語・中国語・やさしい日本語)

江戸川区水害ハザードマップ



- 子育て応援アプリ「ぴよナビえどがわ」
(英語・中国語・韓国語・タガログ語等12言語)

ぴよナビえどがわ



- 離乳の進め方の目安：開始から完了まで
(英語・中国語)

離乳食の進め方の目安



- 国民健康保険ハンドブック
(英語・中国語・韓国語・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・ベトナム語)

江戸川区国民健康保険
ハンドブック



えどがわく じょうほう

江戸川区の情報

●江戸川区ウェブサイト

かくしゅてつづ あんない しんせいしょ
各種手続きのご案内、申請書などのダウンロードサービス、詳細地図もたしかめられる施設の案内、区内のいろいろなところで行われるイベントなど、江戸川区の各種情報や魅力をお知らせしています。121か国語に対応しています。

えどがわく
江戸川区



●LINE公式アカウント

じょうほう えら う
情報を選んで受け取れます。

こうしき
LINE公式アカウント



●Instagram

しゃしん えどがわく いま みりょく はっしん
写真で江戸川区の“今”の魅力を発信しています

Instagram



●X

つた く じょうほう はっしん
お伝えしたい区の情報発信しています。

X



●フェイスブック

く みりょく じょうほう はっしん
区の魅力やイベント情報を発信しています。

フェイスブック



●えどがわメールニュース

ぼうさい ぼうはんじょうほう はっしん
防災・防犯情報をメールで発信しています。

えどがわメールニュース



●知れば知るほど！気になるEDOGAWA

えどがわく みりょく しょうかい
江戸川区の魅力を紹介しています。

シティプロモーションサイト



MEMO

Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dashed lines.

