

広報

えどがわ

E D O G A W A

2024年

5 / 15号

no.2052



特集 まちを守る、身近な水辺

荒川放水路

～今年で通水100年～



SDGs未来都市
EDOGAWA



まちを守る、身近な水辺

特集 荒川放水路

～今年で通水100年～

私たちの身近な水辺の一つである荒川。実はこの荒川が人の手でつくられた「放水路」であることをご存じですか。荒川放水路は、今年で通水100年を迎えます。これまで一度も決壊を起こさずまちを守り続けてくれました。今回は荒川放水路の歴史や治水の取り組みなどについてご紹介します。



▲開削当初は機械が少なく、人力が頼りでした。掘った土はトロッコで堤防を造る場所まで運ばれました

苦勞と困難の連続

ありました。これが荒川放水路をつくったゆえんです。このように、水害からまちを守るために計画された放水路建設ですが、完成までには多くの試練が待ち受けていました。



▲工事の指揮をとった青山士氏。荒川放水路建設後は、信濃川の分水路も完成させました

大洪水の3年後の大正2年、日本人で唯一、パナマ運河の建設に携わった内務省（現在の国土交通省）の青山士氏の指揮のもと、掘削工事が始まりました。工事は機械や船を駆使して進められましたが、初期の段階では人や馬の力を使っていた作業が中心でした。この工事に関わった人は延べ310万人。掘られた土砂の量は2180万立方メートルで、東京ドーム約18杯分に相当する大規模なものとなりました。大正5年、放水路の起点となる岩淵水門（現在の赤水門）を青山氏が設計。土質が軟弱で建設は困難を極めました。青山氏はパナマ運河の建設で学んだ経験を生かし、川底よりさらに深い所にコンクリートの枠を多く埋めるなどして頑丈な水門を造りました。このように完成に向け工事は進められましたが、その途中でもたびたび大雨による洪水や高潮に見舞われ、機械が流されたり護岸が崩れたりしました。また、大正12年には関東大震災が発生し、堤防の陥没や亀裂ができるなど多くの被害を受けました。しかし、頑丈に造った岩淵水門はまったく被害を受けなかったため、このことは青山氏の功績として現在でも語り継がれています。

洪水を繰り返さないために

本区を流れる荒川放水路。「放水路」とは、川の流れをよくするために新しく人の手で開削し、直接海や他の川に放流する水路のことをいいます。つまり、私たちのそばを流れる荒川は「人工の川」です。ではなぜ、人の手で川をつくることになったのでしょうか。荒川放水路の歴史は明治43年までさかのぼります。この年、日本列島のほぼ半分にまで被害をもたらした大洪水が発生しました。本区の周辺でも、当時の荒川（現在の隅田川や新河岸川など）や綾瀬川の堤防が壊れたり、水が乗り越えたりして大きな被害が及び、江戸川区内では約3600戸が浸水、被災者は1万3千人以上にも上りました。それ以前からたびたび洪水は起きていて、荒川改修を求める声もありましたが、この大洪水を契機に、当時の政府が治水計画を急ピッチで策定。その中に、新たな洪水を防ぐため、岩淵水門（東京都北区）付近から東京湾までの約22キロメートルを人工的に開削し水路をつくる計画が

悲願の放水路完成

そして、多くの人々の苦勞と、幾多の困難を乗り越え、大正13年に通水式が行われました。式典には当時の内閣総理大臣をはじめ多くの来賓が招かれていて、放水路の整備が人々の悲願であったことがうかがえます。その後、諸工事を経て昭和5年に荒川放水路は完成を迎え、以後100年近くにわたり、決壊することなく私たちのまちを守り続けています。



▲大正13年完成の旧岩淵水門（赤水門）。現在は水門の役割を終え、歴史的建造物として保存されています



荒川が記された古地図。荒川は元々現在の隅田川でしたが、洪水を防ぐため、新たに人の手で放水路をつくりました
資料：「迅速測原図復刻版」(財)日本地図センターより作成



▲明治43年の大洪水の様子（足立区千住付近）。当時の荒川は蛇行した流れで、大雨のたびに大量の水があふれて洪水を引き起こす、まさに「荒ぶる川」でした

通水100年を記念したイベントが開催されます！

国土交通省荒川下流河川事務所地域連携課 ☎03-3902-8745

カウントダウンフェス

【日時】7月7日 15時から
【場所】荒川ロックゲート（小松川1丁目地先）
【内容】荒川ロックゲートの通船体験、広報ブース、キッチンカー ほか
※詳しくはHPをご覧ください。



アニバーサリーフェス

【日時】10月12日 10時から
【場所】荒川知水資料館 amoa（北区志茂5-41-1）、岩淵水門付近
【内容】式典、水門見学ツアー、災害対策車両の展示 ほか

※本特集掲載の一部写真・イラストは国土交通省荒川下流河川事務所から提供を受けたものです。

水害に強い安全・安心なまちづくりを進めています

地球温暖化による気候変動に適応

都内で初めて「気候変動適応センター」を設置。気候変動の影響に関する情報収集・整理・分析を行う他、区民や事業者の皆さんへの情報提供を行っています。また、温室効果ガス排出量実質マイナスに取り組む「江戸川区カーボン・マイナス都市宣言」を表明し、2050年までに脱炭素社会の実現を目指します。



災害時でも迅速に情報収集

区独自の通信網を持つ防災用カメラを区内約200カ所に設置し、災害時においても安定した通信を確保しながらリアルタイムで情報収集・発信を行える体制をつくっています。



下水道を整備し、強い雨にも対応

1時間に50ミリのバケツをひっくり返したような雨が降っても対応できるよう、下水道を整備しています。また、一時的に雨水を貯めて下水道の負荷を軽減させる雨水貯留施設が区内に約100カ所あり、25メートルプール約250杯相当分の水を貯められます。



堤防や水門の耐水・耐震化で氾濫を防止

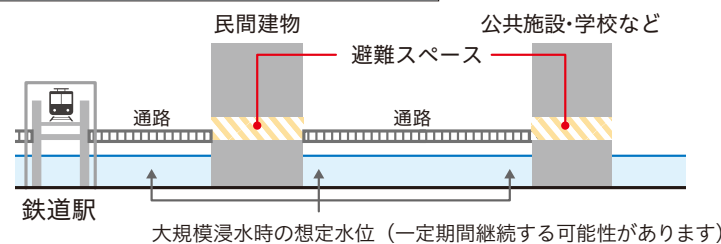
川の氾濫を防ぐため、堤防の強化・耐震化を進めています。また、洪水や高潮が発生した際にまちへの氾濫被害を防ぐ役割がある水門の耐震化なども行っています。



「高台まちづくり」を進め、浸水時の安全を確保

高規格堤防と一体のまちづくりや、堅固な建築物と歩行者デッキをつなぐなどの「高台まちづくり」を進めています。これにより、浸水時の避難場所を

例：建物群による高台まちづくり（イメージ）



確保するとともに、平常時においても住みよいまち・にぎわいのあるまちをつくります。



新たなリスクに備え
あらゆる関係者が協働

大洪水をきっかけにしてつくられた荒川放水路ですが、近年、気候変動による降雨量の増大や台風の大規模化など、新たな水害リスクが高まっています。

そこで、水害を防ぐ取り組みとして、「流域治水」があります。これは、上流から下流までの流域に関わる国、自治体、企業などが協働して、氾濫の可能性がある地域を対象に行っている水害対策です。氾濫を防ぐ・減らす・被害を少なくすることや、水害が起きた際もすぐに復旧・復興ができるよう対策を進めています。

例としてハード（設備）面の対策では、上・中流域でのダム・森林・遊水地などの整備、下流域での堅固な建物群・高規格堤防・高台公園などの整備が挙げられます。このうち下流域の施設の整備全体を「高台まちづくり」と呼び、浸水時の救助・避難拠点を確保するだけでなく、平常時のまちのにぎわいづくりにもつなげています。下流域にある本区も、この高台まちづくりに国や他の自治体と一丸となって取り組んでいます。

流域治水のイメージ図



さらに水害に強く
安心して暮らせるまちに

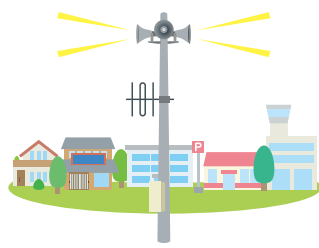
本区は、陸域の7割が満潮時の水面よりも低いゼロメートル地帯であることから、ひとたび洪水や高潮により氾濫が起きれば大きな被害が発生する土地柄です。そのため、区は長年にわたって治水事業を重点的に進めてきました。実際、昭和24年8月のキティ台風による高潮被害以降、70年以上にわたって川の氾濫や堤防の決壊などによる浸水（外水氾濫）は起きておらず、水害に強いまちと言っても過言ではありません。

しかしながら、近年の異常気象による新たな水害リスクにも対応していかなければなりません。区では現在、上記の高台まちづくりをはじめ、気候変動に対応するための「気候変動適応センター」の開設や、水害時でも迅速に情報収集が可能な防災用カメラの設置、下水道や堤防の強化など、国や都とも連携しながらさまざまな対策を行っています。今後もさらに水害に強く、区民の皆さんが安心して暮らせるまちを目指して、引き続き万全な体制を整えていきます。

お知らせ



江戸川区合同水防訓練を実施します
 台風や集中豪雨に備えて、区と区内の各消防署・消防団などが合同で実施する水防訓練です。
【日時】5月22日(日)9時30分～11時
 ※荒天中止。
【場所】江戸川河川敷(篠崎町1丁目地先)



江戸川区合同水防訓練を実施します
 ※10時55分ごろに事前放送を実施します。
【日時】5月22日(日)11時から
 ※10時55分ごろに事前放送を実施します。

区立学校教科書展示会
区教育指導課事務係
 ☎03-5662-1635
【日程】①特別展示会 6月4日(日)～13日(日)、②法定展示会 6月14日(金)～28日(金) ※除外日あり。
【時間】9時～21時30分
【場所】①中央・小岩・葛西図書館 ほか、②中央図書館
【内容】①↓中学校令和7年度以降使用教科書採択見本本の展示、②↓①および小・中学校令和6年度使用教科書の展示

5月17日は多様な性にYESの日
区相談啓発係
 ☎03-6638-8089
 5月17日は、「LGBT嫌悪に反対する国際デー」です。日本では「多様な性にYESの日」として各地でさまざまな活動が行われています。左記の期間、タワーホール船堀の展望塔を、性の多様性を象徴するレインボーカラーに点灯します。
【点灯期間】5月17日(金)～23日(木)19時～22時
●LGBTって?
 レズビアン(女性同性愛者)、ゲイ(男性同性愛者)、バイセクシュアル(両性愛者)、トラ

生活にお困りの方へ エアコン購入費を助成します
生活支援第一課相談係
 ☎03-5662-8169
生活支援第二課相談係
 ☎03-3657-7855
生活支援第三課相談係
 ☎03-5659-6610
 エアコンを設置できない方に、熱中症対策としてエアコンの購入費用を補助します。
【対象】次の全てに該当する方
 ↓自宅にエアコンがない、または全て故障している / 生活保護を受けていない / 収入や資産などの要件を満たしている
【助成額の上限】5万4千円
【申込期限】9月30日(日)
 ※エアコンがないことなどを確認するため、区の調査員が自宅を訪問します。
 ※要件や申し込み方法など詳しくは区HPをご覧ください。

江戸川区花火大会「区民限定観覧席」の抽選申し込みを開始します
 江戸川区花火大会区民限定観覧席専用コールセンター ☎050-1720-6624 = 9時～17時(土日祝を除く)

有料席とともに今回導入する特別観覧席「区民限定! えどがわシート」(無料)の抽選申し込みを開始します。
【対象】区内在住の方(申し込み時点)
 ※一度に4人分まで申し込みできます。ただし、全員が区内在住である必要があります。
【申し込み】5月31日(日)までに花火大会HPで
 ※抽選後、6月初旬に当落結果をメールでお知らせします。
 ※注意事項など、詳しくは花火大会HPをご覧ください。

※観覧エリアの指定はできません。また、エリア内は全て自由席です。

江戸川区教育大綱(案)への意見募集
区企画係
 ☎03-5662-6045
 頂いた意見は後日、区の考へと併せて公表します。
【閲覧・意見提出期間】5月15日(日)～6月13日(日)
【閲覧・意見提出先】企画課企画係(区役所3階2番)
 ※閲覧・持参での提出は(土日祝を除く)

申し込み記入例
 (ハガキ・FAX・電子メール)
 ……申し込み先の住所などは各記事内の「申し込み」または「間」をご確認ください。
 ●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)
 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。

区民保護情報
区民保護課
 ☎03-5662-2037
 Jアラートを利用した全国一斉試験として、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、防災アプリ・防災ポータル、Yahoo! JAPANアプリ、Yahoo!防災速報アプリなどによる緊急情報伝達訓練を実施します。

特定個人情報保護評価書に関する意見募集
区民保護課
 ☎03-5662-1007
 頂いた意見は後日、区の考へと併せて公表します。
【内容】特定個人情報保護評価書(地方税に関する事務全項目評価書)の変更案
【閲覧・意見提出期間】5月15日(日)～6月14日(金)
【閲覧・意見提出先】課税課諸税係(区役所4階2番)
 ※閲覧・持参での提出は(土日祝を除く)
 ※区HPでもご覧になれます。

中小企業者向けの助成制度をご利用ください!
 経営支援課相談係 ☎03-5662-0525

区内産業の活性化を図るため、区内中小企業者を対象に助成制度を用意しています。適用条件など詳しくは区HPをご覧ください。
 ※間接経費(消費税、振込手数料、運送料、交通費、通信費、光熱費など)は対象外。
《申し込み》申請書を経営支援課相談係へ持参(区役所東棟1階2番)または郵送
 ※申し込み方法など詳しくは区HPをご覧ください。申請書は経営支援課相談係で配布または区HPからダウンロードできます。
 ※一部の助成は5月中に締め切ります。

名称	助成対象など	助成率・上限額
販路拡大支援事業助成	自社HPの作成・改修	1/2・10～20万円
	自社の紹介動画作成	1/2・10万円
	展示会などへの出展	1/2・20万円(国内) 1/2・30万円(国外)
ものづくり企業人材確保支援事業助成	人材紹介会社を利用した採用活動	1/2・50万円
経営力向上助成	ISO(9001・14001・27001・22301)認証取得	1/2・50万円
	プライバシーマーク認定取得	1/2・50万円
	エコアクション21認証取得	1/2・20万円
	知的財産権(特許・実用新案・意匠)の出願	1/2・20万円
	BCP(事業継続計画)の策定	1/2・20万円

名称	助成対象など	助成率・上限額
公設試験研究機関等利用促進助成	研究機関や大学、高等専門学校への依頼試験など	1/2・10万円
ものづくり人材育成支援助成	ものづくりに関する研修など	1/2・10～20万円
ものづくり企業の操業環境改善助成	工場などの防音・防振・防臭対策	3/4・375万円
ワーク・ライフバランス向上支援助成	企業向け福利厚生事業への加入	1/2・10万円
	就業規則の作成・変更	1/2・10万円
デジタル技術活用促進助成	専門家による事前診断・戦略策定など	2/3・20万円
	IT導入	2/3・50万円
	DX導入	2/3・200万円

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

●フラワーまつりを同時開催
 【日時】5月25日(日)10時～15時
 ※小雨実施。
 【場所・内容】小岩フラワーロード⇩パレード(11時30分から)、かるがもひろば⇩ステージ発表、模擬店 ほか、たつのこひろば(南小岩7-16)⇩花の即売、ゲームコーナー ほか
 ※詳しくは区HPをご覧ください。



●第50回記念花壇コンクール2024
 間みどりサービス第三係
 ☎03-5662-0321
 花壇の美しさを競う「花壇コンクール」を、小岩フラワーロード約200カ所の花壇で行います。
 【日程】5月25日(日)
 【場所・内容】小岩フラワーロード⇩花壇展示、かるがもひろば(南小岩7-16)⇩表彰式(12時から)

催しもの

●えどがわエコセンターの催し
 ①江戸川の自然でエコ染色体験 ハンカチづくり
 【日時】5月27日(日)10時～12時
 【対象】小学生以上の方
 【定員】10人(申込順)
 【費用】600円
 ②発泡スチロール箱を使った生ごみ堆肥づくり講習会
 家庭から出る生ごみで自家製堆肥を作ります。
 【日時】5月29日(火)14時～16時
 【定員】20人(申込順)

●葛西海浜公園
 西なぎさビーチクリーン
 間ふるさと東京を考える実行委員会
 ☎03-3869-1992
 9時～17時(土日祝を除く)子どもたちががはだして遊べる浜を目指し、砂浜の清掃を行います。
 【日時】5月26日(日)10時～12時
 ※雨天中止。
 【場所】葛西海浜公園西なぎさ
 【対象】小学生以上の方
 【申し込み】5月16日(日)10時から電話(右記)または電子メール(P6記入例参照・☎info@funasato-tokyo.org)

●中央地域まつりで人権擁護委員による特設相談を行います
 間相談啓発係
 ☎03-6638-8089
 【日時】5月26日(日)10時～15時
 ※雨天実施。
 【場所】グリーンパレス正面駐車場
 ※例月の相談は、毎月第1回13時～16時(受け付けは15時まで)にグリーンパレス2階区民相談室で実施しています。

健康・福祉

●動物園のうらがわ探検
 間自然動物園
 ☎03-3680-0777
 飼育係によるガイドツアーです。動物たちの寝小屋や動物病院をのぞいてみませんか。
 【日時】6月23日(日)13時30分～15時30分
 【場所】自然動物園
 【対象】小学生以上の方(区外の方も可)
 【定員】28人(抽選)
 【費用】100円(保険代含む)
 【申し込み】5月25日(日)までにHPで
 ※複数人での申し込みは4人まで。

●総体フェスティバル2024
 間総合体育館
 ☎03-3653-7441
 イベントが盛りだくさんです。詳しくはHPをご覧ください。
 【日時】5月19日(日)9時～17時
 【場所】総合体育館
 【内容】池谷直樹元体操選手による演技披露、ゲームコーナー ほか
 ※一部申し込みが必要です。

●しのプロラ亭落語会
 実力派ぞろいの社会人落語会をお楽しみに!
 【日時】6月1日(日)13時30分～15時30分
 【定員】90人(申込順)
 【出演】三崎家桜の輔 ほか
 【申し込み】5月16日(日)14時から電話(右記)またはHPで
 【場所】篠崎文化プラザ

夜間・休日急病診療

●フードドライブ
 一家庭や企業で余っている食品をお持ちください。
 【日時】5月19日(日)10時～15時

●しのプロラビーコンサート
 【日時】5月17日(日)13時～14時
 【出演】松本直子(ソプラノ)、若菜里香(ピアノ)

●発達相談・支援センター
 子育ての中で起こる子どもの困った行動への考え方や関わり方についてワークを交えてお伝えします。また、講演後に個別相談会を開催します。
 【日時】6月18日(日)10時～12時
 【場所】小松川さくらホール
 【対象】未就学児のお子さんの保護者の方
 【定員】40人(申込順)
 【講師】児島史篤(株)児島教育研究所代表取締役
 【申し込み】5月20日(日)10時から電話(右記)で
 ※詳しくはHPをご覧ください。

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



●総合文化センター
 ☎03-3652-1111
 ↓5月21日(日)
 ●二之江コミュニティ会館
 ☎03-5658-5320
 ↓5月28日(日)
 ●小岩アーバンプラザ
 ☎03-5694-8151
 ↓6月3日(月)・4日(火)

●第45回中央地域まつり
 間区民課地域サービス係
 ☎03-5662-6816
 【日時】5月26日(日)10時～15時
 ※雨天実施。
 【場所】東小松川公園、中央森林公園、総合文化センター前広場、東小松川おひさま保育園、グリーンパレス、北替広場、東西橋広場
 【内容】パレード、式典(10時20分から)、模擬店、フリーマーケット、ミニSSL ほか
 ※会場ごとの内容については区HPをご覧ください。

●第43回西小岩まつり
 間小岩事務所地域サービス係
 ☎03-3657-7836
 【日時】5月26日(日)10時～15時
 ※雨天実施。
 【場所】西小岩公園・西小岩コミュニティ会館とその周辺
 【内容】パレード・式典(11時20分から)、ステージ発表、ゲーム、工作、模擬店、バザー、お楽しみ抽選会 ほか

●介護支援専門員実務研修受講試験
 間申し込み・試験について
 東京都福祉保健財団
 ☎03-3344-8512
 受験要項の配布について
 ☎03-5662-0032
 事業者調整係
 ☎03-5662-0032
 介護保険課(区役所2階2番)、各熟年相談室で受験要項を配布します。申し込み方法や試験の詳細は、要項をご覧ください。なるかお問い合わせください。
 【受験要項配布期間】6月3日(日)～28日(金)
 【申込期限】6月30日(日)(消印有効)

●休館のお知らせ
 総合文化センター
 ☎03-3652-1111
 ↓5月21日(日)
 ●二之江コミュニティ会館
 ☎03-5658-5320
 ↓5月28日(日)
 ●小岩アーバンプラザ
 ☎03-5694-8151
 ↓6月3日(月)・4日(火)

●環境フェア2024～めざそう！エコタウン&脱炭素！！～
 間環境フェアについて⇨地域連携係☎03-5662-0694、フードドライブについて⇨資源循環推進係☎03-5662-1689
 小型家電の回収について⇨清掃事業係☎03-5662-8434
 今年は「みらいの地球へ～踏み出そう はじめのいっぽ～」がサブテーマ。気候変動対策を体験できる展示や各団体・企業・学校などの出展の他、リサイクルマーケットなども開催します。
 【日時】6月2日(日)9時～15時 ※荒天中止。
 【場所】総合文化センター
 ※詳しくは区HPをご覧ください。

●フードドライブ
 家庭で余っている食品を持ち寄り、地域の福祉団体や施設などに提供します。
 【受け付ける食品】缶詰、インスタント・レトルト食品、乾物(パスタなど) ほか
 ※賞味期限まで1カ月以上あり、外装が破損していないもの。瓶詰ではないもの。
 ●小型家電の回収
 使わなくなった小型家電を回収し、その中に含まれる金属を再利用します。
 【回収できるもの】スマートフォン・タブレット端末・携帯ゲーム機などで、いずれも1辺が30cm未満のもの

●しのプロラ亭落語会
 実力派ぞろいの社会人落語会をお楽しみに!
 【日時】6月1日(日)13時30分～15時30分
 【定員】90人(申込順)
 【出演】三崎家桜の輔 ほか
 【申し込み】5月16日(日)14時から電話(右記)またはHPで
 【場所】篠崎文化プラザ

●発達相談・支援センター
 子育ての中で起こる子どもの困った行動への考え方や関わり方についてワークを交えてお伝えします。また、講演後に個別相談会を開催します。
 【日時】6月18日(日)10時～12時
 【場所】小松川さくらホール
 【対象】未就学児のお子さんの保護者の方
 【定員】40人(申込順)
 【講師】児島史篤(株)児島教育研究所代表取締役
 【申し込み】5月20日(日)10時から電話(右記)で
 ※詳しくはHPをご覧ください。

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
 ①…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

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



子育て家庭で家事や育児を手伝う支援員を募集しています

☎03-5678-1810
 子どものいる家庭で家事や育児のお手伝いを行う「おうち食堂」「おとなりさん」の支援員になりませんか。次の日程で研修会を行います。
 活動内容は区HPをご覧ください。
 【日時】6月8日(土)9時30分～12時30分
 【場所】区児童相談所
 【定員】15人(申込順)
 【申し込み】6月3日(木)までに電話(右記☎)で



短期ペアレントトレーニング講座第1弾「わが子の関わり方」(ライブ配信)

☎03-5875-5321
 子どもに対しての接し方や褒め方など、日常で子どもと適切に関わるためのヒントが学べます。

【日程・場所】①6月25日(火)・②7月25日(木)オンライン(Zoombを使用)・③8月28日(土)発達相談・支援センター
 ※③は保護者交流会があります。
 【時間】10時～12時
 【対象】中学生以下のお子さんの保護者の方または関心がある方
 【定員】③30人(申込順)
 【申し込み】前日までに①②HPで、③電話(右記☎)で
 【QRコード】

ひとり親家庭のためのパソコン講習会・基礎編(動画配信)
 ☎03-6638-8085
 【日時】月～金・第3日(土)9時～17時(祝を除く)
 エクセル・ワードの基本操作、集計表、表作成などを動画で学びます。希望者には直接対面で操作方法などをサポートします。
 【配信期間】6月13日(火)10時～7月17日(木)18時
 【対象】20歳未満の子がいるひとり親家庭の母親・父親
 【定員】20人(申込順)
 【申し込み】7月3日(木)までに電話(右記☎)または区HPで
 【QRコード】

一之江抹香亭の催し

- ☎03-3654-0095
- ①農業体験
 「サツマイモの植え付け」
 【日時】5月25日(土)13時～14時
 ※小雨実施。
 【定員】15人(申込順)
 - ②江戸園芸植物展示「あじさい展」
 【日時】6月1日(土)～16日(日)9時～17時
 - ③ふれあい茶席
 【日時】6月2日(日)13時から・14時から
 【定員】各14人(申込順)
 【費用】各300円
 - ④梅に親しむ会
 ～剪定とジュース作り～
 【日時】6月15日(土)10時～12時
 ※荒天中止。
 【対象】小学生以上の方
 【定員】15人(申込順)
 【講師】大坪孝之(日本梅の会会長)
- 【場所】一之江抹香亭
 【申し込み】5月①17日(土)・③20日(日)・④16日(火)9時から電話(上記☎)で、②不要



小岩菖蒲園まつり

☎03-5662-0321
 100種・5万本の花菖蒲をぜひご覧ください。
 【日程】6月1日(土)～16日(日)
 ※日回は模擬店が出店しています。
 【場所】小岩菖蒲園(北小岩4丁目先江戸川河川敷)
 【アクセス】京成本線「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72「一里塚」下車徒歩15分
 ※詳しくは区HPをご覧ください。
 ●開催期間中の日曜日にJR小岩駅から直行バスを運行!
 【経路】小岩駅～小岩警察・区民館～東小岩六～小岩菖蒲園
 【運賃】大人220円



ひらひら園蔵亭の催し

- ☎03-5626-3242
- ①園蔵亭普語り
 【日時】6月1日(土)14時～15時
 【対象】中学生以上の方
 - ②講座「江戸東京を歩く」神田川編
 【日時】6月2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
 【日時】6月5日(水)・12日(火)・19日(日)14時～15時30分、28日(日)19時～20時30分
 - ④「三人興」落語会
 【日時】6月6日(日)19時～20時30分
 【出演】入舟辰乃助三遊亭歌美 林家あんにこ
 - ⑤六人廻し落語会
 【日時】6月7日(日)・21日(金)14時～15時30分
 - ⑥落語の世界へようこそ
 【日時】6月9日(火)14時～15時
 【出演】橋家富蔵、樋口政則
 - ⑦小もん百話会
 【日時】6月13日(土)19時～20時30分
 【出演】柳家小もん
 - ⑧ひらひら園蔵亭の志らびー落語1時間
 【日時】6月14日(日)19時～20時
 【出演】立川志らびー
- 【場所】ひらひら園蔵亭
 【定員】各30人(申込順)

※①は現地先着順。
 【費用】③⑤⑧各千円(⑧は中学生以下の方無料)、④⑦各1500円
 【申し込み】①不要、②～⑧5月16日(日)13時30分から電話(右記☎)で

江戸川総合人生大学公開講座「初対面でも話が弾む会話術」

☎03-3676-9075
 日本人同士はもちろん、国籍や年齢を問わず誰でも楽しくコミュニケーションができる方法を、ワークショップで体験しませんか。
 【日時】6月27日(日)14時～16時
 【場所】篠崎文化プラザ
 【定員】30人(申込順)
 【講師】田辺邦子(学深堀学園 外語ビジネス 専門学校 非常勤講師)



【申し込み】5月16日(日)10時から電話(右記☎)またはHPで
 【QRコード】

6年度後期(10月開始)新規療育利用説明会(動画配信)

☎03-5875-5321
 10月から開始する療育プログラム

グラムの利用説明会動画を、発達相談・支援センターHPで公開します。動画を視聴後、利用を希望する方は電話(右記☎)で面談をお申し込みください。
 【配信日時】6月25日(火)12時から
 【面談日程】7月16日(火)・18日(木)・19日(金)



赤ちゃんマッサージでハッピーコミュニケーション

☎080-7940-3683
 【日時】6月20日(日)10時～11時
 【場所】清新町健康サポートセンター子育てひろば
 【対象】5年12月～6年3月生まれのお子さんと保護者の方
 【定員】10組(申込順)

※保護者1人につきお子さん1人。1人のお子さんにつき受講は1回のみ。
 【講師】板橋知子(助産師)
 【持ち物】バスタオル、防水シート

【申し込み】5月16日(日)9時から電話(右記☎)で

ファミリーサポート会を募集します

☎03-5662-0364
 ●協力会員
 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】6月15日(土)・25日(日)
 【時間】10時～16時(昼休憩あり)
 【場所】区児童相談所
 【定員】各20人(申込順)
 【申し込み】前日までに電話(右記☎)または区HPで

※詳しくは区HPをご覧ください。
 ●依頼会員
 協力会員へお子さんの預かりや送迎をお願いしたい方は会員登録が必要です。登録方法について詳しくは区HPをご覧ください。
 【QRコード】

里親オンライン説明会(ライブ配信)

☎03-5678-1810
 さまざまな事情で親元から離れて暮らす子どもと生活する里親を募集しています。
 【日時】5月24日(日)19時～20時
 【申し込み】前日までに電話(右記☎)または申し込みフォーム

※ライブ配信はZoomを使用。
 【QRコード】



再就職をめざす女性のための職業訓練(Word・Excel基礎科)

☎03-6261-7524
 【日時】6月24日(土)～28日(日)10時～17時(土日祝を除く)
 【場所】タワーホール船堀3階302会議室
 【対象】結婚・出産・育児・介護などで退職した求職中の女性
 ※一時保育あり。
 【定員】10人(抽選)
 【費用】2200円(テキスト代)
 【申し込み】5月20日(金)～31日(金)に申込書を郵送(必着)
 ※申込書は東京都TOKYOはたらくネットHPからダウンロードできます。詳しくはHPをご覧ください。
 【QRコード】

旬の情報を毎日発信! FMえどがわ 84.3MHz

イベント情報や音楽番組の他、月～金8時45分・14時・20時40分から放送の番組「江戸川区からのお知らせ」で行政情報を発信しています。

文化活動情報検索サイト「- meets culture - みつカルえどがわ」 ☎03-5662-1628
 江戸川区の「イベント」「教室」「サークル活動」などの文化情報を検索することができます。また、情報の掲載申請を随時受け付けています。詳しくは区HPをご覧ください。

今、プレコンだ

～今日から始める未来を見据えた健康づくり～

第1回 現在・将来の自分自身と、 将来の子どものために

プレコンセプションケア（プレコン）とは、妊娠前の健康管理のことです。プレコンによってより健康的な生活を送ることで、より良い妊娠・出産のチャンスが増え、将来授かる子どもの健康だけではなく、将来の自分の健康にもつながります。妊娠計画中の女性だけでなく、子どもから大人まで全ての女性、そして男性にも始めていただきたい健康管理です。



全4回の連載を通して、プレコンについて知ってもらい、自分自身や家族の健康・生活を見直すきっかけになればと考えています。

(寄稿：千葉大学医学部附属病院 産科・婦人科 佐藤美香先生)

※詳しい情報や過去のコラムは区HPをご覧ください。



健康推進課計画係 ☎03-5661-1137

すぐに取り組めるプレコン

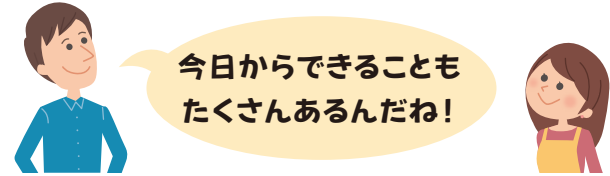
●葉酸の摂取
サプリメントなどを活用し、葉酸の摂取を心掛けましょう。赤ちゃんの脳や脊髄の発達異常である「神経管閉鎖障害」という奇形のリスクを下げるができます。



●禁煙
喫煙は、男女ともに不妊のリスクを高めます。また、早産や胎児発育不全など、子どもの健康にも悪影響を及ぼします。



●心の健康
過度なストレスは不安や抑うつの原因になります。日頃からストレスをためないように心掛け、十分な睡眠を取りましょう。



今日からできることも
たくさんあるんだね!

(監修：千葉大学医学部附属病院 佐藤大介先生)

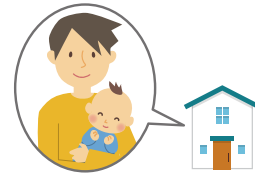
イベントカレンダー

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



【日時】5月25日(土)10時～12時
(1回30分程度)
※小雨実施。

区民カヌー体験教室



【申し込み】前日までに電話(右記) または区HPで



【講師】加藤昌平(毎日新聞東京本社社会部記者)
【申し込み】前日までに電話(右記) または区HPで
【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↓50人
※いずれも申し込み順。
【講師】加藤昌平(毎日新聞東京本社社会部記者)
【申し込み】前日までに電話(右記) または区HPで

健康サポートセンター	会場	日程	時間
小松	中央	5月6日(土)	12時～14時
鹿骨	中央	5月7日(日)	12時～14時
葛西	東部	5月8日(月)	12時～14時
清原	東部	5月9日(火)	12時～14時
東部	東部	5月10日(水)	12時～14時
小松	中央	5月11日(木)	12時～14時
鹿骨	中央	5月12日(金)	12時～14時
葛西	東部	5月13日(土)	12時～14時
清原	東部	5月14日(日)	12時～14時
東部	東部	5月15日(月)	12時～14時
小松	中央	5月16日(火)	12時～14時
鹿骨	中央	5月17日(水)	12時～14時
葛西	東部	5月18日(木)	12時～14時
清原	東部	5月19日(金)	12時～14時
東部	東部	5月20日(土)	12時～14時
小松	中央	5月21日(日)	12時～14時
鹿骨	中央	5月22日(月)	12時～14時
葛西	東部	5月23日(火)	12時～14時
清原	東部	5月24日(水)	12時～14時
東部	東部	5月25日(木)	12時～14時
小松	中央	5月26日(金)	12時～14時
鹿骨	中央	5月27日(土)	12時～14時
葛西	東部	5月28日(日)	12時～14時
清原	東部	5月29日(月)	12時～14時
東部	東部	5月30日(火)	12時～14時
小松	中央	5月31日(水)	12時～14時
鹿骨	中央	6月1日(木)	12時～14時
葛西	東部	6月2日(金)	12時～14時
清原	東部	6月3日(土)	12時～14時
東部	東部	6月4日(日)	12時～14時
小松	中央	6月5日(月)	12時～14時
鹿骨	中央	6月6日(火)	12時～14時
葛西	東部	6月7日(水)	12時～14時
清原	東部	6月8日(木)	12時～14時
東部	東部	6月9日(金)	12時～14時
小松	中央	6月10日(土)	12時～14時
鹿骨	中央	6月11日(日)	12時～14時
葛西	東部	6月12日(月)	12時～14時
清原	東部	6月13日(火)	12時～14時
東部	東部	6月14日(水)	12時～14時
小松	中央	6月15日(木)	12時～14時
鹿骨	中央	6月16日(金)	12時～14時
葛西	東部	6月17日(土)	12時～14時
清原	東部	6月18日(日)	12時～14時
東部	東部	6月19日(月)	12時～14時
小松	中央	6月20日(火)	12時～14時
鹿骨	中央	6月21日(水)	12時～14時
葛西	東部	6月22日(木)	12時～14時
清原	東部	6月23日(金)	12時～14時
東部	東部	6月24日(土)	12時～14時
小松	中央	6月25日(日)	12時～14時
鹿骨	中央	6月26日(月)	12時～14時
葛西	東部	6月27日(火)	12時～14時
清原	東部	6月28日(水)	12時～14時
東部	東部	6月29日(木)	12時～14時
小松	中央	6月30日(金)	12時～14時
鹿骨	中央	7月1日(土)	12時～14時
葛西	東部	7月2日(日)	12時～14時
清原	東部	7月3日(月)	12時～14時
東部	東部	7月4日(火)	12時～14時
小松	中央	7月5日(水)	12時～14時
鹿骨	中央	7月6日(木)	12時～14時
葛西	東部	7月7日(金)	12時～14時
清原	東部	7月8日(土)	12時～14時
東部	東部	7月9日(日)	12時～14時
小松	中央	7月10日(月)	12時～14時
鹿骨	中央	7月11日(火)	12時～14時
葛西	東部	7月12日(水)	12時～14時
清原	東部	7月13日(木)	12時～14時
東部	東部	7月14日(金)	12時～14時
小松	中央	7月15日(土)	12時～14時
鹿骨	中央	7月16日(日)	12時～14時
葛西	東部	7月17日(月)	12時～14時
清原	東部	7月18日(火)	12時～14時
東部	東部	7月19日(水)	12時～14時
小松	中央	7月20日(木)	12時～14時
鹿骨	中央	7月21日(金)	12時～14時
葛西	東部	7月22日(土)	12時～14時
清原	東部	7月23日(日)	12時～14時
東部	東部	7月24日(月)	12時～14時
小松	中央	7月25日(火)	12時～14時
鹿骨	中央	7月26日(水)	12時～14時
葛西	東部	7月27日(木)	12時～14時
清原	東部	7月28日(金)	12時～14時
東部	東部	7月29日(土)	12時～14時
小松	中央	7月30日(日)	12時～14時
鹿骨	中央	7月31日(月)	12時～14時
葛西	東部	8月1日(火)	12時～14時
清原	東部	8月2日(水)	12時～14時
東部	東部	8月3日(木)	12時～14時
小松	中央	8月4日(金)	12時～14時
鹿骨	中央	8月5日(土)	12時～14時
葛西	東部	8月6日(日)	12時～14時
清原	東部	8月7日(月)	12時～14時
東部	東部	8月8日(火)	12時～14時
小松	中央	8月9日(水)	12時～14時
鹿骨	中央	8月10日(木)	12時～14時
葛西	東部	8月11日(金)	12時～14時
清原	東部	8月12日(土)	12時～14時
東部	東部	8月13日(日)	12時～14時
小松	中央	8月14日(月)	12時～14時
鹿骨	中央	8月15日(火)	12時～14時
葛西	東部	8月16日(水)	12時～14時
清原	東部	8月17日(木)	12時～14時
東部	東部	8月18日(金)	12時～14時
小松	中央	8月19日(土)	12時～14時
鹿骨	中央	8月20日(日)	12時～14時
葛西	東部	8月21日(月)	12時～14時
清原	東部	8月22日(火)	12時～14時
東部	東部	8月23日(水)	12時～14時
小松	中央	8月24日(木)	12時～14時
鹿骨	中央	8月25日(金)	12時～14時
葛西	東部	8月26日(土)	12時～14時
清原	東部	8月27日(日)	12時～14時
東部	東部	8月28日(月)	12時～14時
小松	中央	8月29日(火)	12時～14時
鹿骨	中央	8月30日(水)	12時～14時
葛西	東部	8月31日(木)	12時～14時
清原	東部	9月1日(金)	12時～14時
東部	東部	9月2日(土)	12時～14時
小松	中央	9月3日(日)	12時～14時
鹿骨	中央	9月4日(月)	12時～14時
葛西	東部	9月5日(火)	12時～14時
清原	東部	9月6日(水)	12時～14時
東部	東部	9月7日(木)	12時～14時
小松	中央	9月8日(金)	12時～14時
鹿骨	中央	9月9日(土)	12時～14時
葛西	東部	9月10日(日)	12時～14時
清原	東部	9月11日(月)	12時～14時
東部	東部	9月12日(火)	12時～14時
小松	中央	9月13日(水)	12時～14時
鹿骨	中央	9月14日(木)	12時～14時
葛西	東部	9月15日(金)	12時～14時
清原	東部	9月16日(土)	12時～14時
東部	東部	9月17日(日)	12時～14時
小松	中央	9月18日(月)	12時～14時
鹿骨	中央	9月19日(火)	12時～14時
葛西	東部	9月20日(水)	12時～14時
清原	東部	9月21日(木)	12時～14時
東部	東部	9月22日(金)	12時～14時
小松	中央	9月23日(土)	12時～14時
鹿骨	中央	9月24日(日)	12時～14時
葛西	東部	9月25日(月)	12時～14時
清原	東部	9月26日(火)	12時～14時
東部	東部	9月27日(水)	12時～14時
小松	中央	9月28日(木)	12時～14時
鹿骨	中央	9月29日(金)	12時～14時
葛西	東部	9月30日(土)	12時～14時
清原	東部	10月1日(日)	12時～14時
東部	東部	10月2日(月)	12時～14時
小松	中央	10月3日(火)	12時～14時
鹿骨	中央	10月4日(水)	12時～14時
葛西	東部	10月5日(木)	12時～14時
清原	東部	10月6日(金)	12時～14時
東部	東部	10月7日(土)	12時～14時
小松	中央	10月8日(日)	12時～14時
鹿骨	中央	10月9日(月)	12時～14時
葛西	東部	10月10日(火)	12時～14時
清原	東部	10月11日(水)	12時～14時
東部	東部	10月12日(木)	12時～14時
小松	中央	10月13日(金)	12時～14時
鹿骨	中央	10月14日(土)	12時～14時
葛西	東部	10月15日(日)	12時～14時
清原	東部	10月16日(月)	12時～14時
東部	東部	10月17日(火)	12時～14時
小松	中央	10月18日(水)	12時～14時
鹿骨	中央	10月19日(木)	12時～14時
葛西	東部	10月20日(金)	12時～14時
清原	東部	10月21日(土)	12時～14時
東部	東部	10月22日(日)	12時～14時
小松	中央	10月23日(月)	12時～14時
鹿骨	中央	10月24日(火)	12時～14時
葛西	東部	10月25日(水)	12時～14時
清原	東部	10月26日(木)	12時～14時
東部	東部	10月27日(金)	12時～14時
小松	中央	10月28日(土)	12時～14時
鹿骨	中央	10月29日(日)	12時～14時
葛西	東部	10月30日(月)	12時～14時
清原	東部	10月31日(火)	12時～14時
東部	東部	11月1日(水)	12時～14時
小松	中央	11月2日(木)	12時～14時
鹿骨	中央	11月3日(金)	12時～14時
葛西	東部	11月4日(土)	12時～14時
清原	東部	11月5日(日)	12時～14時
東部	東部	11月6日(月)	12時～14時
小松	中央	11月7日(火)	12時～14時
鹿骨	中央	11月8日(水)	12時～14時
葛西	東部	11月9日(木)	12時～14時
清原	東部	11月10日(金)	12時～14時
東部	東部	11月11日(土)	12時～14時
小松	中央	11月12日(日)	12時～14時
鹿骨	中央	11月13日(月)	12時～14時
葛西	東部	11月14日(火)	12時～14時
清原	東部	11月15日(水)	12時～14時
東部	東部	11月16日(木)	12時～14時
小松	中央	11月17日(金)	12時～14時
鹿骨	中央	11月18日(土)	12時～14時
葛西	東部	11月19日(日)	12時～14時
清原	東部	11月20日(月)	12時～14時
東部	東部	11月21日(火)	12時～14時
小松	中央	11月22日(水)	12時～14時
鹿骨	中央	11月23日(木)	12時～14時
葛西	東部	11月24日(金)	12時～14時
清原	東部	11月25日(土)	12時～14時
東部	東部	11月26日(日)	12時～14時
小松	中央	11月27日(月)	12時～14時
鹿骨	中央	11月28日(火)	12時～14時
葛西	東部	11月29日(水)	12時～14時
清原	東部	11月30日(木)	12時～14時
東部	東部	12月1日(金)	12時～14時
小松	中央	12月2日(土)	12時～14時
鹿骨	中央	12月3日(日)	12時～14時
葛西	東部	12月4日(月)	12時～14時
清原	東部	12月5日(火)	12時～14時
東部	東部	12月6日(水)	12時～14時
小松	中央	12月7日(木)	12時～14時
鹿骨	中央	12月8日(金)	12時～14時
葛西	東部	12月9日(土)	12時～14時
清原	東部	12月10日(日)	12時～14時
東部	東部	12月11日(

5月16日～6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

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 (回線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



※医療情報ネットHPでも
医療機関を探すことが
できます。

夜間・休日診療担当医療機関 (往診不可)

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。

日程	診療時間	診療科目・医療機関名	住所	電話
夜間診療 (毎日)	21時～翌6時	内小 江戸川区医師会夜間・ 休日急病診療所	西瑞江 5-1-6 (江戸川区医師会 地域医療支援セン ター内)	☎03-5667-7775
5月19日回・ 26日回	9時～17時			
5月19日回	9時～17時	小 まつしま病院	松島 1-41-29	☎03-3653-5541
	10時～14時	小 はるやま小児科	南篠崎町 2-10-1	☎03-3679-1188
	9時～17時	内小 沢医院	中葛西 1-31-53	☎03-3680-8765
	10時～13時・15時～17時	内 一之江駅前クリニック	一之江 8-15-17	☎03-5661-5150
	9時～12時	内 一之江ファミリークリニック	一之江 8-13-9	☎03-5879-3883
	9時～17時	眼 葛西駅前たなか眼科	中葛西 5-42-8	☎03-6808-1161
5月26日回	9時～17時	耳 かみむら耳鼻咽喉科	平井 6-24-10	☎03-3612-5002
	10時～14時	小 はるやま小児科	南篠崎町 2-10-1	☎03-3679-1188
	9時～17時	小 きむらクリニック	西一之江 3-12-19	☎03-3674-6600
	9時～13時・15時～20時	内小 キャプスクリニック北葛西	北葛西 5-15-2	☎03-6808-8055
	9時～17時	内 英診療所	中央 3-20-10	☎03-5661-5888
	9時～13時	内 中鉢内科・呼吸器内科クリニック	西葛西 6-13-7	☎03-3687-1161
5月26日回	9時～17時	眼 西葛西・井上眼科病院	西葛西 3-12-14	☎03-5605-2100
	9時～17時	耳 耳鼻咽喉科鈴木医院	篠崎町 4-3-5	☎03-3676-1150

※医療機関は変更
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。



※受診前にはまず
担当医療機関へ
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でお願いします。

【診療時間】 回線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

5月19日回	前原接骨院	東小岩 1-17-4	☎03-3657-1520
	みなみ整骨院	東瑞江 1-35-8	☎03-5243-4755
5月26日回	加納接骨院	東小岩 3-6-12	☎03-3658-7890
	せきぐち整骨院	松江 3-14-5	☎03-5662-1154

※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 / 土日祝=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 (回線9時～17時も受け付け)



本誌掲載の事業などの実施に当たっては、江戸川区議会の審議・議決を要する場合があります。

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料金があります。9月分までの宿泊・バスツアーは各予約センター (下記) で受け付け中です。



長野県安曇野市 穂高荘

予約センター
☎03-5662-7051 = 9時～17時 (回線を除く)

安曇野はアートの街、美術館の里です。博物館・記念館も多く、作品や展示だけでなく街の景色も一緒に楽しめたり、のんびりくつろぐスペースがあったりと、安曇野ならではの時間と空間を楽しむことができます。



高橋まゆみ人形館

「区民の別荘 穂高荘きれいにし隊！」復活！ 7月7日回～9日回 2泊

1日目	穂高神社と安曇野天蚕センター
2日目	草刈り・低木の剪定などの作業 (9時～12時) 安曇野観光 (14時から) ※自由参加。
3日目	道の駅アルプス安曇野ほりがねの里・安曇野ワイナリー

【費用】 1万7400円 (65歳以上の方は1万2600円)
※2人一室の場合。別途バス代 (3900円) がかかります。
【申込期間】 5月16日回～18日回 9時～17時

9月分の宿泊予約受け付け開始!

【申し込み】 6月1日回 9時から予約センター (上記) へ電話で (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)
※バスツアーの各コースの内容や最新情報については、区の施設に設置するチラシや各HPをご覧ください。



▲穂高荘



▲塩沢江戸川荘

MAIL 友好都市からの手紙

安曇野市



☎安曇野市商工観光スポーツ部観光課☎0263-71-2054

安曇野市では、インターネット上の仮想空間「メタバース」を活用した観光プロモーションを行っています。メタバース内は五つの空間に分かれており、その一つ (下写真) では、安曇野エリアの主なスポットを地図上に表示。位置関係を実際に見ながら、旅行プランを検討できます。他にも、安曇野を観光した大学生がおすすめするプランをご覧になれる空間などもあります。メタバース内で安曇野の魅力を知っていたら、ぜひ観光にお越しください。



南魚沼市



☎南魚沼市生涯スポーツ課☎025-773-6630

湯沢町・南魚沼市・魚沼市を結ぶ「雪国魚沼ゴールデンサイクルルート」。越後の山々を間近に感じながら走ることができる、全長193kmのサイクリングコースです。



観光スポットなどに立ち寄りながら気軽にサイクリングを楽しむことができる短距離のルートもあります。自転車で乗って、魚沼の美しい自然を楽しんでみませんか。



「里山Minicle」では電動自転車を出し出しています。詳しくはHPをご覧ください。



おめでとう!

辻内彩野選手 パリ2024パラリンピック代表内定



パリ2024パラリンピック競技大会における水泳競技の日本代表選手として、区内在住の辻内彩野選手が内定しました。初のパラリンピックとして挑んだ東京2020パラリンピックでは4種目に出場し、3種目で入賞。今回は、100メートル自由形（S12）で派遣基準記録を突破しました。辻内選手の活躍を皆さんで応援しましょう！

クボタスピアーズ インフォメーション



ホストゲームのハイライト!

スピアーズえどりくフィールドでのホーム最終戦に見事勝利!

4月27日、今シーズン最後のホストゲームが行われました。前半は勢いに乗る三重ホンダヒートの攻撃に苦しみながらも、徐々に点差を縮め敵陣に迫ります。後半は逆転トライで好スタートを切り、ペースを奪うとたちまち点差を広げ、見事ホームでの勝利を飾りました。

当日は、応援への感謝の気持ちを込めて“ORANGE” ThanksDayと題したイベントも開催。チームと地域が一丸となって試合を盛り上げました。



▲クボタスピアーズ
公式HP

写真提供：クボタスピアーズ船橋・東京ベイ

4/27 vs 三重ホンダヒート

WIN!

