

広報

# えどがわ

E D O G A W A

2023年

5/15号

no.2028

特集

遊

公

ぼ

園

う

で

《 4 ページへ



撮影協力：手前から、白石脩さん、白石涼帆さん、川俣悠星さん、宇喜田さくら公園で





こんなところまで登れたよ!



## シンプルな遊具で子どもの成長を感じる 篠崎仲町公園 篠崎町 2-21-16

都営新宿線篠崎駅から徒歩5分、開放感のある園内には地域の声を取り入れてサクラノなどの実のなる木が植えられています。一番の特徴はシンプルで個性的な遊具の数々。小さなお子さんでも遊べるのが良いところです。近所にお住まいで、娘さん・お孫さんとよく利用しているという石黒美千子さんは「子どもが大きくなるにつれて使える遊具が増えると、見ていてこっちまでうれしくなります」と話します。テーブル付きのベンチで、お子さんを見守りながら憩いませんか。



特集

# 公園で遊ぼう



日差しが暖かいこの季節、晴れた日には外に出て公園へ遊びに行きませんか。区内の公園面積は23区で最大を誇ります。今回は四つの公園をピックアップし、利用者の方へのインタビューと共に紹介します。

▶江戸川区緑化運動PRマスコットキャラクター「江戸ッキー」

江戸ッキーインスタグラムアカウントでは、花の見頃や公園情報をお知らせしているッキー! ぜひフォローしてね!



## 安全に・本格的に交通ルールを学ぶ 東部交通公園 江戸川 2-28-1

本格的な信号機や標識が配置され、誰でも交通ルールを学べる公園でありながら、災害時には一時避難所として機能する一面も。三輪車・子ども用自転車や足踏みゴーカートのレンタルもできます。この日、梅垣早紀さんと一緒に訪れた2歳の珠杏ちゃん(右下写真)は三輪車の練習中。「この周辺だけでもいろんなタイプの公園があるので、子どもの気分に合わせて選べるのがありがたいです」(早紀さん)。



まだ真っすぐこぐのは難しいけど、前に進んでいくのが楽しい!



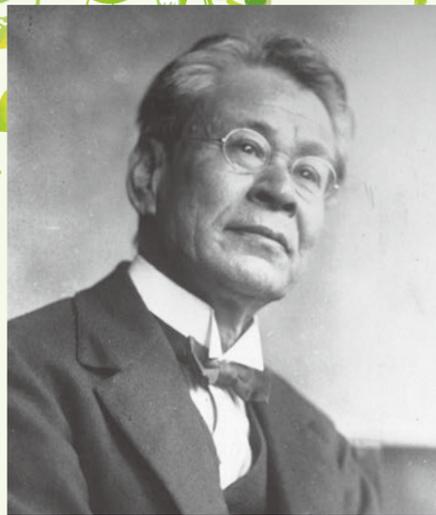
## 豊かな自然と一緒に遊ぶ 中央森林公園 中央 4-18-1

大きな木々に囲まれたのどかな雰囲気のある園内では、ゆったりとした時間が流れています。幼稚園の頃からこの公園を訪れているという小学4年生の大竹利奈さん(左写真)と2年生の崇弘さん(左下写真)は、遊具で遊ぶのはもちろんのこと、夏には虫捕りや水遊びができるところもお気に入り。たくさん遊んだ後はすぐ近くの中央図書館へ立ち寄るのがお決まりのコースだとも教えてくれました。



グラグラ動くうんていを渡りきるのが目標!





高知県立牧野植物園提供

ご存じですか

# 牧野 富太郎博士と江戸川区のつながり

## プロフィール

牧野 富太郎

[文久2(1862)年～昭和32(1957)年]

高知県生まれ。自らを「草木の精かもしれない」と疑うほど、植物分類学に没頭した。昭和28(1953)年東京都名誉都民。昭和32(1957)年、没後従三位勲二等旭日重光章および文化勲章受章。



▲ムジナモとムジナモの花 (えどがわエコセンター提供)



▲植物図 (高知県立牧野植物園提供)

そんな牧野博士が江戸川区とつながりがあることをご存じですか。明治23(1890)年5月、植物採集のために小岩村伊予田(現在の北小岩4丁目先)を訪れていた牧野博士。江戸川河川敷にある池の水面に見慣れない水草を発見しました。その水草は世界的にも発見例が少なく、日本では初めて確認されたものだといわれ、博士は水草の形がムジナ(タヌキの

## 世界的な大発見

江戸川区北小岩で現在放送中の連続テレビ小説「らんまん」の主人公のモデルとなった植物学者、牧野富太郎博士。94年の生涯を通して植物分類学の研究に打ち込み、新種や新品種など1500種類以上の植物を命名した、日本の植物分類学の父といわれています。

現在放送中の連続テレビ小説「らんまん」の主人公のモデルとなった植物学者、牧野富太郎博士。94年の生涯を通して植物分類学の研究に打ち込み、新種や新品種など1500種類以上の植物を命名した、日本の植物分類学の父といわれています。



ダイナミックに体を動かす

# 宇喜田さくら公園 北葛西 5-20-1

区内屈指の巨大遊具が目立つ宇喜田さくら公園は、年中子どもたちでにぎわっています。小学2年生の白石脩さん(左下写真手前)と幼稚園生の妹・涼帆さん(左上写真)、同じく小学2年生の川俣悠星さん(左下写真奥)は、この遊具が目当てで春江町から自転車で通っています。長い滑り台や3人が「あみあみ」と呼ぶリングネット(左下写真)は特に人気の遊具。他にも思いっきり体を動かして遊べる仕掛けが盛りだくさんです。



遊具は端から端までつながっているよ!



江戸っ子の

区内にはまだまだいろんな公園があるっキー

## イチ押し公園マップ



- ① 小岩公園 (北小岩6-43-1)
- ② 小岩菖蒲園 (北小岩4丁目先・江戸川河川敷)
- ③ 平井公園 (平井2-16-8)
- ④ 小松川たんぼぼ公園 (小松川3-10-2)
- ⑤ 穀倉公園 (新堀1-1-1)
- ⑥ 東部フレンド公園 (南篠崎町3-8-1)
- ⑦ 一之江ひだまり公園 (一之江7-69-1)
- ⑧ 行船公園 (北葛西3-2-1)
- ⑨ 東葛西さくら公園 (東葛西4-10-1)
- ⑩ 葛西防災公園 (西葛西8-17)
- ⑪ なぎさ公園 (南葛西7-3)

- おむつ替えができる公園
- 花・自然を楽しめる公園
- 水遊びができる公園
- ボール遊び(球技)ができる公園
- 防災設備がある公園
- 大きな遊具がある公園

別名)の尻尾に似ているという理由から「ムジナモ」と名付けたそうです。夏のわずかな時間しか咲かない、幻の花。ムジナモはミジンコなどを食べる食虫植物で、根は無く水面に漂っています。花は夏の正午ごろのわずか2〜3時間しか咲かないため、めったに見られない幻の花といわれています。博士が描いたムジナモの花の精密な植物図が世界的な分類学書に転載されたことで「牧野富太郎」の名を世界に知らしめることになりました。ムジナモは現在、絶滅の危機にひんしており、区内では江戸川ムジナモ保存会による保護活動が行われています。



▲北小岩4丁目先、小岩菖蒲園にある「ムジナモ発見の地」の記念碑。6月3日(土)～18日(日)の期間で小岩菖蒲園まつりが開催され、花菖蒲が見頃を迎えます。

# らんまん 放送中

連続テレビ小説「らんまん」(NHK総合 毎週 午前8時～8時15分 ほか)

高知県出身の植物学者・牧野富太郎の人生をモデルとしたオリジナルストーリー。時代は幕末から明治、そして激動の大正・昭和へ。そんな混乱の時代の渦中で、愛する植物のために一途に情熱的に突き進んだ主人公・榎野万太郎(神木隆之介)とその妻・寿恵子(浜辺美波)の波乱万丈な生涯を描きます。



お知らせ

催しもの

※雨天実施。  
**【場所】**フラワーガーデン  
**【内容】**ステージ発表、ストラックアウト、太鼓演奏、餅つき、模擬店 ほか

※雨天実施。  
**【日時】**5月28日(日)9時～16時  
**【場所】**自由広場(新田6号公園)、新長島川親水公園、葛西親水四季の道

※雨天実施。  
**【内容】**ステージ発表、ふれあい広場、パレード、模擬店 ほか

**第44回中央地域まつり**  
 区民課地域サービス係  
 ☎03-5662-6816  
**【日時】**5月28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

※雨天実施。  
**【日時】**5月28日(日)10時～15時  
**【場所】**自由広場(新田6号公園)、新長島川親水公園、葛西親水四季の道

※雨天実施。  
**【日時】**5月28日(日)10時～15時  
**【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。

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  
 区人権啓発係  
 ☎03-6638-8089  
**【日時】**5月28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。



環境フェアで「フードドライブ」と「小型家電の回収」を実施します  
 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  
**【日時】**6月4日(日)9時～15時  
 ※雨天実施。  
**【場所】**総合文化センター前広場

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)、調味料(砂糖など) ほか  
 ※賞味期限まで1カ月以上あり、外包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  
 使っていない小型家電を回収し、その中に含まれる金属を再利用します。  
**【回収するもの】**携帯電話・スマートフォン・タブレット端末・携帯ゲーム機・デジタルカメラで、いずれも1辺が30cm未満のもの

## 学校で区立図書館の本を借りることができます

区図書館運営係 ☎03-5662-1972

10カ所の小・中学校で、区立図書館の一部のサービスが利用できます。

- 利用できるサービス**
- 予約した図書などの受け取り(開館日のみ)
  - ブックポストへの図書の返却(年末年始などを除く24時間)
  - 利用登録(新規、変更、更新)に関する受け付け(開館日のみ)
  - 学校図書館資料の閲覧(回のみ)
- ※利用方法などは区立図書館HPにてご確認ください。



区立図書館HP

| 学校          | 開館日時     | 担当図書館             |
|-------------|----------|-------------------|
| 南小岩小学校(新設)  |          | 小岩 ☎03-3672-0251  |
| 松江第五中学校(新設) |          | 松江 ☎03-3654-7251  |
| 第五葛西小学校(新設) | ☎16時～20時 | 葛西 ☎03-3687-6811  |
| 春江小学校(新設)   | ☎9時～16時  | 東部 ☎03-5666-1022  |
| 上一色南小学校     |          | 中央 ☎03-3656-6211  |
| 第二葛西小学校     |          | 東葛西 ☎03-5658-4008 |
| 南葛西小学校      |          |                   |
| 平井小学校(新設)   | ☎17時～20時 | 小松川 ☎03-3684-6381 |
| 北小岩小学校      | ☎9時～16時  | 小岩 ☎03-3672-0251  |
| 船堀小学校       |          | 葛西 ☎03-3687-6811  |

## 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



「健全財政推進区民懇話会」と「行政評価の外部評価委員会」の委員を募集します  
 区企画係  
 ☎03-5662-6045  
 区では、行財政に関して助言を頂く「健全財政推進区民懇話会」と、区の事務事業の分析・評価をしていただく「行政評価の外部評価委員会」を開催しています。より幅広い観点から意見を募るため、新たに区民委員(両会議兼任)を募集します。

**【募集人数】**1人  
**【応募期限】**6月2日(金)  
 ※申し込み方法など詳しくは区HPをご覧ください。

**都市計画案の説明会・縦覧**  
 都市計画係  
 ☎03-5662-6369  
 次の都市計画案の説明会・縦覧を行います。意見のある方は意見書を提出できます。

**【都市計画案】**  
 ①南小岩七丁目駅前地区、②船堀四丁目地区、③北小岩八丁目公園、④平井五丁目公園、⑤小岩駅北自転車駐車場

**【日時・場所】**6月①1日(日)19時～21時30分  
 ②2日(月)19時～21時30分  
 ③3日(火)19時～21時30分  
 ④4日(水)19時～21時30分  
 ⑤5日(木)19時～21時30分  
 ⑥6日(金)19時～21時30分  
 ⑦7日(土)19時～21時30分  
 ⑧8日(日)19時～21時30分  
 ⑨9日(月)19時～21時30分  
 ⑩10日(火)19時～21時30分  
 ⑪11日(水)19時～21時30分  
 ⑫12日(木)19時～21時30分  
 ⑬13日(金)19時～21時30分  
 ⑭14日(土)19時～21時30分  
 ⑮15日(日)19時～21時30分  
 ⑯16日(月)19時～21時30分  
 ⑰17日(火)19時～21時30分  
 ⑱18日(水)19時～21時30分  
 ⑲19日(木)19時～21時30分  
 ⑳20日(金)19時～21時30分  
 ㉑21日(土)19時～21時30分  
 ㉒22日(日)19時～21時30分  
 ㉓23日(月)19時～21時30分  
 ㉔24日(火)19時～21時30分  
 ㉕25日(水)19時～21時30分  
 ㉖26日(木)19時～21時30分  
 ㉗27日(金)19時～21時30分  
 ㉘28日(土)19時～21時30分  
 ㉙29日(日)19時～21時30分  
 ㉚30日(月)19時～21時30分  
 ㉛31日(火)19時～21時30分

時から小岩区民館・3日(日)10時から小岩アーバンプラザ、②2日(日)19時からタワーホール船堀4階研修室・3日(日)10時からタワーホール船堀4階401会議室

**縦覧・意見書提出期間** 6月6日(日)～20日(日)  
**縦覧場所** 都市計画課都市計画係(区役所第三庁舎1階7番) ほか  
**【意見書提出先】** 都市計画課都市計画係  
 ※縦覧・持参での提出は(国)を除く。  
 ※詳しくは区HPをご覧ください。

**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(日)～29日(日))  
 ※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小学校令和6～9年度教科書採択見本の展示、②①および小・中学校令和5年度使用教科書の展示

総合文化センター  
 ☎03-3652-1111  
 ↓5月22日(日)  
 二之江コミュニティ会館  
 ☎03-5658-5320  
 ↓5月29日(日)  
 小岩アーバンプラザ  
 ☎03-5694-8151  
 ↓6月5日(日)・6日(日)

**休館のお知らせ**  
 総合文化センター  
 ☎03-3652-1111  
 ↓5月22日(日)  
 二之江コミュニティ会館  
 ☎03-5658-5320  
 ↓5月29日(日)  
 小岩アーバンプラザ  
 ☎03-5694-8151  
 ↓6月5日(日)・6日(日)

**第46回鹿骨区民館まつり**  
 鹿骨事務所地域サービス係  
 ☎03-3678-6113  
**【日時】**5月21日(日)9時～15時  
 ※雨天実施。  
**【場所】**鹿骨区民館・鹿骨健康サポートセンターとその周辺  
**【内容】**パレード・式典(12時から)、ステージ発表、模擬店、リサイクルバザー、フリーマーケット、作品展、太鼓演奏、体験コーナー ほか

**第41回南江戸川ふるさとまつり**  
 葛西事務所地域サービス係  
 ☎03-3688-0434  
**【日時】**5月21日(日)9時30分～15時



## 5月17日は多様な性にYESの日

区人権啓発係 ☎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。差別や偏見をなくして、全ての人々の人権が尊重される社会を実現しましょう。

下記の期間、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(日)～23日(日)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)、トランスジェンダー(身体の性と異なる性別で生きる人・生きたいと望む人)の頭文字をとって作られた言葉です。性のあり方は多様で、こうしたLGBTの枠に当てはまらない人もいます。

### 講座「LGBTを読みとく」(ライブ配信も実施します)

あなたの周りにも多様な性を生きる人がきっといます。性のあり方について知識を深めてみませんか？

- 【日時】**6月28日(日)18時30分～20時  
**【場所】**タワーホール船堀4階401会議室  
**【定員】**30人(ライブ配信は20人)  
 ※ライブ配信はZoomを使用。いずれも申し込み順。  
**【講師】**森山至貴(早稲田大学文学学術院准教授)  
**【申し込み】**6月27日(日)までに(株)明日葉へ電話(☎070-8702-2798=9時～17時、☎03-5662-1972を除く)または区HPで  
 ※一時保育あり(申込順)。詳しくは区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



**区民力ナー体験教室**  
 施設運営係  
 ☎03-5662-0664  
 初心者向けの力ナー教室です。  
**【日時】**5月28日(日)10時～12時  
 (1回30分程度)



**区防犯防災係**  
 ☎03-5662-2129  
 台風や集中豪雨などの水害の発生に備えて、区と東京消防庁、関係機関、地域住民が連携した訓練を実施します。また会場内には、防災体験エリア、車両展示エリアなども設けます。ぜひお越しください。  
**【日時】**5月27日(土)10時～13時  
**【場所】**江戸川河川敷(京葉道路江戸川大橋上流)  
 ※詳しくは江戸川消防署HPをご覧ください。

**令和5年度東京消防庁・江戸川区合同総合水防訓練**  
 を実施します



**小座布団作り講習会**  
 えどがわエコセンター  
 ☎03-5659-1651  
 打ち直しの綿を使って、座布団を作ります。  
**【日時】**6月6日(日)13時30分～16時  
**【場所】**タワーホール船堀4階和室1  
**【定員】**15人(抽選)  
 ※小雨実施。  
**【場所】**新左近川親水公園力ナー場  
**【対象】**小学4年生以上の方  
 ※3歳～小学3年生の方は保護者同伴で2人乗り力ナーに乗れます。  
 ※障害のある方も参加できますので、事前にご連絡ください。  
**【定員】**各60人(現地先着順)  
**【費用】**1回100円(保険代)  
**【講師】**江戸川区力ナー協会  
**【持ち物】**運動着・靴・帽子(水にぬれてもいいもの)、タオル、ビニール袋  
 ※貴重品はなるべく持参しないでください。  
**【申し込み】**当日9時30分から直接会場

**第49回花壇コンクール**  
 第49回花壇コンクール・フラワーまつり実行委員会事務局  
 (みどりサービス第三係内) ☎03-5662-0321

**【花壇展示期間】**5月27日(日)～6月11日(日)  
**【場所】**小岩フラワーロード  
 ※表彰式は5月27日(日)13時から、かるがもひろば(南小岩7-16)で行います。



**●フラワーまつりを同時開催します**  
**【日時】**5月27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(12時30分から)  
 ○かるがもひろば⇒ステージ発表、模擬店 ほか  
 ○たつのひろば(南小岩7-6)⇒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。

**一之江抹香亭の催し**  
 一之江抹香亭 ☎03-3654-0095

**①江戸園芸植物展示「あじさい展」**  
 古くから人々に愛されてきたヤマアジサイをはじめ、現在も生み出されている多様な品種のアジサイを展示します。  
**【日時】**5月20日(土)～6月4日(日)9時～17時



**②箏の調べを楽しむ会**  
 20～30分程度の演奏会と、お子さんでも参加できる体験会を行います。  
**【日時】**5月21日(日)13時から  
**【定員】**15人(現地先着順)  
**【出演】**音の会



**③ふれあい茶席**  
 普段着で気軽に参加できるお茶席です。お子さんやお茶席が初めての方には解説も行います。  
**【日時】**6月4日(日)13時から・14時から  
**【定員】**各14人(申込順)  
**【費用】**各300円



**【場所】**一之江抹香亭  
**【申し込み】**①②不要、③5月20日(土)9時から電話(上記)で

**葛西海浜公園 西なぎさビーチクリーン**  
 委員会  
 ☎03-3869-1992  
 9時～18時(土曜祝を除く)  
 子どもたちがはだして遊べる浜を目指し、ビーチクリーンを行います。  
**【日時】**5月28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(P9記入例参照・info@furusato-tokyo.org)を  
**【定員】**35人(申込順)  
**【申し込み】**6月2日(土)までに電話(右記)または窓口(区役所分庁舎)で  
 ※詳しくは区HPをご覧ください。

**ひきこもりに悩む家族の会「エバーグリーン」**  
 生活支援第一課ひきこもり相談窓口  
 ☎03-5662-0363  
 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】**6月3日(日)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】**6月2日(土)までに電話(右記)または窓口(区役所分庁舎)で  
 ※詳しくは区HPをご覧ください。

**ファミリーサポート会**  
 ファミリーサポートセンター  
 ☎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①2日(土)・②9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】**6月①1日(土)・②16日(土)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。

**ひらい圓藏亭の催し**  
 ひらい圓藏亭 ☎03-5626-3242=13時30分～17時(日を除く)

**①圓藏亭昔語り**  
**【日時】**6月3日(日)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4日(日)14時～15時  
**【講師】**松原良  
**③立川成幸 独演会**  
**【日時】**6月4日(日)19時～20時40分  
**【費用】**2000円  
**④五代目円楽一門会若手落語会**  
**【日時】**6月7日・14日・21日の日14時～15時30分、23日(土)19時～20時30分  
**【費用】**各1000円



**⑤六人廻し落語会**  
**【日程】**6月①9日(土)・②23日(土)  
**【時間】**14時～15時30分  
**【出演】**①春風亭昇市、瀧川鯉舟、②桂笹丸、笑福亭希光  
**【費用】**各1000円  
**⑥三遊亭遊かり ひとり会**  
**【日時】**6月10日(日)14時～15時30分  
**【費用】**1500円  
**⑦若鮎を応援する落語会**  
**【日時】**6月11日(日)14時～15時  
**【出演】**春風亭かけ橋  
**【費用】**500円



**【場所】**ひらい圓藏亭 **【定員】**30人(申込順)  
**【申し込み】**①不要、②～⑦5月16日(日)13時30分から電話(上記)で

# 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

※当番医・接（整）骨院は変更になる場合があります。

## 江戸川区医師会夜間・休日急病診療所（小児科・内科のみ）

【診療時間】 毎日21時～翌朝6時・日曜9時～17時 ☎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（日曜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

## 休日急病当番医（急病のみ、往診不可） 【診療時間】 9時～17時

※受診する前に当番医療機関へ電話でご相談ください。

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。

| 5月21日回 | 小児科         | 葛西小児科          | 東葛西6-23-17    | ☎03-5675-2501 |
|--------|-------------|----------------|---------------|---------------|
| 5月21日回 | 内小          | タムス総合クリニック篠崎駅前 | 篠崎町2-7-1      | ☎03-5666-1331 |
|        | 内           | 田中医院           | 平井6-30-1      | ☎03-3612-3352 |
|        |             | 中愛クリニック        | 東小松川3-35-5    | ☎03-3653-9875 |
|        | 内           | 福田医院           | 西小岩1-6-14     | ☎03-3672-7311 |
| 5月28日回 | 眼           | 葛西眼科医院         | 西葛西6-10-13    | ☎03-3687-7710 |
|        | 耳           | かみむら耳鼻咽喉科      | 平井6-24-10     | ☎03-3612-5002 |
|        | 小           | なかぞのクリニック      | 一之江7-49-5     | ☎03-5661-9855 |
|        | 内小          | 杉山医院           | 松島2-28-6      | ☎03-3653-2022 |
|        |             | 目々澤醫院          | 北小岩4-5-8      | ☎03-3657-5470 |
|        | 内           | 柴山泌尿器科・内科クリニック | 東葛西6-1-17     | ☎03-5675-7223 |
|        |             | 高野医院           | 篠崎町4-12-12    | ☎03-3670-7550 |
| 眼      | 西葛西・井上眼科病院  | 西葛西3-12-14     | ☎03-5605-2100 |               |
| 耳      | しんでん耳鼻咽喉科医院 | 西葛西8-12-17     | ☎03-6411-4133 |               |

## 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】 日曜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21日回 | 熊谷接骨院  | 本一色1-4-15 | ☎03-3651-2933 |
|        | みなみ整骨院 | 東瑞江1-35-8 | ☎03-5243-4755 |
| 5月28日回 | 鈴木接骨院  | 大杉5-1-19  | ☎03-5607-4183 |
|        | 山中整骨院  | 南葛西1-10-5 | ☎03-3877-1454 |

## 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 / 土日祝日 = 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（日曜日は9時～17時も受け付け）



## 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



各会場へ

### 個別の運動相談

【対象】 区内に1年以上住んでいる18歳以上で次の全てに該当する方  
①身体障害者手帳（視覚1級）を持っている  
②世帯全員にかかる前年の所得税合計額の月平均が7万7千円未満/住居の所有者・管理者の承諾を得られる/所定の訓練を受け補助犬を適切に管理できる/社会活動への参加に効果があると認められる  
※申請には補助犬訓練事業者への相談が必要で、詳しくは電話（右記☎）または窓口（区役所2階1番）でお問い合わせください。

自立援助係

☎03-5662-0062

### 盲導犬の5年度給付申請を受け付けます

| 健康サポートセンター一覽 | 小松川          | 鹿骨           | 葛西           | 清新町          | 東部           | 中部           | 岩            | 中            |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| な            | 03-3683-5531 | 03-3678-1221 | 03-3688-0154 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3658-1171 | 03-3658-1171 |
| 小            | 03-3683-5531 | 03-3678-1221 | 03-3688-0154 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3658-1171 | 03-3658-1171 |
| 鹿            | 03-3683-5531 | 03-3678-1221 | 03-3688-0154 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3658-1171 | 03-3658-1171 |
| 葛            | 03-3683-5531 | 03-3678-1221 | 03-3688-0154 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3658-1171 | 03-3658-1171 |
| 清            | 03-3683-5531 | 03-3678-1221 | 03-3688-0154 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3658-1171 | 03-3658-1171 |
| 東            | 03-3683-5531 | 03-3678-1221 | 03-3688-0154 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3658-1171 | 03-3658-1171 |
| 中            | 03-3683-5531 | 03-3678-1221 | 03-3688-0154 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3658-1171 | 03-3658-1171 |
| 小            | 03-3683-5531 | 03-3678-1221 | 03-3688-0154 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3658-1171 | 03-3658-1171 |
| 岩            | 03-3683-5531 | 03-3678-1221 | 03-3688-0154 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3678-1221 | 03-3658-1171 | 03-3658-1171 |

## 健康・福祉

### 体力チェック・運動相談

運動不足が気になる、筋肉が落ちた、疲れやすくなったなど体力に不安がある方はご相談ください。筋肉量の測定を行った後、理学療法士や作業療法士が筋力トレーニングの方法をアドバイスします。

| 健康サポートセンター | 会場 | 日程     | 時間      |
|------------|----|--------|---------|
| 葛西         | 中  | 7日(水)  | 9時～11時  |
| 西          | 東  | 14日(水) | 14時～16時 |
| 13日(火)     | 清  | 6日(火)  | 9時～11時  |
|            | 新  | 13日(火) | 14時～16時 |

### リハビリ・運動相談

健診で運動習慣の見直しが必要とされた方、フレイル予防のために足腰を鍛えたい方、運動を楽しみたい障害のある方などに、理学療法士や作業療法士が相談に応じます。

| 健康サポートセンター | 会場    | 日程      | 時間      |
|------------|-------|---------|---------|
| 小松川        | 鹿骨    | 5日(月)   | 16時～14時 |
| 16日(金)     | 5日(月) | 16時～14時 |         |

【定員】各3人（申込順）  
【申し込み】5月16日(火)9時から各会場へ電話で

### いきいきけんこう塾

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】①6月1日・15日・29日、7月13日・27日、8月10日(日)、②6月7日・21日、7月5日・19日、8月2日・16日(日)  
【時間】14時～15時15分  
【場所】①篠崎コミュニティホール、②北葛西コミュニティ会館  
【対象】65歳以上の方  
【定員】各25人（申込順）  
※動きやすい服装でお越しください。  
【申し込み】5月16日(火)10時からコナミスポーツへ電話 ☎0570-0000573  
10時～18時(土曜祝を除く)で

### 総合相談会「大切ないのちを守る、生きる」支援

いのちの支援係 ☎03-5661-2478  
借金・失業・心の悩みなど、生活上のさまざまな相談に各分野の専門家が応じます。  
【日時・場所】5月26日(金)13時30分～15時 / 小岩健康サポートセンター、6月1日(日)13時30分～15時 / 中央健康サポートセンター  
【申し込み】不要

## 事前にSOSシートで備えよう！

☎事業者調整係☎03-5662-0032



1人で自宅にいる時急に具合が悪くなったらどうしよう...

熟年相談室では、緊急連絡先やかかりつけ医療機関の情報を記入できる「SOSシート」をお配りしています。一人暮らしの方、熟年者夫婦、持病のある方などは、もしもの場合に備えてご活用ください。

裏面は磁石で、冷蔵庫など目につく場所へ貼っておけます。119番通報を受けて駆け付けた救急隊員らが、主治医に病歴を確認したり、家族と連絡を取ったりする際にも役立ちます。

■SOSシート配布場所  
各熟年相談室、事業者調整係（区役所2階2番）

※65歳以上の方が対象です。住所・氏名などの申告が必要です。



▲熟年相談室の一覧

| SOSシート            |         |
|-------------------|---------|
| 氏名                | 住所      |
| 緊急時は下記へご連絡をお願いします |         |
| 緊急連絡先             | 連絡先     |
| 氏名                | 住所      |
| かかりつけ医療機関         | ( ) ( ) |
| 主治医名              |         |
| 住所                |         |
| 電話                |         |
| 熟年者のご相談は...       |         |
| 江戸川区・江戸川区役所       |         |



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。

### 9月分の宿泊・区内発着バスツアーの予約受け付け開始!

【申し込み】6月1日(日)9時から予約センター(下記)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。



#### 長野県安曇野市

予約センター

☎03-5662-7051 = 9時~17時(日祝を除く)

## 穂高荘



アルプスの山並みを巡るドライブコースや日本屈指の絶景高原で信州の山岳美を感じてください。秋の気配をまとった安曇野が皆さんをお迎えます。



黒姫グリーンガーデン

### 秋の安曇野ウオーキング

9月5日(日)~7日(日) 2泊



### 日本屈指の山岳リゾート 上高地

9月14日(日)~16日(日) 2泊

### 信州の高原で楽しむ 秋のブドウ狩りとワイナリー

9月18日(日)~20日(日) 2泊

この他、コスモスを鑑賞するコースや黒部峡谷トロッコ電車、黒部ダム大迫力の観光放水など全12コースをご用意しています。



#### MAIL 友好都市からの手紙

## 安曇野市



☎安曇野市スポーツ推進課スポーツ推進担当 ☎0263-71-2467

北アルプスの景色を間近に感じながら、マウンテンバイクコースを走ってみませんか。アトランタ五輪日本代表の小林可奈



安曇野市マウンテンバイクコース

子さん監修の下、昨年4月に市西部の鳥川溪谷付近に整備しました。

起伏の少ない「初級者」(約1.2km)、アップダウンが特徴の「クロスカントリー」(約3.3km)、斜面を高速で下る「ダウンヒル」(約1.7km)の3コースに加え、お子さんも楽しめる初心者コースを用意しています。

今年の利用期間は11月29日(日)まで。マウンテンバイクの貸し出しもあります。詳しくはHPをご覧ください。



#### 新潟県南魚沼市

予約センター

☎0120-007-095 = 9時~17時

## 塩沢江戸川荘



「越中おわら風の盆」コースが4年ぶりに復活しました。哀愁を帯びた三味線や胡弓の音色、踊り手たちが情緒豊かに踊り歩く姿は、一生の思い出となります。



おわら風の盆

9月28日(日)の稲刈り体験もおすすです!日本一の米どころで新米を味わってください。

### 哀調の音色と優雅な舞

### 「越中おわら風の盆」

9月2日(日)~5日(日) 3泊 (2泊目 富山市宿泊)



### 塩沢号大好き倶楽部実りの秋

### こしひかり稲刈り体験と新米を食す旅

9月27日(日)~29日(日) 2泊

この他、越後三大花火の最後を飾る圧巻の四尺玉の花火「片貝花火」など全5コースをご用意しています。



#### MAIL 友好都市からの手紙

## 南魚沼市



☎南魚沼市U&Iときめき課ふるさと創り班 ☎025-773-6659

全国から保育園留学を受け入れます!家族で2~3週間滞在し、お子さんを美しい田園の中にある認定こども園「金城幼稚園・保育園」で遊ばせてみませんか。米作りやスキーなど、自然と触れ合う行事がいっぱいです。



八色の森公園

市中心部の一戸建てをご用意しています。コワーキングスペースが利用でき、リモートワークも快適。週末には家族で川遊びやウィンタースポーツを楽しんでください。豊かな食や大自然の中での暮らしを通じて、南魚沼ならではの体験をお届けします。

申し込み方法や体験談など、詳しくはHPをご覧ください。参加をお待ちしています。

