

広報

えどがわ

E D O G A W A



2026年

5 / 15 号

no.2103

特集

今日から防ごう！

熱中症



- 熱中症のリスクは
6月から増加！
- 汗をかいて暑さに
慣れよう
- エアコン購入費助成
が始まります
(生活にお困りの方)



江戸川区PRキャラクター
「エドリバー」

今日から防ごう！熱中症

しっかり対策するのが大事だよ！



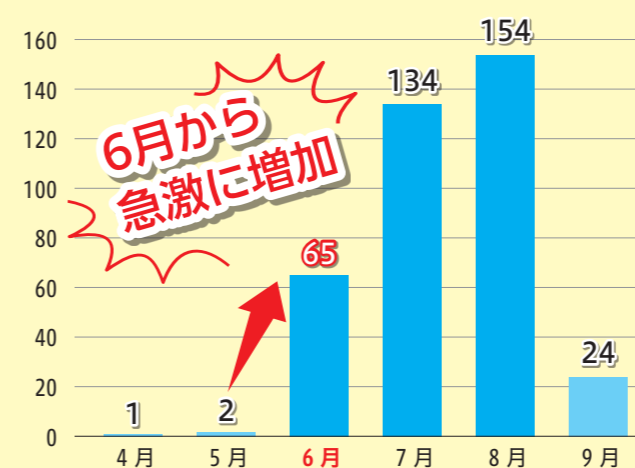
熱中症（特別）警戒アラートが出たら

熱中症警戒アラート	熱中症特別警戒アラート
健康被害が出る暑さ	過去に例のない危険な暑さ
↓	↓
屋内ではエアコンなどを適切に使用し、涼しい環境で過ごしましょう	熱中症になりやすい高齢者や子どもなどに、積極的に声かけをしましょう
こまめな休憩や水分補給、適量の塩分補給をしましょう	
涼しい環境以外では原則運動は中止しましょう	

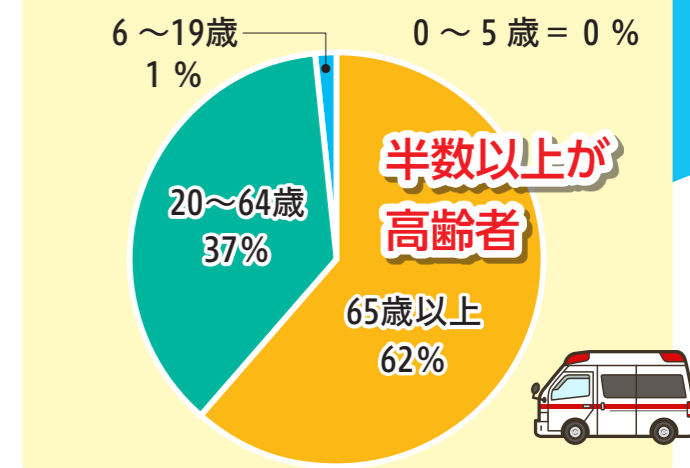
※環境省「熱中症予防情報サイト」の情報を参考に作成。

命の危険を伴うこともある熱中症。予防するには早めに暑さに慣れ、適切にエアコンを使うなどの対策が必要です。この特集では、熱中症を防ぐための行動や運動のポイントなどを紹介します。

区内の熱中症搬送人数（7年）



年齢別区内搬送者の割合（7年6月）



※東京消防庁「区市町村別熱中症搬送人員（速報値）」より抜粋。

熱中症の症状に気を付けよう！

めまい	症状がすすむと	頭痛
立ちくらみ		吐き気
眠くないのにあくびが出る		体がだるい
大量に汗が出る		判断力が低下する
筋肉痛		集中力が低下する
筋肉のこむら返り		体がぐったりし力が入らない

症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう

熱中症（特別）警戒アラートを確認しよう！

「暑さ指数」とは

気温だけでなく、湿度や日差しの強さなども考慮して算出される「熱中症の危険度を示す指標」で、数値が高いほど熱中症の危険が高まります。

日常生活における熱中症予防の目安

暑さ指数	気温(参考)	危険度
31	35℃	危険 外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する
28	31℃	嚴重警戒 外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する
25	28℃	警戒 運動や激しい作業をする際は定期的に十分な休憩を取り入れる
		注意 激しい運動や重労働時には熱中症になる可能性があるため注意する

※日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.4」および日本スポーツ協会のガイドブックなどを参考に作成。

熱中症（特別）警戒アラート

暑さ指数を基に、健康に関わる重大な被害が生じる恐れなどがある場合に「熱中症（特別）警戒アラート」が発表されます。

	熱中症警戒アラート	熱中症特別警戒アラート
発表基準	都内11カ所のいずれかの暑さ指数情報提供地点における翌日・当日の日最高暑さ指数が33に達する場合	都内11カ所の全ての暑さ指数情報提供地点における翌日の日最高暑さ指数が35に達する場合
発表時期	前日17時・当日5時ごろ	前日14時ごろ
呼びかけ	区HP、区公式SNSなどにより、熱中症に十分注意するよう呼びかけます	

本格的な夏を迎える前に

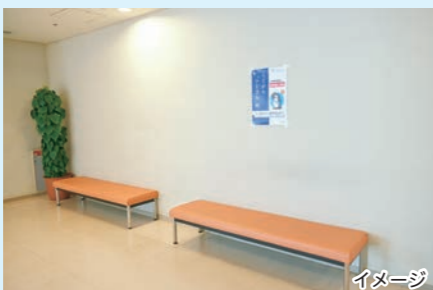
えどがわ“ひと涼み”^{どころ}処を活用しよう！

えどがわ“ひと涼み”処（クーリングシェルター）

80を越える区の施設などを、暑さを一時しのげる場所としていつでも利用できます。詳しくは区HPをご覧ください。

【場所】

区役所本庁舎、各区民館・コミュニティ会館、タワーホール船堀、グリーンパレス、各図書館・共有プラザ・なごみの家 ほか



イメージ



▲利用できる施設には、このポスターが掲示してあります

生活にお困りの方へエアコン購入費を助成します！

対象世帯と助成額を拡充

☎えどがわエアコン助成コールセンター☎03-6706-7980 = 9時～17時（土日祝を除く）

経済的な事情により自宅にエアコンを設置することが難しい方に、熱中症対策として1世帯当たり1台までエアコンの購入費用を助成します。

【対象】自宅にエアコンがない、または全て故障していて、次のいずれかに該当する世帯

⇒住民税非課税世帯／住民税均等割のみ課税世帯／児童扶養手当受給世帯

※生活保護受給世帯の方は各福祉事務所へお問い合わせください。

【助成額】上限10万円（設置費用含む）

【申込期限】8月31日

※要件や申し込み方法など詳しくは区HPをご覧ください、コールセンター（上記☎）へお問い合わせください。



汗をかいて暑さに慣れておこう！

水分補給も
しっかりね！

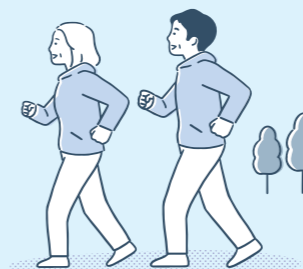


ウォーキング・ジョギング

ウォーキング
運動目安
30分

ジョギング
運動目安
15分

頻度目安
週5日



おすすめ

健康ウォーキング

区内には季節の草花などを楽しむことができるおすすめのウォーキングコースがたくさんあります。詳しくは区HPをご覧ください。



サイクリング

運動目安
30分

頻度目安
週3日



おすすめ

サイクリングロード

区内にあるサイクリングロードは、コース沿いに小岩菖蒲園やポニーランドなどがあり、魅力あるスポットを楽しみながら巡ることができます。詳しくは区HPをご覧ください。



筋トレ・ストレッチ

運動目安
30分

頻度目安
週5日～毎日



おすすめ

えどスピトレニング

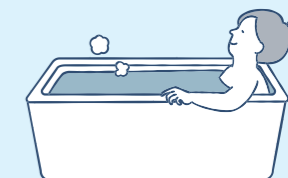
クボタスパアーズ船橋・東京ベイと共に作成した筋トレ動画「えどスピトレニング」を公開しています。詳しくは区HPをご覧ください。



入浴（湯船につかる）

頻度目安

2日に1回程度



おすすめ

銭湯

区内の各銭湯では、60歳以上の方は健康長寿入浴証を利用すると1回270円で入浴できます。詳しくは区HPをご覧ください。



▲銭湯マップ



▲健康長寿入浴証



※ 東京都環境局HP（東京都熱中症対策ポータル）の情報を参考に作成。

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

お知らせ

催しもの

第45回西小岩まつり
 小岩事務所地域サービス係
 ☎03-365577836
 【日時】5月24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(9時45分から)、式典(11時40分から)、ステージ発表、ゲーム、模擬店 ほか

ひらい園蔵亭の催し
 ひらい園蔵亭
 ☎03-562613242
 【日時】6月3日・10日・17日の各14時～15時30分、26日の各19時～20時30分

①五代目円蔵一門会若手落語会
 【日時】6月3日・10日・17日の各14時～15時30分、26日の各19時～20時30分

②園蔵亭昔語り
 【日時】6月6日(土)14時～15時

【対象】中学生以上の方

③講座「江戸東京を歩く 神田川編」～神田川に残る江戸の名残を楽しもう～
 【日時】6月7日(日)14時～15時
【講師】松原良

④六人廻し落語会
 【日時】6月12日・26日の各14時～15時30分

⑤落語の世界へようこそ
 【日時】6月14日(土)14時～15時

【出演】橘家富蔵、樋口政則

【場所】ひらい園蔵亭



一之江抹香亭の催し
 一之江抹香亭
 ☎03-365410095
●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16日(土)～31日(日)9時～17時

●ふれあい茶席
 お茶席の作法や茶道具についての解説もあります。初めの方も気軽に参加いただけます。
【日時】6月7日(日)13時～14時から

【対象】小学生以上の方
【定員】各14人(申込順)
 ※1組4人まで。
【費用】各500円
【講師】淡水会
【申し込み】5月20日(日)9時から電話(右記☎)で



【場所】一之江抹香亭

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



「事業者の方へ」受動喫煙防止対策について相談ください
 環境衛生係
 ☎03-365813177
 屋内に設置された喫煙室は、受動喫煙を防止するため、法にのっとった適切な管理が必要です。江戸川保健所では、喫煙室の基準確認や維持管理に関する助言、受動喫煙防止対策制度に関する質問にお答えしています。詳しくはお問い合わせください。



学校選択制を実施しています
 区学事係
 ☎03-56621624
 区では、新入学の際に通学区域外の学校を選択できる学校選択制を実施しています。小学校選択制のリーフレットは区内の各幼稚園・保育園などの5歳児にお配りしています。なお、中学校選択制のリーフレットは7月中旬にお配りする予定です。詳しくは区HPをご覧ください。



第36回葛西一四季の道・新田地域ふれあいフェスティバル
 葛西事務所地域サービス係
 ☎03-368810434
【日時】5月24日(日)9時～16時
 ※雨天時は一部中止。
【場所】自由広場(新田6号公園)、葛西親水四季の道
【内容】パレード・式典(12時25分から)、ふれあい動物コ



第49回鹿骨区民館まつり
 鹿骨事務所地域サービス係
 ☎03-367816113
【日時】5月17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、バザー、フリーマーケット ほか

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
 相談啓発係
 ☎03-663818089
【日時】5月24日(日)10時～15時
 ※荒天中止。
【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。

第47回中央地域まつり
 区民課地域サービス係
 ☎03-566216816
【日時】5月24日(日)10時～15時
 ※雨天実施。
【場所】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、東小松川公園、北替広場、東西橋広場
【内容】パレード、式典(10時20分から)、ステージ発表、模擬店、フリーマーケット ほか
 ※会場ごとの内容については区HPをご覧ください。



小岩菖蒲園まつり

☎みどりサービスセンター☎03-5662-5543

100種・5万本の花菖蒲をぜひご覧ください。

【日程】5月30日(土)～6月14日(日)

※開催期間中の土日曜日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、京成バス東京新小2「江戸川駅通り」下車徒歩10分、京成バス小72「一里塚」下車徒歩15分

※詳しくは区HPをご覧ください。

●開催期間中の土日曜日に直行バスを運行!

【経路】①JR小岩駅～小岩菖蒲園/②小岩菖蒲園～しょうぶ沼公園(足立区)

※②は6・7日のみ。運賃はいずれも無料。



環境フェア2026～はじめよう!みんなで作るやさしい地球～

☎地域連携係☎03-5662-0694/古着・古布の回収について☎資源循環推進係☎03-5662-1689

脱炭素などの取り組みを紹介します。工作教室や体験コーナーなど楽しく学べる催しがたくさんあります。詳しくは区HPをご覧ください。

【日時】6月7日(日)9時30分～15時

※荒天中止。

【場所】タワーホール船堀、船堀駅北口駅前広場



▲環境フェア

●古着・古布を回収します

【回収できるもの】

ゴム製を除く古着全般、タオル・毛布・布団カバーなどの古布



▲古着・古布回収



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



お知らせ

催しもの

健康・福祉

夜間・休日急病診療

区民カヌー体験教室
 区施設運営係
 ☎03-5662-0664
 初心者向けのカヌー教室です。
【日時】5月24日(日)10時～12時
 ※1回30分程度。
 ※当日の天候などにより中止する場合があります。
 ※詳しくは区HPをご覧ください



昔の手仕事体験 ～糸車で糸を紡ごう～
 区文化財係
 ☎03-5662-7176
【日時】5月17日(日)10時～12時
 ※体験は1人20分程度。
【場所】一之江名主屋敷
【入館料】100円(中学生以下の方は無料)
【申し込み】当日11時40分までに直接会場へ

動物園のうらがわ探検
 区自然動物園
 ☎03-3680-0777
 飼育員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21日(日)13時30分～15時30分
 ※荒天中止。



葛西海浜公園 西なぎさビーチクリーン
 区ふるさと東京を考える実行委員会
 ☎03-3869-1992
 9時～18時(土日を除く)
 子どもたちがはだしで遊べる浜を目指し、清掃活動を行います。
【日時】5月24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
【定員】100人程度(申込順)
【持ち物】軍手
【申し込み】5月18日(日)10時から電話(右記)または電子メール(P7記入例参照・info@furusato-kyo.org)へ

講座・講習
スマートフォン教室
 区スマートフォンプ普及啓発事業事務局
 ☎03-6316-3169
 高齢者向けのスマホ教室を実施します。
【日時】6月8日～29日の毎週(月)13時～16時(全4回)
【場所】葛西区民館
【対象】60歳以上の都民で、全日程参加可能な方
【定員】20人(抽選)
【持ち物】スマートフォン(お持ちの方)
 ※スマートフォンを貸し出し



文化スポーツプラザの催し
 区文化スポーツプラザ
 ☎03-6231-5211
●はじめてのピククルボール
【日時】5月30日(日)10時～11時、②11時30分～12時30分
【対象】①小学4年生～中学生の方(親子で参加可)、②高校生相当以上の方
【定員】各12人(申込順)
●モルック大会
【日時】6月6日(日)10時～14時30分
【定員】12チーム(申込順)※1チーム3人。
【場所】文化スポーツプラザ
【申し込み】前日までに申し込みフォームで

江戸川総合人生大学公開講座 子ども食堂NUKUNUKUから学ぶ地域をあたかく包む居場所づくり
 区江戸川総合人生大学運営係
 ☎03-3676-9075
 心に寄り添うためのヒントを実体験を交えてお伝えします。
【日時】6月22日(日)10時30分～12時
【場所】篠崎文化プラザ
【定員】45人(申込順)
【講師】佐藤すずみ(特非らいおんはーと)
【申し込み】5月18日(日)10時か



終活アドバイザーと学ぶ 終活勉強会(お墓編)
 区消費者センター
 ☎03-5662-7635
 お墓と墓地の種類や葬儀から納骨までの流れを終活の基礎知識とともに学びます。
【日時】6月22日(日)13時30分～15時
【場所】グリーンパレス本館5階孔雀
【定員】120人(申込順)
【講師】大澤玲子(終活アドバイザー)
【申し込み】5月18日(日)から電話(右記)で
 ※詳しくはHPをご覧ください

区民カヌー体験教室
 区施設運営係
 ☎03-5662-0664
 初心者向けのカヌー教室です。
【日時】5月24日(日)10時～12時
 ※1回30分程度。
 ※当日の天候などにより中止する場合があります。
 ※詳しくは区HPをご覧ください



葛西海浜公園 西なぎさビーチクリーン
 区ふるさと東京を考える実行委員会
 ☎03-3869-1992
 9時～18時(土日を除く)
 子どもたちがはだしで遊べる浜を目指し、清掃活動を行います。
【日時】5月24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
【定員】100人程度(申込順)
【持ち物】軍手
【申し込み】5月18日(日)10時から電話(右記)または電子メール(P7記入例参照・info@furusato-kyo.org)へ

旬の情報を毎日発信！ FMえどがわ 84.3MHz

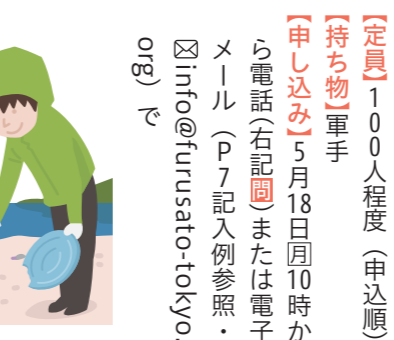
イベント情報や音楽番組の他、月～金 8時45分・14時・20時40分から放送の番組「江戸川区からのお知らせ」で行政情報を発信しています。

朗読会「山本周五郎 人情時代小説『橋の下』」
 篠崎文化プラザ
【日時】6月14日(日)14時～15時
【定員】40人(申込順)
【出演】岡崎ちか子(朗読の森)ほか
【場所】篠崎文化プラザ
【申し込み】5月28日(日)19日(日)14時から申し込みフォームまたは電話(右記)で



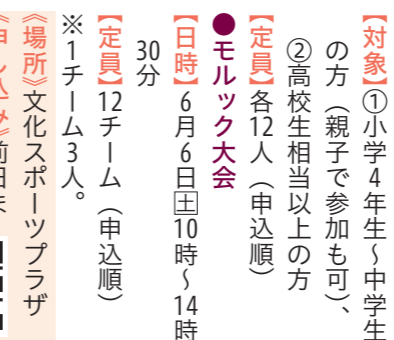
葛西海浜公園 西なぎさビーチクリーン
 区ふるさと東京を考える実行委員会
 ☎03-3869-1992
 9時～18時(土日を除く)
 子どもたちがはだしで遊べる浜を目指し、清掃活動を行います。
【日時】5月24日(日)10時～12時
 ※雨天中止。
【場所】葛西海浜公園西なぎさ
【対象】小学生以上の方
【定員】100人程度(申込順)
【持ち物】軍手
【申し込み】5月18日(日)10時から電話(右記)または電子メール(P7記入例参照・info@furusato-kyo.org)へ

気軽に食材を使い切り(エコ料理教室)
 えどがわエコセンター
 ☎03-5659-1651
【日時】5月26日(日)10時30分～13時30分
【場所】清新町コミュニティ会館



文化スポーツプラザの催し
 区文化スポーツプラザ
 ☎03-6231-5211
●はじめてのピククルボール
【日時】5月30日(日)10時～11時、②11時30分～12時30分
【対象】①小学4年生～中学生の方(親子で参加可)、②高校生相当以上の方
【定員】各12人(申込順)
●モルック大会
【日時】6月6日(日)10時～14時30分
【定員】12チーム(申込順)※1チーム3人。
【場所】文化スポーツプラザ
【申し込み】前日までに申し込みフォームで

終活アドバイザーと学ぶ 終活勉強会(お墓編)
 区消費者センター
 ☎03-5662-7635
 お墓と墓地の種類や葬儀から納骨までの流れを終活の基礎知識とともに学びます。
【日時】6月22日(日)13時30分～15時
【場所】グリーンパレス本館5階孔雀
【定員】120人(申込順)
【講師】大澤玲子(終活アドバイザー)
【申し込み】5月18日(日)から電話(右記)で
 ※詳しくはHPをご覧ください



第52回花壇コンクール・フラワーまつり
 区花壇コンクール⇒みどりサービスセンター☎03-5662-0321
 フラワーまつり⇒小岩フラワーロード商店街事務局☎03-5668-1515
 花壇の美しさを競う花壇コンクールとフラワーまつりを同日開催します。
【日時】5月30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)、花壇展示/かるがもひろば(南小岩7-16)⇒表彰式(12時から)、模擬店、ステージ発表/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。

第52回花壇コンクール・フラワーまつり

区花壇コンクール⇒みどりサービスセンター☎03-5662-0321
 フラワーまつり⇒小岩フラワーロード商店街事務局☎03-5668-1515

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



ファミリーサポート
 会員を募集します
 ☎03-5662-0364
ファミリーサポートセンター
 ☎03-5662-0364
【協力会員】子育てのお手伝いをしたい方
 説明会・研修会を行います。
【日時】6月①9日②26日
 ③10時④16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】前日までに区HPまたは電話(右記☎)で
 ※詳しくは区HPをご覧ください。
【依頼会員】子育てのお手伝いをお願いしたい方
 会員登録が必要です。詳しくは区HPをご覧ください。

健康・福祉
健康サポートセンター
 中央 ☎03-5661-2467
 小 ☎03-3658-3171
 東 ☎03-3678-6441
 清 ☎03-3878-1221
 葛 ☎03-3688-0154
 鹿 ☎03-3678-8711
 小松 ☎03-3683-5531
 なぎさ ☎03-5675-2515
講座・講習
認知症サポーター養成講座
一之江熟年相談室 清心苑
 ☎03-5879-5613
 認知症の方やその家族をサポートするために、正しい知識や望ましい接し方を学びませんか。
【日時】6月16日 13時30分～15時
【場所】タムスさくらの杜 一之江(一之江2-19-12)
【定員】25人(申込順)
【申し込み】5月16日 9時から電話(右記☎)で

女性のデジタルカレッジ事業
Excel基礎科
Excel基礎科事務局
 ☎03-6261-7524
 9時～17時(土日を除く)
 就職に必要なWord・Excelの基礎的なスキルを習得する職業訓練です。ハローワーク職員による就職支援の講座もあります。
【日時】6月22日①26日③10時～15時(全5回)
【場所】タワーホール船堀3階301会議室 ほか
【対象】結婚・出産・育児・介護などで退職した求職中の女性の方
 ※一時保育あり。
【定員】10人(抽選)
【費用】2640円(テキスト代)
【申し込み】5月29日 17時までにHPまたは申込書を郵送(必着)で
 ※申込先などの確認、申込書のダウンロードは「東京都TOKYOはたらくネットHP」でできます。

介護の担い手研修
事業者調整係
 ☎03-5662-0032
 介護の基本や心得について学びます。また、就職などの相談会も行います。
【日時】6月27日 9時30分～14時35分・28日 9時30分～15時40分(全2回)
【場所】グリーンパレス本館4階 集会室402
【対象】介護事業所などで従事する方、介護の職場に興味のある方など
【定員】35人(申込順)
【申し込み】6月24日 9時までに申し込みフォームで

個別の運動相談
個々の運動相談
運動不足による体力低下やフレイル(加齢による心身の衰え)が気になる、ひざや腰などに痛みがある方などへ、理学療法士や作業療法士がその方の状態に合った運動方法をお伝えします。
【日時】6月25日 9時30分～11時30分
【場所】地域活動支援センター「はるえ野(春江町2-41-8)」
【対象】症状が思い当たる方やその家族
【定員】3人(申込順)
【申し込み】6月18日 9時までに

高次脳機能障害専門相談
地域活動支援センター「はるえ野」
 ☎03-5664-6070
 10時45分～19時(火金日)
 10時45分～17時
 頭部のけがや脳卒中などにより「新しいことが覚えられない」「感情がコントロールできない」といった症状の相談に応じます。
【日時】6月25日 9時30分～11時30分
【場所】地域活動支援センター「はるえ野(春江町2-41-8)」
【対象】症状が思い当たる方やその家族
【定員】3人(申込順)
【申し込み】6月18日 9時までに

相談
ひきこもりの悩みを話せる場所があります
ひきこもり相談窓口
 ☎03-6657-4688
【メタバース居場所】
 気軽に交流できる居場所に参加しませんか。
【日時】5月30日 14時～16時
【場所】①メタバース空間、②旧平井第二小学校
【対象】ひきこもりの状態に悩む方やその家族、関心のある方
【定員】①30人、②20人
 ※いずれも申し込み順。
【講師】池上正樹(社)SHP、ひきこもりと共生社会を考えるネットワーク代表理事
【申し込み】前日までに区HPで

地域家族会「エバグリー」
 同じ悩みを抱える家族同士で話しませんか。
【日時】6月6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】前日までに電話(右記☎)・電子メール(P7記入例参照)・☒komin.edogawa_fami@kizuki.or.jp

8年度後期(10月開始)新規療育利用説明会(動画配信)
発達相談・支援センター
 ☎03-5875-5321
 10月から開始する療育プログラムを利用説明会動画を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。
【公開日時】6月29日 12時から
【面談日程】7月6日 16時
【場所】発達相談・支援センター
【対象】区内在住で発達が気になる未就学のお子さんを持つ保護者の方
 ※詳しくはHPをご覧ください。

住まいをお探しの方へ「住み替え相談会」
住住宅係
 ☎03-5662-0517
【日時】6月12日 10時～12時30分
 ※相談は1人30分程度。
【場所】グリーンパレス本館4階 集会室402
【対象】区内の民間賃貸住宅への住み替えを検討している方
 ※都営住宅などの公的住宅の紹介はありません。
【定員】5人(申込順)
【申し込み】6月1日 9時までに電話(右記☎)または窓口(区役所北棟2階3番)で

広報えどがわに広告を掲載しませんか 編集係 ☎03-5662-0403
 ●毎号約17万部発行 ●掲載料は1枠2万5000円 ※詳しくは区HP(二次元コード)をご覧ください。

区施設に愛称をつけて自社をPRしませんか ネーミングライツ(命名権)パートナーを募集しています。詳しくは区HPをご覧ください。☎財産活用課調整係 ☎03-5662-9017

5月16日～6月1日の 夜間・休日急病診療

受診の際は、マイナ保険証
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)	20時～翌5時	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17日回・24 日回・31日回	9時～17時				
5月17日回	10時～14時	小 小児科	南篠崎町 2-10-1	☎03-3679-1188	
	9時～17時	佐藤医院	中葛西 1-4-16	☎03-3688-7460	
	14時～18時	内小 小児科	清新町 1-3-6	☎03-6808-8001	
	8時45分～11時45分・13時～15時	タムス総合クリニック篠崎駅前	篠崎町 2-7-1	☎03-5666-1331	
	9時～17時	内 田中医院	平井 6-30-1	☎03-3612-3352	
		眼 原眼科	中央 4-4-2	☎03-3652-2108	
耳 かみむら耳鼻咽喉科		平井 6-24-10	☎03-3612-5002		
5月24日回	9時～13時・15時～20時	内小 小児科	北葛西 5-15-2	☎03-6808-8055	
	9時～17時	東京心臓不整脈病院	平井 3-25-17	☎03-3638-2301	
	10時～13時・15時～17時	一之江駅前クリニック	一之江 8-15-17	☎03-5661-5150	
	9時～17時	内 浅岡医院	船堀 3-10-7	☎03-5696-3363	
	9時～13時	中鉢内科・呼吸器内科クリニック	西葛西 6-13-7	☎03-3687-1161	
	9時～17時	眼 つばい眼科クリニック	一之江 8-17-17	☎03-5662-5622	
5月31日回	9時～17時	耳 しんでん耳鼻咽喉科医院	西葛西 8-12-17	☎03-6411-4133	
	9時～17時	内小 小児科	中川医院	小松川 3-75-3	☎03-3684-2534
		内小 小児科	沢医院	中葛西 1-31-53	☎03-3680-8765
	9時～12時30分・14時～17時	葛西のかなめクリニック	中葛西 5-20-14	☎03-6808-5881	
	9時～12時	一之江ファミリークリニック	一之江 8-13-9	☎03-5879-3883	
	9時～14時・15時30分～20時30分	内 キュアステーションイオン葛西クリニック	西葛西 3-9-19	☎03-6663-9531	
9時～17時	眼 あいりず眼科クリニック	船堀 3-7-22	☎03-5676-4113		
	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
各医療機関へ電
話でご相談くだ
さい。



SOSシートで備えましょう

☎事業者調整係 ☎03-5662-0032

1人暮らしの方や高齢者夫婦、持病をお持ちの方など、「1人で家にいる時、万が一のことが起こったら…」と不安を抱えている方は多いと思います。

熟年相談室で配布している「SOSシート」は、緊急時の連絡先やかかりつけの医療機関などの情報を、記入できる便利なシートです。裏面が磁石になっているので、冷蔵庫などの目につく場所に貼ることができます。急病などで救急車を呼ぶ際に、必要な情報を伝える助けになります。

また、駆け付けた救急隊員らが主治医に病歴を確認する際や、家族と連絡を取る際にも役立ちます。もしものときの備えとして、ぜひご活用ください。



【SOSシートを申請できる方】

区内在住の65歳以上の方

【SOSシート配布場所】

各熟年相談室
介護保険課事業者調整係 (区役所 2階 2番)



▲熟年相談室の一覧

SOSシート

ふりがな		明・大・昭
氏名		生 年 月 日
住所		

緊急時は下記へご連絡をお願い致します

緊急時連絡先	
氏名	続柄
電話	
住所	
氏名	続柄
電話	
住所	

かかりつけ医療機関	
医療機関名	() 科
主治医名	
住所	
電話	

消費生活コラム

悪質な屋根の点検商法にご注意!!

事例 1

「近所で工事をしていたら、お宅の屋根瓦が浮いているのが見えた。放置すると危ないから今すぐ無料で点検します」と言って来訪があった。屋根に上った業者から「すぐに直さないと瓦が飛んで危険」と言われ、焦って修理をお願いしたら、高額な修理代金を請求された。



事例 2

「火災保険を使えば自己負担ゼロで住宅の修理ができる」と勧誘され調査を依頼したところ、「屋根瓦が傷んでおり、放っておくと雨漏りの原因になる」と業者が言うので修繕契約をした。保険会社に確認すると「経年劣化は対象外」と言われたので、業者に解約を申し出ると、多額の違約金を請求された。



ここがポイント!

- 突然訪問してきた業者を「屋根に上らせない」
見えない場所をわざと壊される恐れもあります。不安な時は、信頼できる地元の業者にも見積もりをお願いしましょう。
- 「火災保険で無料」という言葉を安易に信じない
老朽化による損傷は火災保険の対象外です。知らない間に詐欺に加担したとみなされる恐れがあります。
- その場で契約せず家族や周囲に相談する
「今すぐやらないと危険」と急かされても、すぐに契約しないで複数の会社から見積もりを取るのが鉄則です。
- クーリング・オフができるか確認する
訪問販売の場合、契約書を受け取ってから8日以内であれば無条件で契約を解除することが可能です。すぐに消費者センターへ相談をしましょう。



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17日回	中村接骨院	松島 1-43-16	☎03-3652-7798
	春江接骨院	一之江 8-10-14	☎03-5607-1989
5月24日回	北小岩マダグチ接骨院	北小岩 8-2-16	☎03-5668-1061
	井出接骨院	春江町 4-22-98	☎03-5607-1633
5月31日回	小林接骨院	北小岩 3-7-12	☎03-3673-2002
	みなみ整骨院	東瑞江 1-35-8	☎03-5243-4755

※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 / 土日祝祝休 = 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。

困ったときは迷わず相談! 江戸川区消費者センター = 9時～17時
相談受け付け ☎03-5662-7637 = 9時～16時 (土日祝休を除く)





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。8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(申込順)です。



◀えどがわ区民ニュースでも紹介しています

長野県安曇野市
穂高荘



予約センター
☎03-5662-7051 = 9時~17時(日祝を除く)

清々しい風と緑豊かな自然があふれる初夏の安曇野で、心身ともにリフレッシュしませんか。穂高号では初めてとなる「日本浮世絵博物館」を訪れるコースもご用意しています。



のんびり信州松本(なわて通り、日本浮世絵博物館)と池田町花見ほたるの観賞

7月1日(日)~3日(金) 2泊
絶景バスドライブ・乗鞍スカイライン

7月9日(日)~11日(土) 2泊
車山高原夏の風物詩ニッコウキスゲの絶景
7月21日(日)~23日(日) 2泊



新潟県南魚沼市
塩沢江戸川荘



予約センター
☎0120-007-095 = 9時~17時

5月の魚沼は木々が芽吹き、新緑とともに山では残雪も見られる季節です。また、6月下旬~7月上旬は、夕食後にホテル観賞のバスも運行します。初夏の夕闇に揺らぐ幻想的な光をお楽しみください。



自然の楽園「福島潟」で季節の花々と野鳥観察・レンジャーガイド付き

7月1日(日)~3日(金) 2泊
長岡市 金峯神社の勇壮な神事

「流鏝馬」見学
7月14日(日)~16日(日) 2泊



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】予約センター(上記)へ電話で(お掛け間違いにご注意ください)
※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。

※各コースの内容や最新情報は、区施設や各駅に設置するチラシまたは各HPをご覧ください。



▲穂高荘

▲塩沢江戸川荘

葛西臨海公園内のホテル
ホテルシーサイド江戸川



～花展「万緑賛歌」～

初夏の木々が放つ生命力あふれる緑や、花々のみずみずしい美しさを、生け花を通して表現します。無料で入場いただけますので、気軽にお立ち寄りください。



【日程】5月30日(土)・31日(日)
【時間】10時~17時
【場所】1階ロビー

お問い合わせは、電話で
☎03-3804-1180 = 9時~18時



MAIL

友好都市からの手紙

南魚沼市



☎南魚沼市観光戦略課 ☎025-775-7019



南魚沼市・魚沼市・湯沢町を結ぶ「雪国魚沼ゴールデンサイクルルート」。雪国ならではの自然や文化を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。グルメ・観光スポットを巡りながら、気軽にサイクリングを楽しめる短距離のコースもあります。詳しくはHPをご覧ください。



▲雪国魚沼GCR

「里山Minicle」では、2時間単位でレンタル可能な、電動アシスト付自転車を貸し出しています。詳しくはHPをご覧ください。



▲里山ミニクル



広報えどがわについてアンケートを実施しています。区HPから回答をお願いします。

◀江戸川区PRキャラクター「エドリバー」



広報えどがわは区HPからもご覧いただけます

☎編集係 ☎03-5662-0403