

# アスベスト濃度調査結果

## 区内の大気中濃度は健康に影響なし

区では、昨年9月に3地点(亀戸7丁目、豊洲4丁目、東陽4丁目)で一般大気中のアスベスト濃度を調査し、結果はすべて0・056未満/ℓでした。

大気環境中のアスベスト濃度は環境基準は設定されていませんが、WHO(世界保健機関)によると世界の都市部の一般環境中のアスベスト濃度は1〜10本/ℓ程度で、この程度であれば健康リスクは検出できないほど低いとされています。区の調査結果はこの数値を大きく下回っており、直ちに問題となる濃度ではないと考えられます。

区では、今後も推移をみるため、アスベスト濃度調査を継続していきます。

環境保全課調査係  
☎(3647)6148

# 小名木川リバーツアー特別編

## 屋形船で回る小名木川リバーツアー特別編

3/16(土)

リバーガイド認定者の解説とともに、屋形船で早春の小名木川・隅田川から東京湾へと巡り、レインボープリッジ・東京ゲートブリッジを眺める周遊コースです。軽食付で、ゆらり屋形船の旅をお楽しみください。

時 3月16日(土)「1」便 午前9時〜午後0時半(予定)「2」便 午後1時〜4時半(予定)※荒天の場合は中止 集 中川船番所資料館(大島9-1-15)

人 小学生以上の方各便50人

区内在住を優先し抽選  
費 大人3,000円、小中学生2,500円(乗船料、軽食代、保険代等含む)「コース」中川船番所資料館見学↓番所橋乗船場(船便)↓小名木川↓隅田川↓東京湾(レインボープリッジ・東京ゲートブリッジ)↓荒川口ツクゲート↓番所橋乗船場(解散)※コースは状況により変更になる場合があります「持ち物」動きやすい服装、靴

締 1月24日(木) 必着

# 亀スポ減量トライアル

## ムリなくムダなく落とせ体脂肪

亀戸スポーツセンターでは、減量を始めたいという方を対象に「亀スポ減量トライアル」を開催します。成果は人それぞれですが、3か月で自分の変化に気づいてみませんか?ぜひこの機会にチャレンジしてください。

フリーパス販売期間 1月16日

(水)〜22日(火)※トレーニングはフリーパス購入から3か月間となります 場 亀戸スポーツセンター2階トレーニング室(亀戸8-22-1) 人 18歳〜64歳までの介助を必要とせず一人で運動できる方30人(申込順)

費 8,000円(3か月トレーニング)



▲東京ゲートブリッジを臨む

申 ながき(1枚4人まで)に「リバーツアー特別編」と記入し、①希望の便②住所③氏名④ふりがな⑤電話番号⑥申込人数⑦小中学生は学年と年齢を記入し、〒136-072大島8-1-33東大島文化センターへ  
☎(3681)6331

健康リスクは検出できないほど低いとされています。区の調査結果はこの数値を大きく下回っており、直ちに問題となる濃度ではないと考えられます。

区では、今後も推移をみるため、アスベスト濃度調査を継続していきます。

環境保全課調査係  
☎(3647)6148

ニンゲフリーパス代 内 定期的にカウンセリングを行い、作成したプログラムに沿って3か月間トレーニングします。申込時に健康アンケートと1日の食事記録を記入し、初回カウンセリングの予約をしてください

締 定員になりしだい  
申 1月16日(水) 午前10時から、電話または亀戸スポーツセンター窓口で  
☎(5609)9571

### 保健 つづき 骨粗しょう症予防教室

〜今日から始める骨貯金!〜

簡単エクササイズと調理実演を通して骨粗しょう症予防について学びませんか?※骨密度測定・骨折リスク簡易判定も実施 時 ①2/14(木)13:30〜15:30②2/21(木)13:00〜16:00(全2回) 場 城東保健相談所 人 区内在住で両日参加できる65歳未満の、骨粗しょう症が心配または関心のある方20人(抽選※医師から骨粗しょう症と診断された方、運動を止められている方はご遠慮ください) 費 無料 内 ①は食事教室(調理実演・試食あり)、②は骨密度測定・骨折リスク簡易判定・運動教室【持ち物】動きやすい服装・タオル・水分 師 ①相談所管理栄養士②糸田加代子(日本体育施設協会認定トレーニング指導士) 締 1/31(木)消印有効 申 往復はがきに①教室名②受講者氏名(ふりがな)③年齢④住所⑤電話番号を記入し、〒136-0072大島3-1-3城東保健相談所管理栄養士へ☎3637-6521、FAX3637-6651

### 精神保健講演会 統合失調症とは?

最新の治療について学び病気を理解し、生活の工夫や必要な支援は何か考えます 時 1/31(木)14:00〜16:00 場 城東保健相談所講堂(大島3-1-3) 人 50人(申込順) 費 無料 内 専門医による講演 師 小沼寛史(都立墨東病院神経科医師) 申 1/17(木)から電話で城東保健相談所☎3637-6521、FAX3637-6651

### 食育応援講座「親子deごはん」

簡単バレンタインメニューを親子で一緒に作りながら楽しく学ぶ「食」の教室です 時 2/6(水)10:30〜13:00 場 城東南部保健相談所4階調理室 人 3歳〜未就学幼児と保護者12組(抽選)※兄弟など対象者以外の受け入れ不可 費 無料 内 お話、簡単

な調理実習と試食【持ち物】エプロン・三角きん・タオル 締 1/25(金)必着 申 往復はがきに①食育応援講座「親子deごはん」希望②子および保護者氏名(ふりがな)・子の年齢③郵便番号・住所④電話番号を記入し、〒136-0076南砂4-3-10城東南部保健相談所栄養士へ 問 ☎5606-5001

### 講演会 こどものぜん息・アトピー・食物アレルギーの最新情報

ぜん息やアトピー性皮膚炎、食物アレルギーについて、最新の知識や日常生活での工夫を専門医が講演します 時 2/3(日)13:00〜15:00(開場12:30) 場 パルシティ江東レクホール(扇橋3-22-2) 人 150人(申込順) 費 無料 師 松本健治(国立成育医療研究センター研究所免疫アレルギー研究部長) 保 1歳〜就学前児童30人(無料・申込順・申込時要予約) 申 1/16(水)から電話またはメール、ファクスに①参加者全員の氏名②住所③電話番号④講師に対する質問⑤所属(専門職の方のみ)⑦保育希望者はお子さんの年齢と名前を記入し、(株)プロセスユニーク内講演会事務局へ☎0800-800-2020、FAX0120-896-891※ホームページ(HP) http://www.erca.go.jp/yobou/からも申し込みできます 問 保健所健康推進課公害係☎3647-9564、(独)環境再生保全機構☎044-520-9572 ② yobou2012@p-unique.co.jp

### 生活習慣病予防健診(2月分)

時 場 別表のとおり 人 健診日現在15歳以上39歳以下の区民の方各会場25人(抽選)※最近1年以内に受診された方はご遠慮ください 費 無料 内 胸部X線・血液・尿検査・腹囲測定等 締 1/21(月)必着 申 はがきに①健診名②住所・郵便番号③氏名(ふりがな)④年齢⑤生年月日⑥性別⑦電話番号を記入し、希望する保健相談所へ(重複申し込み不可)※電子申請もできます HP https://www.

e-tetsuzuki99.com/tokyo/ 各保健相談所管理係

健診会場	検査日時	結果日時
城東保健相談所 〒136-0072 (大島3-1-3) ☎3637-6521 FAX3637-6651	2/12(火) 9:00〜	2/22(金) 13:30〜
深川保健相談所 〒135-0021 (白河3-4-3-301) ☎3641-1181 FAX3641-5557	2/6(水) 13:10〜	2/19(火) 13:20〜
深川南部保健相談所 〒135-0051 (枝川11-8-15-102) ☎5632-2291 FAX5632-2295	2/1(金) 13:10〜	2/15(金) 13:30〜

※城東南部保健相談所は奇数月に実施

### 休館・休止

深川東京モダン館 ☎5639-1776

1/16(水)を休館。1/15(火)臨時開館に伴う振り替えのため

中川船番所資料館 ☎3636-9091

1/22(火)を休館。展示替えのため

深川北スポーツセンター ☎3820-8730

2/3(日)午後、体育室(卓球)の一般公開を中止。イベント開催のため

豊洲文化センター ☎3536-5061

2/18(月)〜25(月)を休館。(仮称)シビックセンター新築工事に伴う改修のため

豊洲図書館 ☎3536-5931

2/19(火)〜24(日)を休館。特別整理期間のため

### 官公署

老齢年金を受けている方に必要な源泉徴収票を送付 老齢基礎年金や老齢厚生年金など

は、所得税法上「雑所得」として課税の対象となります。そのため、日本年金機構では老齢基礎年金や老齢厚生年金などを受けている方全員に、平成24年の年金の支払総額や介護保険料額、源泉徴収税額などを記載した「公的年金等の源泉徴収票」を1月中に送付します(障害年金や遺族年金は非課税のため源泉徴収票は送付されません)。確定申告や住民税の申告をする際に必要ですので大切に保管してください。「公的年金等の源泉徴収票」がお手元に届かない場合や紛失した場合はご連絡ください 問 ねんきんダイヤル☎0570-05-1165、江東年金事務所☎3683-1231

### その他

#### 行政書士による無料相談会

時 1/17(木)13:00〜16:00 場 区役所2階区民ホール 費 無料 内 遺言・相続・遺産分割、株式会社・NPO法人等の法人設立、飲食店・古物商・産廃・建設業他各種営業許可関係、融資、契約書関係 申 当日直接会場へ 問 東京都行政書士会江東支部(社)☎3641-6581または区広報広聴課広聴相談係☎3647-2364、FAX3647-9635

### みんなのひろば

#### スクエアダンスを踊ってみませんか!

【無料体験講習会】時 1/26(土)18:30〜20:40 場 富岡区民館(富岡1-16-12)【初心者講習会】時 2/2(土)18:00〜20:40 場 富岡区民館 費 20回分6,000円(テキスト代込み) 内 8人で踊るダンス。難しいステップなし 問 東京ベイスクエアダンスクラブ 三浦喜美代☎3536-6651

「みんなのひろば」は、区民の皆さんの地域での自主的な活動を紹介し、内容については直接申・問までお問い合わせください。