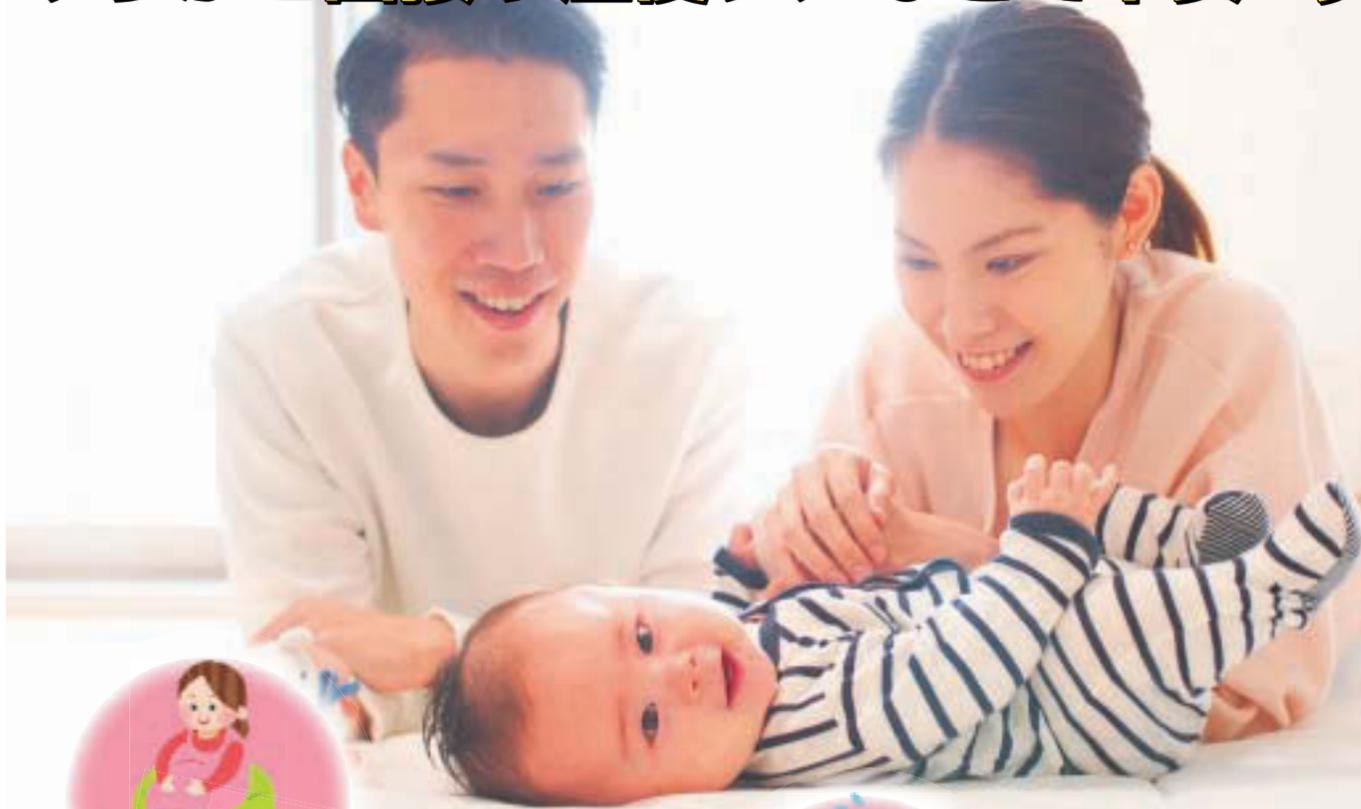


# 妊娠から子育てまで 切れ目なく支援

## ゆりかご面接や産後ケアなどで不安・負担を軽減

区では、妊娠から子育てまで切れ目なくサポートする「ゆりかご・江東事業」を実施しています。妊娠期には「ゆりかご面接」、出産後は「産後ケア」をご利用ください。保健相談所では各家庭のニーズに沿った情報を提供し、安心して子育てできるように支援を行っています。

☎保健予防課保健係 ☎(3647)5906、  
 FAX(3615)7171



### ゆりかご面接

妊娠がわかったら保健相談所へ

すべての妊婦さんが安心して出産を迎え、子育てをスタートできるよう、保健師などの専門職が妊娠中や出産、子育て等に関する相談や産後ケアをはじめとしたサービスの案内を行います。「ゆりかご面接」を受けた妊婦さんご本人には、面接時に妊婦用グッズ(保湿クリーム・エコバッグ)、出産後に育児支援グッズ(木製おもちゃ・おくるみ)を贈呈します。

☎ 月～金曜9:00～16:30 ☎ 区内在住の妊婦の方(すでに母子健康手帳をお持ちの方はご持参ください) ☎ 直接お住まいの地域を担当する保健相談所(下図)窓口へ



▲専門職と出産・子育てについて面接

### 産後ケア 専門職が出産後の母子をサポート

出産後に家族などから育児支援を得ることが難しい方やからだの不調や育児不安がある母子に対し、休息や心身のケア、育児アドバイス、乳房ケアなどを医療機関等で行います。①宿泊型②日帰り型③乳房ケアの3種類のサービスがあります。

☎ ①は妊娠8か月以降、②③は出産後に保健相談所窓口へ※②③は電話申込可

サービスの種類	①宿泊型産後ケア	②日帰り型産後ケア	③乳房ケア
対象者 (江東区に住民票がある方)	初産で、次に該当する産後2か月未満の母親と赤ちゃん ○ご家族等からの十分な支援がない ○体調不良や育児不安がある	産後4か月未満で、体調不良や育児不安がある母親と赤ちゃん	産後4か月未満で、母乳の分泌不良など母乳育児に心配のある方
利用回数	3泊4日まで1回	1回(必要に応じて2回まで)	訪問・外来型のいずれか1回
利用料金 (自己負担額)※	1泊2日12,000円、2泊3日18,000円、 3泊4日24,000円	3,000円	1,000円

※住民税非課税世帯および生活保護世帯は減免制度あり、多胎の場合加算あり  
 【提供場所】①②契約医療機関等③自宅へ訪問・契約医療機関

### お住まいの地域を担当する保健相談所

**城東保健相談所**  
 大島3-1-3  
 ☎3637-6521  
 FAX3637-6651

対象住所  
 亀戸・大島・北砂・東砂(1丁目～5丁目)

**深川保健相談所**  
 白河3-4-3-301  
 ☎3641-1181  
 FAX3641-5557

対象住所  
 清澄・常盤・新大橋・森下・平野・三好・白河・高橋・佐賀・永代・福住・深川・冬木・門前仲町・富岡・牡丹・古石場・越中島・千石・石島・千田・海辺・扇橋・猿江・住吉・毛利・木場・東陽・新砂(1丁目1番)・南砂(2丁目1番1号～5号・5番～7番)

**深川南部保健相談所**  
 枝川11-8-15-102  
 ☎5632-2291  
 FAX5632-2295

対象住所  
 塩浜・枝川・豊洲・東雲・有明・辰巳・潮見・青海

**城東南部保健相談所**  
 南砂4-3-10  
 ☎5606-5001  
 FAX5606-5006

対象住所  
 東砂6～8丁目・南砂(2丁目1番1号～5号・5番～7番を除く)・新砂(1丁目1番を除く)・新木場・夢の島・若洲



### 国民健康保険

## 4月から東京都とともに運営(広域化) 被保険者証や手続きをする窓口は変更なし

国民健康保険は、平成30年度から広域化され、東京都が財政運営の責任主体となります。江東区は資格管理、保険給付、保険料率の決定、賦課・徴収、保健事業など、これまでの業務運営を引き続き行います。

【変更されないこと】  
○お持ちの被保険者証(平成31年9月末まで)  
○各種手続きの窓口  
広域化に伴う受付窓口の変更はありません。

※世帯の変更を伴う手続きによる新たな被保険者証は、簡易書留により後日郵送します。

○高額療養費の多数回該当  
同じ世帯で過去12か月の間に4回以上高額療養費の支給を受けるとき、4回目からの自己負担限度額は減額されています。今後は、都内で転居しても、国保に同世帯のまま加入している場合、他区市町村分の多数回該当回数も加算されます。

※高額療養費が発生した場合は、区から申請書を送付します。

○世帯主が転居した場合の被保険者証  
世帯主が引越し(転出・転居等)した場合、残った世帯の方

## 平成30年度 区立幼稚園 園児募集

区立幼稚園では、平成30年4月から入園する園児(2年保育児)の募集を、定員に満たない園で随時追加受付を行っています。空き状況の確認や申込は、入園を希望する各園に直接お問い合わせください。

【入園資格】区内居住者(平成30年3月31日(土)までに区内転入の確実な方を含む)で、平成25年4月2日から平成26年4月1日までに生まれた幼児

【園】各幼稚園または学務課幼稚園係

☎(3647)9703  
FAX(3647)9053

### 平成30年度区立幼稚園一覧

(学級数は、今後の申込状況により、変更になる場合があります)

幼稚園名	所在地	電話番号	2年保育児	
			受入定員	学級数
平久	木場1-2-2平久小学校内	3645-6260	35	1
南陽	東陽2-1-14	3649-1077	105	3
川南※1	千石2-9-12川南小学校内	3647-2983	35	1
つばめ※2	扇橋3-20-13-101	3649-1841	70	2
元加賀	白河4-9-17	3641-1778	70	2
豊洲	豊洲4-4-4	3531-9272	140	4
枝川※3	枝川3-4-1-101	3615-1333	35	1
辰巳	辰巳1-11-1辰巳小学校内	3521-2187	70	2
ちどり	古石場1-11-11	3642-1460	70	2
ひばり	東雲2-4-1-103	3529-1454	105	3
第一亀戸	亀戸2-5-7第一亀戸小学校内	3685-8227	35	1
第二亀戸	亀戸6-36-1第二亀戸小学校内	3684-1894	35	1
大島	大島5-38-1	3684-3396	35	1
第三大島	大島7-39-2-101	3685-5945	35	1
もみじ	大島8-21-9-101	3637-4106	35	1
第五砂町	東砂7-5-27	3644-2209	70	2
東砂	東砂4-20-1	3644-1942	70	2
なでしこ※4	北砂5-20-7-102	3640-7275	35	1
小名木川	北砂5-22-10小名木川小学校内	3648-5244	35	1
みどり	南砂2-3-3-101	3649-5840	70	2

※1 平成30年3月まで大規模改修工事のため、仮園舎(旧南砂西小・南砂2-3-13)で受付を行います。  
 ※2 平成31年度に大規模改修工事を予定しています。工事期間中は、仮園舎(場所未定)で保育を行います。  
 ※3 平成30年7月から平成31年2月まで大規模改修工事を行います。工事期間中は、仮園舎(旧南砂西小・南砂2-3-13)で保育を行います。  
 ※4 平成30年7月から平成31年2月まで大規模改修工事を行います。工事期間中は、仮園舎(旧大島南小跡地・大島5-52-15)で保育を行います。

の被保険者証(記号・番号)が変更されます。後日、新記号・番号の被保険者証を簡易書留で送付しますので、医療機関で受診するときは、新しい被保険者証をご使用ください。

【広域化に関すること】  
医療保険課庶務係  
☎(3647)3166  
FAX(3647)8443

## 65歳以上の方へ 『体力測定会』参加者募集

近年、元気で活動的なシルバ世代の方が増えています。健康長寿の秘けつは、体力低下のサインを見逃さず、現在の体力を維持するための介護予防の取り組みを見直すことです。体力測定会に参加して、介護予防や活動的な生活のきっかけにしてください。

【区内在住で過去半年間、体力測定機会がなかった65歳以上の方30人(運動習慣がない方を優先し、申込順。要支援・要介護認定者を除く)】  
 ① ②は3月15日(木)、③は4月2日(月)から各実施場所に電話または窓口で



▲簡単な測定で自分の体力を確認

実施・申込場所	実施日時	内容
① 深川スポーツセンター(越中島1-2-18) ☎3820-5881	4/25(水) 14:00~16:30	1. 体力測定 ①握力②歩行速度 ③椅子立ち上がりテスト④タイムアップ&ゴー⑤開眼片足立ち⑥INBODY(体組成)
② スポーツ会館(北砂1-2-9) ☎3649-1701	5/21(月) 13:30~15:30	2. 介護予防についての講話
③ 深川北スポーツセンター(平野3-2-20) ☎3820-8730	6/4(月) 13:30~15:30	3. トレーニング相談 4. 介護予防に関する相談

☎(3647)4398  
FAX(3647)3165

## 世界結核デー 3月24日(土)

### 日本の罹患率は欧米の3~5倍

WHO(世界保健機関)は3月24日を世界結核デーと定め、各国に結核対策の強化を求めています。日本では過去の病気で忘れがちですが、今でも欧米諸国の5倍近い罹患率があり、江東区でも毎年1000人程度の新規の結核患者の発生が報告されています。

長引くせきは赤信号  
結核の初期症状は、せき、た

## 江東区社会同和教育講座 「東京で暮らす 部落出身者の想い」

東京には部落差別はないと思っ

【日時】3月27日(火)午後7時~8時半 場 江東区文化センター3階第2研修室(東陽4-11-3)

【参加費】無料 ①松島幸洋(部落解放同盟葛飾支部支部長)  
②3月15日(木)から電話またはファックスに①氏名(ふりがな)②住所③電話番号を記入し、人権推進課へ

☎(3647)1164  
FAX(3647)9556

## ウミネコの被害防止対策を 繁殖期を前に防除網などの設置を

ウミネコの群れが5~7月下旬に、緑化されたマンションの屋上で巣を作り、産卵・繁殖して、周辺が鳴き声やフンの被害にあふ事例が増えています。しかし、「鳥獣の保護及び管理並びに狩猟の適正化に関する法律」で、むやみにウミネコを捕獲したり、卵を採取することは禁止されています。

被害を防止するには、繁殖期の前からの対策が必要です。緑化スペースに防除網を設置したり、屋上の縁にテグス(釣糸)を張り巡らせたりするなど、ウミネコに巣を作らせないようにしてください。

【相談環境保全課環境美化係】  
☎(3647)9373  
FAX(5617)5737

症状が進むと、周りに感染を拡げることもあるため、早めの受診が重要です。

結核と診断されたら  
結核はきちんと薬を飲み続ければ治ります。治療は半年以上かかりますが、治るまで確実に服薬できるように、保健相談所では患者の方一人ひとりへ治療の支援をしています。

ご心配な方は、お住まいの地域を担当する保健相談所にご相談ください。

【保健予防課感染症対策係】  
☎(3647)5879  
FAX(3615)7171



▲ウミネコの群れ

【防除網等に関すること】  
東京都環境局自然環境部計画課  
☎(5388)3505  
FAX(5388)1379

# 「コミュニティバス「しおかぜ」」 雲雀橋の工事完了により 通常の時刻表に 3/24(土)～

「コミュニティバス「しおかぜ」は、雲雀橋の補修・補強工事に伴う車両通行止めのため、一部運行ルートを変更し、臨時時刻表で運行していましたが、工事完了に伴い3月24日(土)始発から上記の通常時刻表で運行します。

詳細は区ホームページをご覧ください。  
☎(3647)4784  
FAX(3647)9287

## 交通対策課交通係

## 大気中ベンゼン

自動車排出ガスを主要な発生源とする大気中のベンゼン濃度を、夏期(9月)および冬期(12月)に京葉道路、晴海通り、三ツ目通り沿いの3地点で、「沿道」および道路から約25m離れた「後背地」の各2か所を調査地点としました。

各地点の夏・冬の平均値は、 $0.93 \sim 1.3 \mu\text{g}/\text{m}^3$ の範囲の値でした。毎月の調査を要する環境基準との比較は参考となりますが、環境基準値( $3 \mu\text{g}/\text{m}^3$ )よりも低い値でした。また、後背地よりも沿道の方が、濃度が高くなる傾向が認められました。

(注) T.E.Q.:さまざまな種類のダイオキシン類を最も毒性の高いダイオキシンに換算したことを示す  
pg/l:水質1リットル中に1兆分の1グラム含まれていることを示す  
pg/g:底質1グラム中に1兆分の1グラム含まれていることを示す

今後環境調査を継続して、環境中の有害化学物質による汚染状況の把握に努めていきます。  
☎(3647)6148  
FAX(5617)5737

## 文化財保護推進員講習会

### 江東区の歴史を一緒に学ぼう

「江東区に長く住んでいるが、地元のことをよく知らない」「引越してきたばかりなので、江東区のことを学びたい」「江東区の歴史や身近な文化財に親しみたい」など、自分の住んでいる町についてもっと知りたいという方にお勧めの講習会です。区の歴史や身近にある文化財について学ぶ講義のほか、文化財めぐりや有形文化財の計測、拓本採取など実践的な屋外実習も行います。また区外の博物館での研修もあり、普段見ることのできない収蔵庫など、博物館の裏側を見学できます。

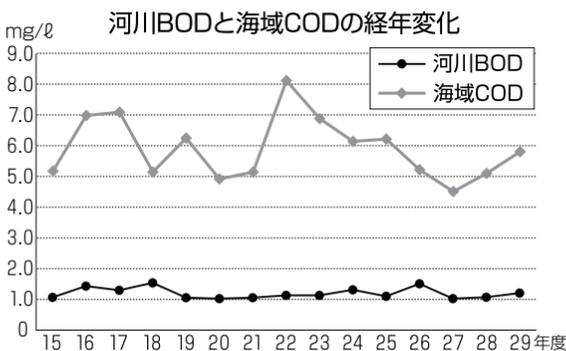
## 平成29年度 河川水質調査結果

### 河川・海域の水質はおおむね良好

区には横十間川、大横川、小名木川などの河川や、砂町運河、東雲運河などの海域があります。区では、河川12地点と海域3地点の計15地点で、年4回(4月、7月、10月、1月)水質調査を実施しています。

調査結果の詳細は区ホームページをご覧ください。  
「河川」河川における水質の汚れを示すBOD(生物学的酸素要求量)の測定値は報告下限値未満、 $4.7 \text{ mg}/\text{l}$ の範囲の値で、7月に1地点で環境基準を超過しました。また、水に溶けている酸素の量を示すDO(溶解酸素量)の測定値は $2.0 \sim 9.7 \text{ mg}/\text{l}$ の範囲の値で、全体の約8割の測定値が環境基準を超過しました。

「海域」海域における水質の汚れを示すCOD(化学的酸素要求量)の測定値は $2.1 \sim 14.0 \text{ mg}/\text{l}$ の範囲の値で、7月に1地点で環境基準を超過しました。



※環境基準は水域類型ごとに異なります。

場教育センター(東陽2-1-3) ※内容により会場変更あり  
入全20回のうち8割以上受講可能な区内在住の方30人(抽選) 費2,000円(資料代)  
※別途実費がかかります  
締 3月23日(金) 必着  
申 往復はがきに講座名(文化財講習会)・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、応募動機を記入し、〒135-8383 区役所文化観光課文化財係へ  
☎(3647)9819  
FAX(3647)8470

講習日	講習内容
5/9(水)	開講式、江東区の歴史Ⅰ(中世)
5/16(水)・23(水)、6/6(水)・10(日)	江東区の歴史Ⅱ～Ⅴ
6/20(水)・7/1(日)	博物館・資料館の利用Ⅰ～Ⅱ
8/22(水)	文化財の種類と保護
8/29(水)、9/1(土)・12(水)	有形文化財の調査Ⅰ～Ⅲ
9/19(水)・26(水)、10/17(水)・24(水)、11/3(土)	江東区の文化財Ⅰ～Ⅴ
11/14(水)	文化財講演会
11/21(水)・28(水)	資料の読み方Ⅰ・Ⅱ
12/5(水)	修了式

※原則水曜18:30～20:30(土・日曜は日中)

過去15年間の河川のBODと海域のCODの平均値を見ると、どちらもおおむね良好な状況で推移しています。今よりも川の水をきれいにするために、河川

にゴミを捨てない、食器についた油汚れなどはふき取ってから洗うことで洗剤の使用を少なくするなど、区民の皆さんのご協力をお願いします。

## 環境保全課調査係

☎(3647)6148  
FAX(5617)5737

## 河川・大気中の有害化学物質の調査結果

河川のダイオキシン類

河川の水質および底質(ヘドロ)中の濃度を10月に5地点で調査した結果、水質の平均値は $0.10 \text{ pg}/\text{T.E.Q.}/\text{l}$ で、すべての地点で環境基準( $1 \text{ pg}/\text{T.E.Q.}/\text{l}$ 以下)に適合しました。底質の平均値は $53 \text{ pg}/\text{T.E.Q.}/\text{g}$ で、すべての地点で環境基準( $150 \text{ pg}/\text{T.E.Q.}/\text{g}$ )

凡例 時日時 場所 集集合 対象・定員 費用 内容 師講師 保一時保育 縮締切日 申申込 問問合先 HPホームページ Eメール

### こうとう若者女性しごとセンター 4月度セミナー 参加者募集

求人票の見方や就活マナーなど、就職活動の基礎知識をしっかり身につけましょう。これから就職活動をはじめの方はもちろん、ゴールデンウィーク明けから働きたい方も、ぜひご参加ください。

時 下表のとおり 場 こうとう若者・女性しごとセンター(亀戸2-19-1カメラプラザ9階) 費 無料 申 3/15(木)9:30から電話でこうとう若者・女性しごとセンター☎5836-5160、FAX 3637-2351 HP http://koto-shigoto.jp/

日程	対象	定員(申込順)	テーマ
4/5(木)10:00～12:00	女性	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(World中級編)
4/6(金)10:00～12:00	女性	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(Excel中級編)
4/12(木)13:30～15:30	どなたでも	15人	就活初心者でも大丈夫!就活マナーのきほん
4/17(火)13:30～15:30	どなたでも	15人	どう読めば何が見える?求人票の見方
4/21(土)11:00～12:30	どなたでも	8人	「じぶん」を売り込むMyトリスツづくり
4/25(水)10:00～12:00	女性	15人	女性のための再就職準備講座
4/27(金)10:00～12:00	女性	20人	働く自信が湧く マインドセット講座

※詳細はお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。  
※初めて当センターをご利用の場合は、利用登録が必要になります。

Jアラートによる全国一斉情報伝達訓練 3/14(水)11:00ごろ  
「これはJアラートのテストです」という内容を、防災行政無線放送をはじめ、さまざまな情報伝達手段で皆さんにお伝えする訓練を実施します。詳細は3/1号の区報や区ホームページをご確認ください 問 危機管理課危機管理係☎3647-9382、FAX3647-9651

# 守るべき道路占用のルール

## 安心して通れる道路を目指して

区道、都道などの「公道」は、誰もが安心して利用できるように整備されています。しかし、道路上に置かれた物件が交通の支障となったり、事故の原因となったりすることがあります。道路上に特定の施設(物品)を設置して継続的に使用することを「道路占用」と言い、「道路占用許可」の対象となる施設は道路法で限定されています。また、のぼり旗、立看板などは交通安全上の支障となるため、道路上に設置することは認められていません。道路は大切な共有財産です。みんなでルールを守りましょう。

物件の設置基準や申請の方法は、区ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。道路に出ている看板や日よけ等の「道路占用許可申請」をまだ行っていない企業や商店の皆さんは、早めに手続きをお願いします。

**道路課道路占用係**  
☎(3647)9689  
FAX(3647)8454

### みんなの道路 きれいに広く、安全に

道路上に植木鉢、プランター、段差解消ブロックなどの私物を置くことは、歩行者等の通行の支障となるほか、水たまりができる原因となることもあります。また、設置した私物が原因で事故が発生した場合、設置者が責任を問われることもありますので、自主的に片付けてください。

### 道路占用許可申請を忘れずに

看板や日よけ等は、路面からの高さや大きさなど一定の基準を満たしていれば道路占用許可を受けることができます。また、表示面積5㎡以下の自家用看板は、道路占用料が所定の手続きにより減免されます。道路占用

## 深川北スポーツセンター

### リニューアルオープンイベント

#### 施設の1部を無料で開放 4/1(日)

深川北スポーツセンターは設備改修工事が完了し、4月1日(日)から営業を再開します。オープンを記念して4月1日(日)は、プール、トレーニング室、体育室(午前・卓球、午後・夜間・バドミントン)を無料

で開放します。詳細は、お問い合わせください。  
**場** 深川北スポーツセンター(平野3-2-20)  
☎(3820)8730  
FAX(3820)8731

## 環境学習プログラム 春の訪れを感じよう!

4月

時 内 下表のとおり※持ち物など詳細はお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください **場** えこくる江東(潮見1-29-7)ほか **申** 3/15(木)9:00からえこくる江東に電話または窓口で ☎3644-7130、FAX3644-7135 **HP** <https://www.ekokuru-koto.jp/>

講座名	日程	内容	費用	対象
お洒落度アップ♪自然素材で白髪染め講座	4/7(土) 10:00~12:00	植物100%ヘナで白髪染めやトリートメントなどの髪ケアや効果について学びます。	300円	16歳以上15人(申込順)
ペランダミニ菜園・和ハーブ活用講座	4/7(土) 13:30~15:30	和ハーブの種類や効果、育て方から食卓を彩る活用法まで学びます。	300円	16歳以上20人(申込順)
企画展 春の自転車アメニティマップ	4/7(土)~21(土) 開館時間中(☆)	江東区の景色や名所を自転車で巡る快適なコースを紹介します <b>申</b> 当日直接会場へ	無料	どなたでも
こねて作ろう♪マイ石けん作り体験教室	4/8(日) 10:00~12:00	暮らしと水環境との関わりを学びながら、実験や石けん作りをします。	1人 300円	年長児~小学生と保護者30人(申込順)
食品で作る「大きな虹色しゃぼん玉」体験	4/8(日) 13:30~15:30	川や海を汚さない暮らしを考えます。春風に飛ばして大きなしゃぼん玉を飛ばしてみよう。	1人 300円	年長児~小学生と保護者30人(申込順)
親子一緒に始める自然遊び ~2歳児クラス~	4/10(火) 10:30~12:30	ピオトープ等で、小さな生き物を探したり、楽しく自然と触れ合います <b>申</b> 西直人(リードクライム(株))	1組 300円	2歳児と保護者12組(申込順、保護者2人まで参加可)
小座布団作りと布団手入れ法	4/14(土) 13:30~16:00	エコなリサイクル綿で布団作り!綿が布団になる楽しい体験ができます(製品仕上げリサイズ45cm×45cm)	600円	16歳以上15人(申込順)
佐々木洋の「わくわく生きものたんけん隊」(単発参加)	4/15(日) 9:30~12:00	自然案内人(プロ・ナチュラリスト)と一緒に親子で身近な自然を探検しながら、自然観察をします。	無料	年長児~小学生と保護者15組30人(申込順)
水素社会を体験してみよう!	4/15(日) 13:30~15:30	次世代のクリーンエネルギー、水素学習施設「スイソミル」で、来るべき「水素社会」体験。未来社会もすぐそこです。	無料	小学3年生~中学生15人(申込順、小学4年生以下は要保護者同伴)
砂町運河の水質を調べてみよう!	4/21(土) 10:00~12:00	区を流れる川の水を、目や耳、鼻、手を使って水質実験をしてみよう!水辺に棲む生きもののお話もします。	無料	小学生と保護者12人(申込順、小学3年生以下は要保護者同伴、幼児同伴可)
春の公園で自然と触れ合おう	4/22(日) 9:30~12:00	仙台堀川公園で自然観察をします。春を探しにいきましょう <b>申</b> 区役所母子係前 <b>解散</b> 仙台堀川公園	無料	どなたでも30人(申込順、小学3年生以下は要保護者同伴)

※同伴保護者1人が引率できるお子さんの人数は講座によって異なります。  
※特に記載のない講座は、対象者以外の方(幼児等)の入室(参加)はできません。  
☆4/7(土)は10:00から、4/21(土)は16:00まで展示します。

## えこくる江東

### 小さな田んぼで自然体験

#### 参加者集

タオル、帽子、筆記用具等(汚れてもいい服装で参加)  
**申** 3月22日(木) 必着  
**申** はがきに①えこくる田んぼ②郵便番号・住所③参加親子の氏名・ふりがな④学年(4月1日時点)⑤電話番号を記入し、〒135-0052 潮見1-29-7 えこくる江東へ郵送または窓口で※区ホームページからも申込できます

☎(3644)7130  
FAX(3644)7135

### えこくる江東の小さな田んぼ(約25㎡)でお米作りを体験し、稲の成長や田んぼにいる生きものを観察します。

**時** 内 下表のとおり(日曜全9回) 午前10時~正午  
**場** えこくる江東 **申** 全回参加できる小学生親子18組36人(区民を優先して抽選、当選者のみに3月27日(火)ごろ通知を発送予定) ※幼児等ご家族の付き添いはできません※すでに本講座を受講された方はご遠慮ください **費** 無料(持ち物:長靴、

回	日	内容
1	4/22	開校式・田越し
2	5/13	代掻き
3	5/27	田植え
4	7/29	田んぼ観察会
5	8/26	案山子作り・稲の花観察
6	9/9	写生会・防鳥網張り
7	10/14	稲刈り・ハザかけ
8	10/28	脱穀・粃すり
9	11/11	収穫祭・閉校式

**▲活動の様子**

## 10歳からの自己主張できないう子 思春期の入口に立つわが子

6年生を送る会で、クラス代表でメッセージを伝える係になりたかったのに手を挙げられなかったわが子。どうしてもいつもこうなんだろう。

小学校の学校公開では、1年生の教室から「はい!」「はい!」「はい!」と背伸びして、周囲の子より先生に見やすいように挙手している子たちが目に入ります。反対に、高学年になるに従い、じれったさを感じるくらい挙手する子が減ってくる光景が見られます。幼いころは何でも自分が前に出なくては気がすまなかった子が、思春期に入るところに消極的になってしまふことがあります。それは、成長の一過程、自己中心的だった子が自分を客観的に見ることができるようになったからです。成長の証でもあります。

「手を挙げてみようかな。でも、自分にできるかな。他の子もやりたいかな」等々、学級内の空気を読み、考えすぎて手が挙げられないということもあるでしょう。自己主張できないのはいろいろ考えるからで、決して心が弱いからではありません。

**家庭でも後押しを**  
挙手できるかどうかは、その集団のもつ雰囲気が大きく影響します。学校では、誰もが安心して自分を表現できる学級づくりに努力していますが、十分とは言えない場合もあります。そこでうちの方の出番です。

①事前にお子さんの気持ちを担任の先生に伝えておくのも一つの方法です。もちろん、いつも希望が叶うとは限りませんが、その子の性格を考えて、そつと後押ししてもらえらることもあります。

②ご家庭で、お子さんに「ダメもとで手を挙げてみようよ。〇〇ならできそうだよ」と励まして学校に送り出しましょう。挑戦する心を家族みんなで応援していることを伝えるのです。

③もし、今回はうまくいかなかったとしても、挙手できた事実を認めて価値付け、次のチャンスへの希望をつなぐよう励ましましょう。一度のチャレンジがうまくいかなかったとしても、すべて否定されたくはありません。様子をみて話を聞いてあげることが大切です。

**問** 庶務課社会教育担当  
☎(3647)9676  
FAX(5690)6911

凡例 日時 場所 集合 対象 定員 費用 内容 講師 保一時保育 締切日 申込み 問合先 HP ホームページ Eメール

### ティアアラこうとう

## 地域感謝祭

### コンサートや寄席などをさまざまな催し

3/25(日)

ティアアラこうとうで地域感謝祭を開催します。クラシックコンサートや寄席、和太鼓体験、お茶会、フリーマーケットなど催し満載です。

オーケストラの日2018  
スペシャルコンサート

午後2時～(開場午後1時15分) 4歳以上の方1,000円  
電話でティアアラこうとうチ

### 深川江戸資料館

## 伝統芸能公開

3/25(日)

常設展示室の長屋にある、三味線の師匠・おしづさんの家で、小歌の稽古風景を再現します。



▲江戸小歌市太郎と一門

三味線の音色にのった粋な歌を聞きながら、江戸情緒をお楽しみください。  
3月25日(日) 午後2時～3時  
費 大人400円、小学生50円(観覧料) ※中学生以下は保護者同伴  
出 江戸小歌市太郎と一門  
当 当日直接会場へ  
場 深川江戸資料館(白河1-3-28)  
☎(3630)8625  
FAX(3820)4379

### 亀戸文化センター

## 「亀戸イラストマップ」完成!

「区民と協働でさまざまなスポットを紹介」が協働し、「亀戸イラストマップ」をリニューアルしました。

このマップは亀戸地域のさまざまなスポットをイラストで親しみやすく紹介するために発行し

ケットサービス  
☎(5624)3333

春らんまん寄席

時 正午～午後1時 50人  
(申込順) 費 無料

出 演 林家木久蔵ほか  
3月15日(木) から電話で  
ティアアラこうとうチケットサービス  
☎(5624)3333

春休みファミリー  
コンサート

午後2時～5時 140人(先着順) 費 無料

## 芭蕉記念館ブックレット

3/25(日)

「松尾芭蕉はどんな顔をしていたの」「深川芭蕉庵はどこにあったの」「深川ではどんな俳句を詠んだの」「おくのほそ道」以外にどんなところを旅したの」など、芭蕉のいろはを全ページカラーでわかりやすく紹介しています。



▲芭蕉記念館ブックレット

3階の常設展示とあわせてご覧ください。

記付場所 亀戸文化センター  
(亀戸2-19-11カメラアプラザ5階)  
費 無料  
出 亀戸文化センター  
☎(5626)2121  
FAX(5626)2120

ています。今回は、区民の方々に亀戸の変化を調査していただき、話し合いを重ねて刷新することができました。

亀戸にお越しの際は、ぜひスポットめぐりの参考にしてください。

出 演 江東区音楽家協会  
曲目 花のまち、早春賦、花、トルコ行進曲、すみれなど  
当 当日直接会場へ  
※いずれも 3月25日(日)  
場 ティアアラこうとう(住吉2-28-36)  
☎(3635)5500  
FAX(3635)5547

出 演 林家木久蔵ほか  
3月15日(木) から電話で  
ティアアラこうとうチケットサービス  
☎(5624)3333

出 演 林家木久蔵さん

「頒布場所 芭蕉記念館(常盤1-6-3) 費 300円」  
出 芭蕉記念館  
☎(3631)1448  
FAX(3634)0986

「記付場所 亀戸文化センター(亀戸2-19-11カメラアプラザ5階) 費 無料」  
出 亀戸文化センター  
☎(5626)2121  
FAX(5626)2120

「記付場所 亀戸文化センター(亀戸2-19-11カメラアプラザ5階) 費 無料」  
出 亀戸文化センター  
☎(5626)2121  
FAX(5626)2120

官公署つづき  
自衛官等募集  
[募集種目] 下表のとおり [試験会場] 都内(後日通知) 申 自衛隊江東出張所にある願書(ホームページからも入手可)に必要事項を記入し、〒136-0071亀戸1-8-9岩上ビル2階防衛省自衛隊東京地方協力本部江東出張所に郵送または持参 ☎・FAX3685-2002  
HP http://www.mod.go.jp/pc/tokyo/koutou/

種目	区分	条件	1次試験	応募締切
幹部候補生	一般	平成31年4/1現在、22歳以上26歳未満(20歳以上22歳未満は大卒(見込含)、修士課程修了者等(見込含)は28歳未満)	5/12(土)・13(日)	5/1(火)必着
	院卒者	平成31年4/1現在、修士課程修了者等(見込含)で20歳以上28歳未満		
候一補般生	一般	平成31年4/1現在、専門の大卒(見込含)20歳以上30歳未満(薬剤科は20歳以上28歳未満)	5/12(土)	5/26(土)
	薬剤科			
候一補生	一般	平成31年4/1現在、18歳以上27歳未満	5/26(土)	
候一補生	一般	採用予定月の1日現在、18歳以上27歳未満	後日通知	年間を通じて
予備自衛官補	一般	平成30年7/1現在、18歳以上34歳未満	4/14(土)～18(水)のいずれか1日	4/6(金)必着
	技能	平成30年7/1現在、18歳以上で国家免許資格等を有する方(資格により53歳～55歳未満)		

たてかわフットサル教室  
時 3/26(月)・27(火) ①ビギナー15:

30～16:30②ミドル16:30～18:00③アッパー18:00～19:30 場 堅川河川敷公園(亀戸6-33-10) 人 ①3歳～小学1年生②小学1～4年生③小学4～6年生、各日各クラス12人(申込順) [協力] フウガドールすみだ ※詳細はホームページをご覧ください 申 3/15(木)から堅川河川敷公園フットサル場クラブハウスに電話または窓口で ☎5875-1771 HP http://www.tatekawa-park.com/topics

## その他

認知症カフェ開催  
認知症の方や家族が集まって、悩みを専門の相談員に相談したり、介護の情報を得ることができる認知症カフェを開催します。  
1. アス・ギャラリーカフェ  
時 3/15(木) 14:00～16:00 費 無料  
内 アメリカ西部の街並みと大自然の風景をスライドショーで上映 申 当日直接会場へ 場 阿ス・フォトギャラリー(東陽1-15-4) ☎090-1600-2362(山口)  
2. オレンジカフェ  
時 3/17(土) 14:00～16:00 場 多世代交流ひろば「パルひろば辰巳」(辰巳1-1-34) 費 無料 内 「運動、食事、睡眠との上手なつきあい方」について、健康管理士の方と話しましょ

申 電話でNPO・えん ☎・FAX3522-0302

3. 長屋カフェ  
時 3/18(日) 14:00～16:00 場 江東区文化センター3階第3研修室(東陽4-11-3) 費 無料(飲食実費200円)  
内 ミニ講話「療養施設の選択について」、専門職による相談等 申 当日直接会場へ 出 NPO法人深川長屋 ☎090-4954-9744、FAX3643-4177

江東病院 江東健康フォーラム  
時 3/24(土) 13:30～(開場13:15)  
場 江東病院本館2階北側待合室(大島6-8-5) 人 50人(先着順) 費 無料  
内 胸が痛い時どうしますか? 第2弾 師 神山崇(循環器内科医師) 申 当日直接会場へ 出 江東病院医療連携室 ☎3685-2253、FAX3685-2766

順天堂東京江東高齢者医療センター 区民健康講座  
時 4/7(土) 13:30～14:30 人 150人(先着順) 費 無料 内 あれ?最近、膝と腰の調子が…これってロコモ!?  
師 小池正人(整形外科医師) 申 当日直接会場へ 場 順天堂東京江東高齢者医療センター(新砂3-3-20) ☎5632-3111

中高年者向け  
スローエアロビック教室  
音楽に合わせて無理なく楽しく体を動かしてみませんか 時 4/5・19、5/17・31、6/7・21(木曜全6回) 9:00～10:00 場 深川スポーツセンター

(越中島1-2-18) 人 おおむね60歳以上の方30人(先着順) 費 3,000円 [持ち物] 室内用シューズ、運動のできる服装、飲み物 申 当日直接会場へ 出 江東区エアロビック連盟(今村) FAX3534-5248 e kotoaerobic@gmail.com

「深川能楽サロン」能楽講座  
能の見方、楽しみ方を若手能楽師が実演を交えご案内します。実際に舞台上で使用する能面や能装束なども紹介します。今回は親子の情愛とあだ討ちを描いた「望月」を取り上げます 時 3/25(日) 14:00～ 場 大正記念館(清澄3-3-9清澄庭園内) 人 小学4年生以上80人(申込順) 費 1,000円 師 桑田貴志(観世流能楽師) 申 3/15(木)から電話で深川能舞台(桑田) ☎3643-0891

## みんなのひろば

会員募集中 町歩き里山歩きと幅広く活動しています  
場 定例会(月1回)は総合区民センター(大島4-5-1)、活動(月1・2回)は東京近郊 費 年会費2,500円 内 初心者も経験者も年齢問わず参加できます。女性のペースでゆっくり歩いています 出 白駒会 岩井希義 ☎090-2338-4205 e kiyoshiwai@apost.plala.or.jp

赤い羽根共同募金運動 ご協力ありがとうございました 区民の皆様の深いご理解とご協力により、13,040,431円の募金が寄せられました。お寄せいただいた募金は、東京都共同募金会理事会で配分先を決定し、障害のある方や子どもたちの施設・団体の福祉活動に役立たせていただきます。ご支援とご協力をいただきましたことを厚く御礼申し上げます [実施] 共同募金会江東区協力会 出 社会福祉協議会福祉サービス課 ☎3647-1898、FAX5683-1570

「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。

講座・催しものつづき

パラリンピック種目  
「ブラインドスイミング」体験

ブラックゴーグルを利用したブラインドスイミング体験を行います  
時 3/18(日)14:00~14:45 場 スポーツ会館プール(北砂1-2-9) 入 20人(先着順) 費 一般400円、中学生以下150円、区内在住65歳以上150円(プール個人利用料金) 申 当日直接会場へ 問 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

健康センター定期測定会

時 3/18(日)①9:30②10:00③10:30④11:00⑤11:30 場 健康センター1階ロビー(東陽2-1-1) 入 区内在住・在勤で中学生を除く15歳以上の方各15人(申込順) 費 無料 内 握力、体組成(筋肉量と脂肪量)、血管年齢等の測定 申 3/15(木)9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

夢スタ・アスリートクラブ

基本技術習得から健康増進、初心者から上級者まで楽しめる陸上競技教室です。週替わりでさまざまな種目に挑戦します 時 4/6~7/20の金曜(5/4、6/1を除く全14回)18:30~20:30 場 夢の島競技場 入 小学4年生以上の健康な方30人(抽選) 費 高校生以上5,600円、小中学生2,100円 師 日本体育協会陸上競技指導員ほか 縮 3/26(月)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①教室名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢(小中学生は学校名・4/1時点の学年)⑥希望種目を記入し、〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855



夢の島ランニングクラブ

時 4/13・20、5/11・25、6/8・22、7/6・20、8/10・24、9/7・14、10/12・26、11/2・9(金曜全16回)19:00~20:45※荒天中止 場 夢の島競技場 入 16歳以上の健康な方40人(抽選) 費 8,000円 内 ウォーミングアップの方法から走り方、その他トレーニング方法 師 西田隆維(カナダエドモント世界陸上マラソン日本代表)、吉澤永一(パリ世界陸上20km競歩日本代表)ほか 縮 3/31(土)必

着 申 往復はがき(1人1枚)に①教室名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢⑥電話番号⑦ランニング歴を記入し、〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855

リフレッシュヨガ教室

時 4/12~7/12の木曜(5/3を除く全13回)14:00~15:00 場 潮見野球場・庭球場管理事務所内会議室(潮見1-1-1) 入 16歳以上の健康な方17人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) 費 7,150円 師 渡辺美保(全米ヨガアライアンスRYT200他) 縮 4/3(火)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①教室名②氏名(ふりがな)③年齢④性別⑤住所⑥電話番号⑦ヨガ歴⑧マット貸出の有無を記入し、〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855

保 健

精神保健講演会  
「大人の発達障害とその対応」

発達障害は大人になってから気づくこともあり、社会に出てから困難を感じる方もいます。本人のこだわりや生きづらさを理解し、関わり方のポイントを専門医から学びませんか 時 3/26(月)15:00~17:00(開場14:30) 場 城東保健相談所(大島3-1-3) 入 50人(申込順) 費 無料 内 専門医による講演 師 遠藤季哉(関東医療少年院医務課長) 申 3/15(木)8:30から電話で城東保健相談所 ☎3637-6521、FAX3637-6651

呼吸体操教室

慢性呼吸器疾患による息苦しさをやわらげる「呼吸筋ストレッチ体操」を行います 時 3/22(木)14:00~16:00(受付13:30~) 場 健康センター(保健所)4階会議室(東陽2-1-1) 入 区内在住で、気管支ぜん息・肺気腫・慢性気管支炎と診断されている成人の方50人(先着順)※動きやすい服装でお越しください 費 無料 師 根本伸洋(イムス東京葛飾総合病院・理学療法士) 申 当日直接会場へ 問 保健所健康推進課公害保健係 ☎3647-9564、FAX3615-7171

30代のための健診

(生活習慣病予防健診4月分)  
時 場 別表のとおり 入 健診日現在30~39歳の区民の方各会場25人(抽選)※最近1年以内に受診された

方のご遠慮ください 費 無料 内 血液・尿検査・腹囲測定等 縮 3/20(火)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郵送または窓口で(重複申込不可)※電子申請も可 申 http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/navi/index.html 問 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	4/10(火) 9:00~	4/27(金) 13:10~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	4/4(水) 13:10~	4/17(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	4/6(金) 12:45~	4/20(金) 13:30~

※城東南部保健相談所は5月に実施予定

障害等で歯科診療が受けにくい方に「かかりつけ歯科医」を紹介

在宅で療養されている高齢の方や、心身の障害のために通院が難しい方等で通常の歯科診療が受けづらい方が身近で適切な歯科診療が受けられるよう、江東区歯科医師会に相談窓口を設置し「かかりつけ歯科医」を紹介しています【受付時間】9:00~12:00、13:00~17:00(土・日曜、祝日を除く) 申 電話で江東区歯科医師会 ☎3649-0780、FAX3649-1688

休館・休止

スポーツ会館  
3/31(土)午後(バスケットボール・バドミントン・卓球)および夜間(バレーボール・バドミントン・卓球)の大体育室・小体育室の一般公開を中止。大会準備のため 問 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

官 公 署

子育て応援とうきょう  
パスポート アプリ配信開始

中学生以下のお子さんや妊娠中の方がいる世帯に、企業や店舗等が商品の割引や粉ミルクのお湯などサービスを善意で提供する「子育て応援とうきょうパスポート事業」のアプリができました。2,000店を超える協賛店のほか、赤ちゃん・ふらっと事業登録施設や小児救急医療機関、

自転車の一時駐輪場といった、外出に役立つさまざまな場所を検索することができます。運営サイト(申 http://kosodate.pass.metro.tokyo.jp/)のリンクをクリックするか、「Google Playストア」「App Store」で検索しダウンロードしてください 問 東京都福祉保健局計画課子育て応援事業担当 ☎5320-4115、FAX5388-1406

登記事項証明書等の手数料はインターネット請求がお得

土地・建物、会社・法人の登記事項証明書の手料は、インターネット請求(窓口受取480円、郵送受取500円(送料込))、書面請求600円です。申請方法等の詳細は、法務局ホームページ(申 http://houmukyoku.moj.go.jp/homu/static/index.html)をご覧ください 問 東京法務局墨田出張所 ☎3631-1408、FAX3846-4457

砂町水再生センター

「桜を観る会」  
時 3/30(金)・31(土)10:00~15:00 入 センター内を一般開放し桜をお楽しみいただきます(飲酒・ペット持込は禁止) 申 当日直接会場へ※車での来場はご遠慮ください 場 問 砂町水再生センター(新砂3-9-1) ☎5632-2180

東京都虹の下水道館 春休み  
スペシャルイベントデー

時 3/25(日)9:30~16:00 内 いろいろなパズルが登場!オリジナルパズル工作や、謎を解いたらプレゼントがもらえる「謎解き下水道にチャレンジ!」、下水道の仕事が体験できる「親子でお仕事体験」など 費 無料 申 当日直接会場へ 場 問 虹の下水道館(有明2-3-5有明水再生センター5階) ☎・FAX5564-2458 申 http://www.nijinogesuidoukan.jp/

臨海副都心  
チューリップフェスティバル

シンボルプロムナード公園では、3月中旬~4月中旬にかけて、関東最多400品種20万球のチューリップが咲き誇ります。見頃に合わせて切り花無料配布やチューリップ花壇を巡るガイドツアー、スタンプラリー等を行います 時 3/31(土)10:00~16:00(雨天決行) 場 シンボルプロムナード公園(青海1) 費 無料 申 当日直接会場へ 問 東京港埠頭(株)企画開発課 ☎3599-7305(平日9:00~17:00) 申 http://www.tptc.co.jp/park/event/detail/293

発信! 消費者注意報 16

「絶対に儲かる」とうたう情報商材に注意

インターネット上では、さまざまな情報が売買されています。例えば、投資やギャンブルの必勝法、サイドビジネスや美容・趣味など、幅広いジャンルのノウハウがダウンロード等により提供されます。このような商品を「情報商材」と言います。

情報商材は購入するまで中身が見られないので、購入後にトラブルとなることがあります。なかでも投資やサイドビジネスなど、悪質な事業者の場合、「高配当を得るには、さらに高額な有料会員登録が必要と言われた」「簡単に稼げると言っていたのに方法が複雑で理解できない」「儲からなければ返金保証とあったが事業者と全く連絡がとれなくなった」等、実態が広告や説明の内容とかけ離れていたという事例が多く報告されています。

誇大な儲け話や成功の体験談には大いに興味をそそられますが、安易に信じて、一度冷静になって考える時間をもちましょう。

「i」がポイント

「i」ラックして儲かる」「高配当確定」等、常識ではあり得ないような文句は信じない。

お困りの時はご相談ください

消費者センター(相談専用) ☎(3647)9110  
FAX(5683)0318

凡例  
日時  
場所  
集  
人対象  
費用  
内容  
講師  
保一時保育  
締切日  
申  
問  
HP  
eメール

# お知らせ

## 特別区職員 I 類(事務等) (一般方式)募集

特別区(東京23区)では、平成31年4/1以降に採用する、大学卒業程度の能力を有する職員(I類)を募集しています。募集する試験区分、採用予定人数、受験資格等の詳細については、採用試験案内(申込書)をご覧ください[第1次試験日]5/6(日)[採用試験案内配布場所]職員課人事係(区役所4階4番)、各出張所・図書館

## 江東区職員(看護師)募集

[採用日]平成30年7/1(日)以降[受験資格]昭和48年7/2以降に生まれた方で、看護師の免許を有する方(平成30年6/30(土)までに取得見込みの方を含む)[募集人員]若干名[第1次選考日]4/15(日)[第1次選考方法]記述試験(課題論文方式)[選考実施要綱配布場所]職員課人事係(区役所4階4番)、各出張所、保健所、各保健相談所、各図書館※区ホームページからも入手可[締切]4/2(月)消印有効[申]所定の申込書等に必要事項を記入し、簡易書留で〒135-8383区役所職員課人事係へ(4/3(火)に限り持参受付可)☎3647-5481、FAX3647-9480

## 東京都大気汚染医療費助成制度 4/1(日)から一部自己負担が必要

東京都大気汚染医療費助成制度の改正に伴い、4/1(日)から病院や薬局での支払額のうち一部自己負担(月額6,000円まで)が発生します。**[対象となる方]**気管支ぜん息の医療費をお持ちの方で、生年月日が平成9年4/1以前の方**[変更内容]**○気管支ぜん息にかかる病院や薬局の支払額を合算し、月額6,000円までが自己負担になります。同じ月の支払額が6,000円を超えた場合はその月はそれ以上の負担はありません○月額の自己負担額は病院や薬局などで「自己負担限度額管理票」に記載してもらい、管理します※18歳未満の方については、これまでと同様に自己負担額はありませぬ※4/1(日)以降に病院や薬局等を利用される時は、ピンク色の「医療費」と「自己負担限度額管理票」を必ず窓口で提出してください※自己負担額の累計額が6,000円に達した場合でも、受診のたびに「自己負担限度額管理票」を必

ず窓口で提出してください※18歳以上の方の新規申請の受付は行っていません

## 平成30年度分区分民交通傷害保険 申込は3/30(金)までに

平成30年度分(保険期間平成30年4/1(日)0:00~平成31年3/31(日)24:00)の加入受付を行っています。申込締切後の加入はできませんので、ご加入を希望される方は、お早めにお申し込みください[引受保険会社]損害保険ジャパン日本興亜(株)東京公務開発部営業開発課☎3349-9666 [締切]3/30(金) [申]区内金融機関、ゆうちょ銀行・郵便局、地域振興課(区役所4階26番)にある申込書に必要事項を記入し、窓口で※こちらは概要です。詳細はお問い合わせください [問]地域振興課地域振興係☎3647-4962、FAX3647-8441(SJNK17-14262 2018/2/22作成)

## 都市計画審議会 傍聴できます

第143回江東区都市計画審議会を開催します。付議予定案件名等、詳細は、都市計画課(区役所5階21番)窓口または区ホームページをご覧ください [時]3/28(水)14:00~ [場]区役所3階区議会全員協議会室 [入]10人(抽選) [申]当日13:30までに都市計画課窓口へ☎3647-9439、FAX3647-9009

## 国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の納付をお忘れなく

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料は、加入者の皆さんが病気やけがをしたときの医療費などにあてられる貴重な財源となっています。各月月末の納期までに納付されるようお願いいたします。口座振替は納め忘れがなく支払いの手間が省ける安心で便利な納付方法です。ご希望の方には「口座振替依頼書」と「返信用封筒」をお送りしますのでご連絡ください。また、区役所および出張所窓口ではキャッシュカード(一部金融機関に限り)で口座振替の申込ができます。保険証とキャッシュカードをお持ちください※特別徴収(年金からの引き落とし)から口座振替への変更手続きができるのは区役所のみです。届出日より直近の特別徴収が中止とならない場合があります [申]医療保険課保険料係(区役所2階8番)窓口または各出張所☎3647-3169、FAX3647-8443

## 区税徴収嘱託員は 休日・夜間も訪問

区税徴収嘱託員は、納付期限の過ぎた住民税の収納と納期内の自主納

付を推奨するため、平日に加え土・日曜や祝日、夜間も戸別訪問を行っています。嘱託員は、名札着用のほか「江東区区税徴収嘱託員証」を常に携帯しています。不審に思われた際は、身分証明書の提示をお求めください※納付から収納を確認できるまで2週間程かかるため行き違いで訪問することがあります [問]納税課収納推進係☎3647-2063、FAX3647-8646

## 「旧大石家住宅友の会」(ボランティア)会員募集

旧大石家住宅(江東区指定文化財)の保存活動に参加していただける会員を随時募集しています [活動日]月~金曜のいずれか1日9:30~14:00(活動時間は応相談) [入]区内在住の方 [内]住宅内外の清掃・管理、年中行事の展示補助※応募者には別途概要説明あり [申]旧大石家住宅(南砂5-24地先仙台堀川公園内)および文化観光課文化財係(区役所4階32番)にある申込用紙に必要事項を記入し、〒135-8383区役所文化観光課文化財係へ郵送、ファクスまたは窓口で☎3647-9819、FAX3647-8470

## シルバー人材センター 入会個別相談会

働くことを通じて生きがい、健康づくり、社会参加をしたいという高齢者の方に、希望と経験や能力に応じて仕事を提供しています [入]健康で働く意欲のある60歳以上の区内在住者 [職種]屋内外軽作業・清掃・施設管理・家事援助サービス・自転車整理・カート整理・児童通学案内等業務など [入会個別相談会]シルバー人材センターの仕組みや働き方等の質問に職員がお答えします [時]3/24(土)14:00~16:00(時間内入退室自由) [場]高齢者総合福祉センター3階第2研修室(東陽6-2-17) [申]当日直接会場へ※入会希望者は①区内在住が証明できる物(免許証や保険証等)②ゆうちょ銀行の通帳③認印④年度会費2,000円をお持ちください [問]シルバー人材センター☎3649-3533 [e]koto@sjc.ne.jp

## 森下文化センター「第2レクホール」の貸出受付開始

森下文化センターでは4月から「第2レクホール」を新設し、土・日曜に一般の方に貸し出します。4/21(土)~9/30(日)分の利用を3/18(日)9:00から電話で受け付けます(申込順)。空き状況は3/15(木)以降にお問い合わせください※施設休館日を除く平日は区が実施する「江東区芸術文化団体活動場所サポート事業」に利用されます※新設に伴い現在のレクホールは「第1レクホール」に名称変更します※施設概要や利用できる内容、料金等はホームページをご覧ください [場]森下文化センター(森下3-12-17)☎5600-8666、FAX5600-8677 [HP]https://www.kcf.or.jp/morishita/

## 城東ふれあいセンター 江東区オレンジフェスティバル

[時]3/25(日)10:00~15:00 [入]どなたでも [費]無料 [内]認知症についての講演や予防運動の体験講座、認知症サポーター養成講座等 [申]当日直接会場へ※認知症サポーター養成講座のみ要事前申込 [場]城東ふれあいセンター(北砂4-20-12)☎3640-8651、FAX3699-6744

## 春の釣具展示~溪流竿~

溪流釣りに使用する江戸和竿を展示します [時]3/27(火)~5/27(日)9:30~17:00(入館は16:30まで)※月曜(祝日の場合は翌日)休館 [場]中川船番所資料館1階ロビー(大島9-1-15) [費]大人200円、小中学生50円(観覧料) [申]当日直接会場へ [問]中川船番所資料館☎3636-9091、FAX3636-9094

## 点字体験講習

[時]4/3(火)10:00~12:00、4/7(土)・21(土)13:30~15:30(いずれか1日) [場]高齢者総合福祉センター(東陽6-2-17) [入]ボランティアに興味のある方、パソコンができる方 [費]無料(筆記用具持参) [内]点字の基本講習・点字器による手打ち体験、パソコン入力体験 [申]点訳ボランティア点訳「しんせい」[締切]3/31(土) [申]江東ボランティア・センター(高齢者総合福祉センター内)に電話または窓口で☎3645-4087、FAX3699-6266

## 亀戸スポーツセンター カヌー安全講習会(4月分)

[時]4/21(土)13:00~16:00 [集]亀戸スポーツセンター1階ロビー [入]区内在住・在勤・在学の中学生以上の方5人(抽選) [費]3,850円(保険代含む) [持ち物]着替え一式、飲物、帽子、筆記具 [内]1時間の講義と旧中川での実地講習 [申] (株)オーエンス指導員 [締切]3/27(火)必着 [申]往復はがきに①カヌー講習会②氏名③住所※在勤(在学)の場合、会社名(学校名)と住所④生年月日⑤電話番号を記入し、〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターへ☎5609-9571、FAX5609-9574



## ボクササイズ教室

[時]3/24(土)10:30~11:30、3/28(水)13:30~14:30、3/31(土)10:30~11:30 [入]各回30人(先着順) [費]510円 [内]ボクシングスタイルを取り入れ、音楽に合わせて身体を動かすエクササイズ [申]当日直接会場へ(券売機でチケットを購入) [場]亀戸スポーツセンター(亀戸8-22-1)☎5609-9571、FAX5609-9574

## クライミング「トップロープ安全講習会」(4月分)

講習を修了した方は、センターのトップロープを利用できます [時]4/11(水)19:00~21:00・4/28(土)9:30~11:30のいずれか1日 [場]深川スポーツセンター1階 [入]中学生以上の方、各日6人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) [費]3,080円 [締切]3/31(土)必着 [申]往復はがきまたはメールに①クライミング安全講習会②希望日(第2希望まで記入可)③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧区内在住・在学の方は勤務先(学校)を記入し、〒135-0044越中島1-2-18深川スポーツセンターへ☎3820-5881、FAX3820-5884 [e]fukagawa-climbing@koto-hsc.or.jp

## 認知症家族介護者教室・交流会

4月は実施しません。

## 高齢者家族介護教室(無料・申込順・3/16(金)から各施設に電話(月~金曜 9:00~17:00))

介護に役立つ知識や技術を学びます [入]区内在住・在勤で介護を行っている方20人 [費]無料

日時	施設名(会場)	内容
4/14(土) 14:00~15:30	枝川高齢者在宅サービスセンター(枝川1-8-15-101) ☎5632-2277、FAX5632-2276	[高齢者に必要な食事と水分]バランスのとれた食事や食べやすい食事について介護職の目線から介護福祉士が説明します。また、脱水症状を防ぐために、どのような水分をどれくらい摂取したら良いのか、重症になる前に予防できる方法も説明します。
4/14(土) 14:00~15:30	亀戸高齢者在宅サービスセンター(亀戸4-21-13) ☎5626-0130、FAX5626-0133	[お薬についての大切なあれこれ]薬の種類や保管方法、使用期限や残った薬の取り扱い、飲み忘れない方法などを管理薬剤師がわかりやすく説明します。
4/14(土) 14:00~15:30	あじさい高齢者在宅サービスセンター(東砂4-20-15) ☎5857-8231、FAX5857-8235	[特養施設見学会]施設を身近に感じられるように、特養の特徴や入所までの流れについて生活相談員が説明します。また、実際に施設内を見学することもできます。
4/21(土) 13:30~15:00	白河高齢者在宅サービスセンター(白河3-4-3-201) ☎3630-6591、FAX3630-6598	[日々の食生活を見直しましょう(バランスの良い食事)]「食事バランスガイド」を使用して、管理栄養士が栄養素や食事バランスについて説明します。一緒に食生活を見直しましょう。
4/21(土) 14:00~15:30	寿園高齢者在宅サービスセンター(北砂2-1-16) ☎3615-4850、FAX3615-4855	[転倒・骨折予防体操]自宅でできる転倒や骨折を防ぐための予防体操を作業療法士が説明し、実際に体操を行います。

## 講座・催しもの

### 深川東京モダン館 おさがる講座

コーヒーやお茶を飲みながら区の歴史を学びます [時]3/23(金)14:00~15:30 [入]30人(先着順) [費]500円(飲み物代込) [内]深川地域の学校歌 [申]当日直接会場へ [場]深川東京モダン館(門前仲町1-19-15)☎5639-1776、FAX5620-1632 [HP]http://www.fukagawatokyo.com/

## 深川ふれあいセンター・平野児童館 リニューアルオープン 4/1(日)～

娯楽室などを改修し、利用しやすい施設に



## 平野長寿サポートセンターも開設 4/2(月)～

▲新しい施設で皆さんの来館をお待ちしています

深川ふれあいセンター・平野児童館(平野1-2-3)は老朽化に伴う改修工事が終了し、4月1日(日)からリニューアルして開館します。娯楽室や誰でもトイレなどを改修し、より多くの方が利用しやすい施設になりました。深川ふれあいセンターの貸しスペースの貸出は4月1日(日)から開始し、利用申請は3月15日(木)から森下ふれあいセンター(森下5-11-1)で受け付けます。

☎(3647)4331  
FAX(3647)9247

☎(3647)4331  
FAX(3647)9247

☎(5624)6030  
FAX(5624)6030

☎(3647)4331  
FAX(3647)9247

☎(3647)4541  
FAX(3647)9247

平野児童館に関するお問い合わせ  
☎(3643)1903  
FAX(3647)9230

放課後支援課育成係  
☎(3647)9230  
FAX(3647)9274

冬木長寿サポートセンターは  
平野長寿サポートセンターに  
特別養護老人ホーム深川愛の園内の冬木長寿サポートセンターは、4月2日(月)から平野長寿サポートセンターとして深川ふれあいセンター内に移転します。そのため3月31日(土)、4月1日(日)は休業します。

☎(5639)9121  
FAX(5639)9121

地域ケア推進課包括推進係  
☎(3647)9606  
FAX(3647)3165

## 東京都中学校総合体育大会 剣道女子 団体 深川第二中 3位・関東大会出場 個人 川島 萌さん(3年) 1位・全国大会出場

深川第二中の女子剣道部は、夏の大会で団体3位となり関東大会へ出場しました。メンバーの前田さんは「今まで練習してきた技を發揮できたことがうれしかった」と話します。そして後輩に向け、「5年連続の関東出場を目指してがんばってほしい」とエールを送りました。また、個人戦で優勝した川島さんは、「最初は信じられなかったが、表彰台に立って実感がわいた」と喜びを語るとともに、「高校で全国優勝を目指したい」と目標を掲げてくれました。



▲苦しいときも声をかけ合い乗り越えてきたという皆さん

## 東京都中学校総合体育大会 柔道男子 団体 第三亀戸中 2位・関東大会出場 50kg級 酒井龍馬くん(3年) 2位・関東大会出場

第三亀戸中の柔道部は夏の都大会で準優勝し、関東大会でも準々決勝まで勝ち上がりました。メンバーのニコイくんは「関東大会をずっと目標にしてきた。この結果を残せたのもコーチや顧問の先生のおかげ」と感謝するとともに、次の柔道部を担う後輩たちへ「日々の練習を大切に、目標に向かってがんばってほしい」と熱いメッセージを送りました。また、個人で準優勝に輝いた酒井くんは「優勝・全国を目指してきたので悔しい」と振り返りました。この悔しさを糧に、高校の舞台で日本一を目指します。



▲一人一人が自分の役割を果たし好成績に

## 第2回 熱いまち(動画)アワード グランプリ決定 動画で区の魅力を国内外へ発信



## グランプリ 「ただいまを言える場所」 (中西 誠)

恋する江東賞 「東電堀好きになりました！」(豊洲MIRAI FIVE)

- 優秀賞 「わたしのお稽古」(松隆 祐也)
- 優秀賞 「末広通り商店街あったかレポート (末広通り商店街末広末広3人ムスメがお届けします!)」 三人ムスメ・チーム
- 優秀賞 「the real WASSHOI」(V.J. LUNA)

昨年7月、11月にかけて募集した「第2回 熱いまちKOT動画アワード」のグランプリ・入賞作品が決定しました。今回は「恋する江東」をテーマに、江東区への恋する気持ちにあふれる多数の作品をご応募いただきました。入賞作品は区ホームページで公開していますので、ぜひご覧ください。また、グランプリ作品は、109シネマズ木場(イトーヨーカドー木場店3階)のスクリーン広告として3月17日(土)から4月13日(金)まで上映されます。

☎(3647)5513  
FAX(3699)8771

## まちあるきイベントツアー 4/3(火)～7(土) 「明治丸見学と桜めぐり」



## 江東区文化観光ガイドがご案内

▲桜の時は明治丸も一層映えます！(明治丸は無料で一般公開されている施設)

鉄船の造船技術を今に伝える国の重要文化財、明治丸の船内見学と、大横川沿いの桜を愛でるツアーです 時 4/3(火)～7(土) ①10:00出発②13:00出発 ※雨天決行 集 出発時間の10分前までに月島駅大江戸線改札前 囚 3時間程度まちあるきができる小学生以上の方、各20人(申込順、1組5人まで、小学生は保護者同伴) 費 500円(保険代ほか) ※小学生無料[ガイドコース]月島駅大江戸線改札前(出発)→明治丸(東京海洋大学敷地内)→越中島公園→大横川沿い→深川東京モダン館(解散) 申 3/15(木)9:00から電話で江東区文化観光ガイド事務局(江東区観光協会内) ☎6458-7410、FAX6458-7420

## 全日本中学校通信陸上競技東京大会 外島結衣さん 女子共通四種競技 2位 (第三亀戸中3年)

中学2年から四種競技を始めた外島さんは、夏の都大会で見事に2位に輝きました。素晴らしい成績にも本人は、「全国、関東を目指していたので悔しい気持ちが大きい」と話します。中学校の部活動を「ここまで成長できたのは、一緒にがんばってきた仲間と、熱く指導してくれたコーチや先生のおかげ。感謝の気持ちでいっぱい」と振り返った外島さん。夢中で駆け抜けた3年間の思いを胸に、新たな舞台での成長を誓います。



▲得意のハードルに磨きをかけ、次はインターハイへ

凡例 時日時 場所 集合 人対象・定員 費用 内容 講師 保一時保育 締切日 申申込 問問合先 HPホームページ Eメール