

## 自分や大切な家族のために

# 健康診査・各種検診

**9/1(火)から**



区では、各種疾病の早期発見やご自身の健康状態を把握するため、健康診査・各種検診を実施しています。ぜひ、この機会にお受けください。

[健(検)診に関する問合せ] 保健所健康推進課健康づくり係 ☎3647-9487、FAX3615-7171

[特定保健指導に関する問合せ]

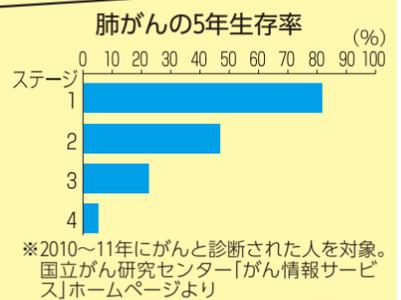
医療保険課医療保健係 ☎3647-8516、FAX3647-8443

何かあったら  
病院に行けばいい?

経済的に負担?

### 早期発見が大切!

がんは早期に発見できれば、より高い確率で治すことができます。早期に病気を見つけるためにも、検診の定期的な受診が重要です。



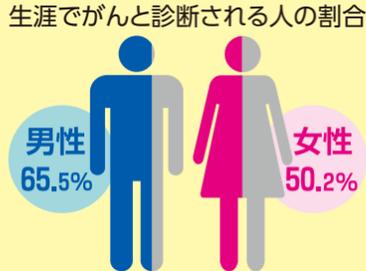
### 自己負担は通常費用の約10分の1

区が実施する健(検)診は、無料または通常費用の約10分の1で受診できます。また、早期に病気を発見できれば、医療費の抑制にもつながります。

自分は元気だから大丈夫?

### 2人に1人が「がん」に

日本人のおおよそ2人に1人は「がん」にかかり、区民の3人に1人はがんで亡くなっています。早期の段階では自覚症状がないことがほとんどです。



※国立がん研究センター「がん情報サービス」ホームページより



お急ぎください  
期限を過ぎると  
支給できません

特別定額給付金  
申請締切 8月31日(月)

江東区特別定額給付金コールセンター  
☎0570(0)30192  
月~金曜 祝日を除く(午前9時~午後6時)

### 健康診査・各種がん検診・眼科検診・おとなの歯科検診・お口の元気度チェック

対象者には、今月中に緑色(おとなの歯科検診・お口の元気度チェックはうぐいす色)の封筒を郵送します。同封の「受診券シール」をお持ちになり、実施期間内に指定の医療機関等で受診してください。

時 人 費 右表のとおり

### 胃がん(バリウム)・肺がん検診は事前申込を

検診機関(区外2か所)、または検診車(区内7か所)で実施します。詳細は、区ホームページからもご覧になれます。

### 受診にあたってのお願い

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、受診時には、マスクの着用をお願いします。また、受診前に自宅等で体温測定を行い発熱や咳などの症状がある場合は、受診をお控えください。

今後の新型コロナウイルス感染症の状況により健康診査・検診等の実施に影響が出る場合があります。実施方法などを変更する場合は区ホームページ等でお知らせします。

区ホームページ二次元コード



▲健康診査 ▲がん検診の概要

### あなたが受けられる健(検)診

健(検)診の種類(対象) ☆年齢は令和3年3/31現在	自己負担金	実施期間	健診項目 検査方法
健康診査(40歳以上で、江東区国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方、生活保護を受給している方)	無料	9/1(火)~令和3年2/20(土)	問診、血圧、胸部X線、血液検査、尿検査、心電図ほか
胃がん(内視鏡)(50・52・54・56・58歳の方)	1,500円	9/1(火)~12月末	経口または経鼻による内視鏡検査
胃がん(バリウム)(40歳以上の方)	500円	9/1(火)~令和3年2/26(金)	胃部X線間接撮影
肺がん(40歳以上の方)	800円		胸部X線直接撮影
大腸がん(40歳以上の方)	500円		便潜血検査
子宮頸がん※(20歳以上で偶数年齢の女性)	600円		頸部細胞診ほか
乳がん※(40歳以上で偶数年齢の女性)	1,000円		視触診・マンモグラフィ
前立腺がん(55・60・65歳の男性)	500円	9/1(火)~令和3年2/20(土)	血液検査(PSA検査)
胃がんリスク層別化検査(40・45・50・55・60・65・70・74歳の方)	500円		血液検査(ピロリ菌抗体検査、ペプシノゲン検査)
眼科検診(50・55・60歳の方)	500円		視力・眼圧・眼底検査ほか
おとなの歯科検診(20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の方)	無料		口腔内診査
お口の元気度チェック(76・81・86歳で後期高齢者医療制度に加入している方)	無料		口腔内診査・口腔機能評価

※国のがん検診支援事業により、下記対象者には、クーポン券が送付され、無料で受診できます。  
☎ 令和2年4/1現在[子宮頸がん]20歳の方[乳がん]40歳の方

健康診査の結果で  
特定保健指導をご案内

江東区国民健康保険加入の74歳以下の方で、生活習慣改善の必要性が高い方に保健指導のお知らせを送付します。生活習慣病は自覚症状がなく進行するため、放っておくと動脈硬化などにつながる危険性があります。生活習慣病予防のためぜひご利用ください。管理栄養士等の専門スタッフが、生活習慣改善に向けた確かなアドバイスなどを行います。

### 今号の 主な内容

[2面] 心身障害者福祉手当、特別障害者手当・障害児福祉手当 [3面] ごみ減量アイデア募集  
[4面] 敬老祝金贈呈、「土のう」を配付 [5面] 都営シルバーピア(高齢者向け)入居者募集



# 心身障害者福祉手当

## 対象の方は申請を忘れずに

身体障害者手帳1・2級・愛の手帳1・3度・脳性まひ・進行性筋萎縮症で20歳以上65歳未満の方、または、身体障害者手帳3級・愛の手帳4度・東京都の難病医療費等助成認定者(申請中の方も含む)の65歳未満の方で、手当の申請手続きをされていない方は、65歳の誕生日の前々日までに申請手続きをしてください。

# 心身障害者医療費助成制度

## 障 受給者証切り替え

9/1(火)

心身障害者医療費助成制度(以下障)は、心身に重い障害のある方の医療保険の自己負担分(一部)を助成するものです。

9月1日(火)から障受給者証が新しくなります。更新の対象となる方には、8月末日までに、新しい障受給者証をお送りします。

### 更新の対象となる方

- ①身体障害者手帳1級・2級(心臓・腎臓等内部障害については3級まで)
- ②愛の手帳1度・2度
- ③精神障害者保健福祉手帳1級(手帳の有効期限が9月以降ある方)
- ④①③のいずれかの手帳をお持ちの重度障害者の方で、所得が所得制限限度額以下の方(下表)
- ⑤生活保護を受けている方

ください。65歳以上の方は、新規申請ができません。ただし、65歳以上の方でも、平成12年8月以降、65歳の誕生日の前々日までに「所得制限超過・施設入所・江東区に住所がなかった」という制限事由により申請手続きができなかった方で、その後制限事由がなくなった場合、申請できる場合があります。

また、所得が別表の所得限度額以上あったなどの理由により受給資格が消滅し、その後制限事由がなくなった方は、あらためて、申請手続きが必要です。

※なお、申請月が支給開始月となりませんので、申請が遅れると受給できる手当額が少なくなりま。過去にさかのぼっての支給もできませんのでご注意ください。

### 障害者支援課障害者福祉係

☎(3647)4952  
FAX(3647)4910

### 所得制限限度額表(心身障害者福祉手当、心身障害者医療費助成共通)

適用期間		心身障害者福祉手当	心身障害者医療費助成
		8/1(土)~令和3年7/31(土)	9/1(火)~令和3年8/31(火)
対象所得		令和元年中所得	
扶養親族の数	本人および扶養義務者等の所得限度額	20歳以上:本人所得 20歳未満:(手当)配偶者または扶養義務者の所得(医療)世帯主等の所得により判定。ただし、本人が国保の世帯主、または社会保険による被保険者になっている場合は本人所得 ※次のような扶養家族がいる場合には、左記の所得限度額にそれぞれ加算されます。 ・老人扶養親族1人につき10万円 ・特定扶養親族または控除対象扶養親族(19歳未満の者に限る)1人につき25万円 ※医療費・社会保険料(医療費助成は本人のみ)等は相当額を控除	
	0人	3,604,000円	
	1人	3,984,000円	
	2人	4,364,000円	
	3人	4,744,000円	
	4人	5,124,000円	
5人	5,504,000円		

が消滅した方で、その後制限事由がなくなった場合は、申請手続きを行ってください。

### 障害者支援課障害者福祉係

☎(3647)4952  
FAX(3647)4910

# 特別障害者手当・障害児福祉手当

## 対象要件該当の方は申請を

区では、国の制度に基づき特別障害者手当・障害児福祉手当を支給しています。対象者の方は申請してください。審査の結果支給が決定されると、申請月の翌月分からの手当が支給されます。

### 障害者支援課障害者福祉係

☎(3647)4952  
FAX(3647)4910

手当種類	年齢制限	対象者	手当額
特別障害者手当	20歳以上	重度の障害があるため、日常生活において常時特別な介護が必要な20歳以上の方(おおむね身体障害者手帳1・2級、愛の手帳1・2度程度でかつ障害が重複している方。あるいはこれらと同等の疾病・精神障害の方。原則専用の診断書で判定されます)。ただし次に該当する方を除く①施設入所者②病院等に3か月を超えて入院している方。 ※本人および扶養義務者の所得制限があります。 ※原子爆弾被爆者に対する援護に関する法律に基づく手当を受給しているときは、手当額の併給調整があります。	月額 27,350円
障害児福祉手当	20歳未満	重度の障害があるため、日常生活において常時介護が必要な20歳未満の方(おおむね身体障害者手帳1級および2級の一部、愛の手帳1・2度程度の方。あるいはこれらと同等の疾病・精神障害の方。原則専用の診断書で判定されます)。ただし次に該当する方を除く①施設入所者②障害を理由とする公的年金受給者。 ※本人および扶養義務者の所得制限があります。	月額 14,880円

# 建築物防災週間

## 地震や火災に備え建物の点検を

8/30(日)~9/5(土)

建築物の防災対策の推進を目的に、毎年春と秋に全国一斉の建築物防災週間が設けられています。建築物・工作物の所有者・管理者等は、それらを常に安全な状態で維持するよう努めなければならないことが、建築基準法に定められています。この機会に、所有・管理している建築物・工作物・付属するブロック塀等を点検し、気掛かりな点があれば、専門家へ相談しまし

よう。災害による被害を防止し、安心して生活できる空間を確保するためには、区民一人ひとりの意識と取り組みが大切です。なお、実態把握のため、区職員が伺うこともありますので、その際はご協力をお願いします。

### 建築調整課建築防災係

☎(3647)9764  
FAX(3647)9009

# 区内中小企業向けセミナー

## 「管理者のためのストレスケア入門」

「先の見えない社会に負けない心づくり」

新型コロナウイルス感染症の流行により、社員の心身の健康管理に注力されている企業への支援として、経営者、管理者を対象にしたストレスケアの入門セミナーを開催します。

ストレスを上手に管理するための手法や、社内での配慮・注意すべきポイントなどストレスケアの基本をわかりやすく説明します。自身のコロナストレス解消にも活用ください。

※詳細は、こうとう若者・女性しごとセンターホームページをご覧ください。

時 9月11日(金) 午後2時~4時 場 こうとう若者・女性しごとセンター

HP <https://koto-shigoto.jp/>

☎(5836)5161  
FAX(3637)2351

経済課雇用支援担当  
☎(3647)8581  
FAX(3647)8442

# 男女共同参画推進センター

## 準備は大丈夫? 育休中に話しておこう!

### パパとママのための育休復帰講座

職場復帰を前にして、不安を感じていませんか? 仕事と家事・育児の両立は、一人で抱える問題ではなく、家族の課題です。職場への復帰を家族のイベントと考え、復帰後の生活スケジュール、職場や家庭でのコミュニケーションの取り方など、ワークを通して学びます。職場復帰への不安を解消し、2人が思い描く「チーム〇〇家」を目指しましょう。

時 9月27日(日)、10月4日(日) 午後2時~4時 場 小松橋区民館4階第1・2洋室(扇橋2-1-5) 人 育休中、育

休予定の方とそのパートナー10組20人(申込順) ※お一人での参加も歓迎 費 無料 師 佐藤美貴・勝本典子(育休後カフェ@認定ファシリテーター) 保 幼児(1歳6か月~就学前) 5人程度(無料、申込時要予約) ※1歳6か月未満のお子さんは同伴で受講できます

申 8月25日(火) 午前9時から男女共同参画推進センターに電話または窓口で※区ホームページからも申込できます

☎(5683)0341  
FAX(5683)0340

こうとう区報でご案内しているイベント等は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止または変更される場合があります。イベント等へ参加される際は、マスクの着用、検温等にご協力ください。また、体調の優れない方は参加をお控えください。詳細はホームページをご確認いただくか主催者へ直接お問い合わせください。

# 女性のための

## 離婚のための法律講座

### 〜シングルマザーになる前に〜

10/3(土)

離婚を考えている女性で、未成年の子どもがいる方のため。講座です。親権や子どもの戸籍、養育費や面会交流などの基礎的な知識について、弁護士がわかりやすく解説します。

※個別の相談はできません。  
時 10月3日(土) 午前10時〜正午  
場 男女共同参画推進センター

# 不登校・ひきこもりで悩む家族のための講座

9/7(月)

不登校・ひきこもり当事者のご家族の方が、少しでも楽な気持ちで安心して生活できることを目指す講座です。当日、ご家族の方からも、お話を伺います。また、講座終了後、個別相談も可能です。

※オンラインでも参加できます。  
時 9月7日(月) 午後1時半〜3時半  
場 豊洲文化センター  
8階第6研修室(豊洲2-2-18)  
人 どなたでも10人(申込順) 費 無料  
時 9月1日(火)  
時 8月25日(火) から専用ダイヤルに電話で  
☎080(9434)6949  
(平日午前9時〜午後7時)  
場 青少年課青少年係  
☎(3647)9813  
FAX(3647)8474

# シェン先生のおもてなし英会話

## レッスン④「英語のユーモア②」

今回は英語の「wit」(ウィット)についてです。witとは、知的なユーモアのジャンルのひとつであり、普通の会話の中に出てくるジョークの多くは前回のpunや、今回のwitをもとに成り立っています。

●People say nothing is impossible, but I do nothing every day (ピーポウ・セイ・ナッシング・イズ・インポッシブル・バット・アイ・ドゥ・ナッシング・エヴリデイ)



これは「くまのプーさん」の作家、A.A.ミルンが書いた文章です。さて、プーさんの発言の何が面白いのか、わかりますか? Nothingは「ないもない・無」、impossibleは「不可能」という意味なので、「nothing is impossible」は「不可能ことはない!」という励ましのフレーズとして使われます。ですがその解釈では後半の「I do nothing」(僕は何もしない)とつながりません。では、「nothing is impossible」という聞き慣れたフレーズの意味をひねって考えてみましょう。「Nothing is impossible」は「ないもない、は不可能」という訳し方もできますね。つまり、「人々は【nothing】は不可能だと言うけれど、僕は毎日【nothing】をしています(毎日とくに何もしていないよ)」ということです。子供向けの絵本としては、なかなかトリッキーな言葉使いですね。とってもwittyです。 場 オリジナル・パラリンピック推進課連携・調整係 ☎3647-5513, FAX3647-8459

3階第1・2研修室(扇橋3-22-2パルシェイ江東内) 人 女性16人(申込順) 費 無料  
場 山崎新(弁護士) 保 幼児(1歳6か月〜就学前) 10人程度(無料、申込時要予約) ※1歳6か月未満のお子さんと別室で一緒に受講できます。講座申込時にあわせて申込ください。  
時 8月25日(火) 午前9時から男女共同参画推進センターに電話または窓口で※区ホームページからも申込できます  
☎(5683)0341  
FAX(5683)0340

# みんなが楽しむコミュニティ ガーデン講座(森下公園編)

みんなが楽しむコミュニティ

今回は、みんなが森下公園の一部に花壇を作って楽しむ講座を開催します。花壇づくりのノウハウを学び、「花友」を作ってみませんか。講座終了後も引き続き、ボランティアとして、お花のお手入れを楽しむことができます。

森下公園(森下2-5-16) 人 区内在住・在勤で小学3年生以上の全回参加できる方15人(申込順) ※小学生以下は保護者同伴 費 無料  
時 9月11日(金)  
時 8月26日(水) から電話で施設保全課庶務係まで※区ホームページからも申込できます  
☎(3642)5099  
FAX(3642)4748

今回は、みんなが森下公園の一部に花壇を作って楽しむ講座を開催します。花壇づくりのノウハウを学び、「花友」を作ってみませんか。講座終了後も引き続き、ボランティアとして、お花のお手入れを楽しむことができます。

回	日	内容
1	9/19(土)	コミュニティガーデンの楽しみ方
2	10/10(土)	植物の基礎知識
3	10/31(土)	花壇デザインの基本
4	11/14(土)	花壇にお花を植えよう

※各回10:00〜12:00(受付9:45) 各回とも移動を伴います。

# エコグッズをプレゼント

## エコグッズをプレゼント

現在、プラスチックごみによる環境への影響が問題視されています。レジ袋やプラスチックストローなど、身近にあるものからその必要性が見直されているとともに、これを機会にプラ

スチック製品に限らず、より一層ごみを発生させない取り組みが必要とされています。そこで、普段皆さんが実践しているごみ減量の工夫を、「ごみ減量アイデア」として募集し

# 住み慣れた地域で元気に健康で暮らし続ける

## 元気アップトレーニング「元気アップ訪問」

施設に通いハビリ専門職等から運動機能向上を中心としたプログラムを受けられる「元気アップトレーニング」と看護師やリハビリ専門職等がご自宅を訪問する「元気アップ訪問」を

要介護認定で「要支援」の方やこれに相当する方を対象に、要介護状態にならないよう、ご自身に合った取り組みで生活機能改善を目指します。

### 長寿サポートセンター一覧

センター名	担当地域
白河(白河3-4-3-201) ☎5646-1541	常盤、新大橋、森下1・2、三好3・4、白河、高橋
海辺(海辺12-13) ☎3645-6761	千石、石島、千田、海辺、扇橋
住吉(住吉1-17-11) ☎3635-0646	森下3-5、猿江、住吉、毛利
平野(平野1-2-3) ☎5639-9121	清澄、平野、三好1・2、佐賀、福住、深川、冬木、門前仲町、木場3
古石場(古石場2-14-1-101) ☎3641-2801	永代、富岡、牡丹、古石場、越中島、木場2
東陽(東陽6-2-17) ☎5665-4547	木場4・5、東陽
塩浜(塩浜2-7-2) ☎5617-6213	塩浜、潮見、木場1・6
豊洲(豊洲2-2-18) ☎5859-0566	豊洲、東雲、有明、青海、海の森
枝川(枝川1-8-15-101) ☎5634-0158	枝川、辰巳
亀戸(亀戸1-30-8) ☎5627-2525	亀戸1・2・6
亀戸北(亀戸4-21-13) ☎5626-0671	亀戸3-5
亀戸東(亀戸9-13-1) ☎5875-3451	亀戸7-9
大島(大島6-14-4-103) ☎5628-0541	大島3・5・6
大島西(大島4-1-37) ☎3636-9857	大島1・2・4
大島東(大島9-6-16) ☎5836-5301	大島7-9
北砂西(北砂3-31-19) ☎3615-4860	北砂1-3、5
北砂東(北砂6-20-30) ☎5606-1744	北砂6、東砂1・2
北砂南(北砂7-7-1-101) ☎6660-2050	北砂4・7、南砂4・5
東砂(東砂4-16-12) ☎5857-8243	東砂3-7
南砂(南砂2-3-5-102) ☎3640-9851	南砂1・2
新砂(新砂3-3-37) ☎5653-1735	東砂8、南砂3・6・7、新砂、新木場、夢の島、若洲

対象	概要	目的	回数	場所	自己負担	送迎
要支援1・2または基本チェックリスト該当者で、長寿サポートセンターでこのサービスが必要と判断された方(既に介護保険サービスをご利用の方は併用できない場合もあります。長寿サポートセンターにご相談ください)	理学療法士などによる運動・栄養・柔道整復師による運動に特化したプログラムの複合プログラム	生活機能の改善、家庭や社会への参加につなげる	1回120分、週2回×3か月=24回	○枝川高齢者在宅サービスセンター(枝川1-8-15-101) ○あかつき苑(大島7-38-15) ○スポーツクラブ・ネサンス北砂(北砂2-16-1) ○寿園サービスセンター(北砂2-1-16)	3か月24回で4,800円	必要に応じて送迎あり
要支援1・2または基本チェックリスト該当者で、長寿サポートセンターでこのサービスが必要と判断された方(既に介護保険サービスをご利用の方は併用できない場合もあります。長寿サポートセンターにご相談ください)	保健師または看護師による生活習慣改善指導(生活リズム、閉じこもりの改善など)	理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による生活動作改善(低栄養・嚥下機能の改善、健康状態に合わせた食事指導など)	1回90分×3か月または週2回45分×3か月	(公社)東京都柔道整復師会江東支部に所属する整骨院・接骨院 ※詳細は長寿サポートセンターでご確認ください。	3か月24回で2,400円	送迎なし

項目	タイプI	タイプII	タイプIII
対象	要支援1・2または基本チェックリスト該当者で、長寿サポートセンターでこのサービスが必要と判断された方(既に介護保険サービスをご利用の方は併用できない場合もあります。長寿サポートセンターにご相談ください)	要支援1・2または基本チェックリスト該当者で、長寿サポートセンターでこのサービスが必要と判断された方(既に介護保険サービスをご利用の方は併用できない場合もあります。長寿サポートセンターにご相談ください)	要支援1・2または基本チェックリスト該当者で、長寿サポートセンターでこのサービスが必要と判断された方(既に介護保険サービスをご利用の方は併用できない場合もあります。長寿サポートセンターにご相談ください)
概要	保健師または看護師による生活習慣改善指導(生活リズム、閉じこもりの改善など)	理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による生活動作改善(低栄養・嚥下機能の改善、健康状態に合わせた食事指導など)	管理栄養士による栄養指導(低栄養・嚥下機能の改善、健康状態に合わせた食事指導など)
目的	要支援状態を「改善」するため、または要支援・要介護状態になることを「予防」する。短期集中で取り組み日常生活に支障のある生活行為を改善し、終了後も主体的に維持・向上できるように支援する。	要支援状態を「改善」するため、または要支援・要介護状態になることを「予防」する。短期集中で取り組み日常生活に支障のある生活行為を改善し、終了後も主体的に維持・向上できるように支援する。	要支援状態を「改善」するため、または要支援・要介護状態になることを「予防」する。短期集中で取り組み日常生活に支障のある生活行為を改善し、終了後も主体的に維持・向上できるように支援する。
回数	週1回90分×3か月または週2回45分×3か月	週1回90分×3か月または週2回45分×3か月	週1回60分×3か月
訪問事業所	訪問看護ステーション17か所	訪問看護ステーション17か所	(株)フォーラル

ます。レジ袋を使わずにごみをまとめるアイデアや、ものをたくさん買いたくないための知恵、ものを繰り返し使うための工夫など、ごみの減量につながるアイデアをお待ちしています。応募いただいたアイデアは、ホームページ等で紹介させていただきます。また、応募者の中から、抽選で30人にエコグッズを贈呈します。

氏名②住所③アイデア④アイデアのねらいを記入し、〒135-8383 区役所清掃リサイクル課に郵送、ファクスまたは窓口で※区ホームページからも申込可

「ごみ減量アイデア、ごみダイエット家計簿」を配布  
区ではごみ量の記録ができる「ごみダイエット家計簿」を配布しています。2か月間記録を付けていただいた方には、エコグッズを贈呈します。ぜひご活用ください。

人 左表のとおり  
申 直接、住まいを担当する長寿サポートセンター窓口へ  
場 地域ケア推進課地域ケア係  
☎(3647)4398  
FAX(3647)3165

講座・催しものつづき

わくわくノルディックウォーキング「10000歩ウォーク」

時 9/15(火)10:00~13:00※雨天中止  
場 深川地域周辺 人 高校生以上の健康な方10人(抽選) 費 500円  
内 小江戸めぐり(松尾芭蕉・伊能忠敬・間宮林蔵) 編 9/8(火)必着  
甲 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経験の有無⑧現在運動の有無⑨レンタルストック(無料)の要不要を記入し、〒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 ☎3522-0846、FAX3522-0855

か。初心者にもわかりやすく指導します。竿1本はレンタル、仕掛けとエサ付です 時 10/3(土)①10:30~11:30②13:30~14:30③15:00~16:00 人 小学生以上各回10人(申込順)※小学3年生以下は保護者同伴。引率は1人まで 費 1500円(保険料込) 師 ココペリプラス  
※いずれも 場 中川船番所資料館(大島9-1-15) 甲 9/10(木)9:00から中川船番所資料館に電話または窓口で ☎3636-9091、FAX3636-9094

保 健

がんの夜間相談窓口(9月分)

「がんの疑いがある」「診断を受けた」「治療を始めた」など、患者や家族の方の不安や疑問に思うことを相談できます。お気軽にご利用ください 時 9/4(金)18:00~20:00 場 マギーズ東京(豊洲6-4-18) 費 無料  
甲 当日直接会場へ 関 保健所健康推進課がん対策・地域医療連携係 ☎3647-5889、FAX3615-7171



中川船番所資料館 イベント

1. 江戸和竿師の製作実演~伝統工芸の技と優美~「竿ます」

船番所初登場の「竿ます」こと増形智志さんをお招きします。和竿製作工程の一部を実演します 時 9/22(火・祝)13:00~16:00 人 15人(申込順) 費 無料(1階のみ) 師 増形智志(江戸和竿師)

2. 水辺のワークショップ「昔ながらの線香花火を作ろう」

炎の色はどんな色か見たことがありますか。今回は色々な物を燃やして、さまざまな色の炎を作り出します。そして、最後には江戸時代から楽しまれていた方法で線香花火を作ってしまう特別企画です 時 10/3(土)17:30~19:30 人 小学生以上10人(申込順)※小学3年生以下は保護者同伴。引率は1人まで 費 500円(保険料込) 師 ココペリプラス

3. 10月・ハゼ釣り体験 入門編 旧中川でハゼ釣りに挑戦しません



休館・休止  
ご不便をおかけします

亀戸スポーツセンター

12/7(月)~令和3年1/10(日)、大体育室を休場。施設修繕工事のため 関 亀戸スポーツセンター ☎5609-9571、FAX5609-9574

官 公 署

登記所備付地図 作成作業にご協力を

東京法務局では、北砂の一部で、現地と一致する精度の高い地図を作

敬老祝金贈呈  
9月中に現金書留で郵送

喜寿、米寿、長寿および百歳の方に敬老祝金をお贈りします。今年度は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、現金書留郵便により9月中にお届けします 関 長寿応援課長寿応援係 ☎3647-4541、FAX3647-9247

年齢	対象	金額
77歳(喜寿)	昭和17年9月17日から昭和18年9月16日生まれの方	5千円
88歳(米寿)	昭和8年生まれの方	1万5千円
99歳・101歳以上(長寿)	大正11年生まれ・大正9年12月31日以前生まれの方	2万円
100歳(百歳)	大正10年生まれの方	5万円

もしものときの浸水被害に備えて「土のう」を配付

区では、住宅への浸水被害を軽減するため、10月まで土のうを希望者へ配付しています。店舗、事務所、事業所、駐車場等は配付の対象となりません。台風接近時等の直前対応は困難ですので、ぜひこの機会をご利用ください。

※配付した土のうは、ご自身で日常管理・不要時の処分をお願いします。また、袋のみの配付も行っています。[配送日]9月の区が指定する日 甲 9月分の配送は9/10(木)までに電話で河川公園課工務係 ☎3647-2538、FAX3647-9216

成します。土地の境界確認の立会いにご理解とご協力をお願いします [対象地域]北砂5丁目の一部 [作業期間]10月~令和4年3月。説明会は9/11(金)・12(土)を予定。対象地域の土地所有者の方にご案内を送付します 関 東京法務局不動産登記部門地図整備室 ☎5213-1414 関 [http://houmukyoku.moj.go.jp/tokyo/page000001\\_00136.html](http://houmukyoku.moj.go.jp/tokyo/page000001_00136.html)

東京辰巳国際水泳場 水球初心者体験教室・スイムスキルアップ

1. 水球初心者体験教室 水球クラブ交流会

時 10/8・22、11/5・19、12/3(木曜全5回)19:20~20:50 人 小学3年生以上で25m以上の泳力がある方50人(抽選) 費 5,000円

2. スイムスキルアップAコース

時 10/7・14・21(水曜全3回)15:10~16:40 人 小学生以上で25m以上の泳力がある方15人(抽選) 費 10,500円 内 ダイビングプールで水中フォームを撮影し指導します

※いずれも 場 東京辰巳国際水泳場 編 9/23(水)必着 甲 往復はがきに①教室名②氏名③年齢④学年⑤性別⑥郵便番号・住所・電話番号※1のみ⑦経験の有無を記入し、〒135-0053辰巳2-8-10東京辰巳国際水泳場へ※ホームページ( 関 <https://www.tef.or.jp/ttisc/index.jsp>)からも申込できます ☎5569-5061、FAX5569-5068

その他

ジュニア育成水泳教室

時 9/21(月・祝)9:30~11:30 場 スポーツ会館(北砂1-2-9) 人 25m泳げる小学生30人(抽選) 費 無料  
編 9/3(木)必着 甲 往復はがき(1人1枚)に①講座名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢⑥電話番号⑦学校名⑧学年⑨保護者氏名を記入し、〒135-0016東陽7-4-11-805江東区水泳連盟(藤井) ☎3645-8390

9月の健康相談等		城東保健相談所 〒136-0072大島3-1-3 ☎3637-6521 FAX3637-6651	深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006	委託実施	備考
区分	対象者	対象住所 亀戸・大島・東砂(1丁目~3丁目)にお住まいの方	下欄※1をご参照ください	塩浜・枝川・豊洲・東雲・有明・辰巳・潮見・青海・海の森にお住まいの方	下欄※2をご参照ください	妊婦健康診断 妊婦健康診断 6か月児健康診断 9か月児健康診断 1歳6か月児健康診断 1歳6か月児健康診断 新生児・産婦訪問指導	○育児学級ではお口の健康と発達・育児についてお話をします。母子健康手帳をお持ちください。
一般精神保健相談	一般区民	4(金)・24(木) 13:30~15:30	2(水)9:30~11:30 25(金)13:30~15:30	11(金) 13:30~15:30	11(金) 13:30~15:30	妊婦 令和2年3月生 令和元年12月生 平成31年3月生 産婦 新生児	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。
思春期精神保健相談		29(火) 14:00~15:30	9(水) 9:30~11:30	28(月) 14:00~15:30	10(木)14:15~16:30 29(火)9:30~11:45		
子育て相談		10(木)・25(金) 13:30~15:00	18(金) 13:30~15:30	25(金) 13:30~15:30	4(金) 13:30~15:30		
酒害相談		4(金)・18(金) 13:30~15:30	2(水)・15(火) 14:00~16:00	2(水)・16(水) 14:00~16:00	4(金)・18(金) 14:00~16:00		
高齢者精神保健相談		18(金) 13:30~15:30	10(木) 13:30~15:30	偶数月に実施	4(金) 13:30~15:30		
難病療養相談		14(月) 13:30~15:00	24(木) 13:30~15:30	17(木) 13:30~15:00	今回の予定はありません		
栄養相談		7(月)・28(月) 9:00~15:30	14(月)・28(月) 9:00~15:30	10(木)・17(木)・23(水) 9:00~15:30	11(金)・16(水)・25(金) 9:00~15:30		
両親学級(平日版)	赤ちゃんが産まれるご夫婦	当面の間、事業を中止しています				保健バッグの中に入っている健康診断受診票を都内(歯科の場合)は区内の委託医療機関に提出して健康診断を受けてください。	
4か月児健康診断	(個別通知制)	8(火)・16(水)・29(火)	10(木)・17(木)・23(水)	8(火)・16(水)・29(火)	7(月)・14(月)・29(火)		
育児学級	9~10か月児の保護者 1歳6か月~2歳児の保護者	16(水)9:30~11:00 23(水)9:30~11:00	9(水)9:30~10:20 16(水)9:30~10:25	10(木)9:30~10:45 23(水)9:30~10:45	8(火)9:30~10:30 15(火)9:30~10:30		
3歳児健康診断	(個別通知制)	9(水)・15(火)・23(水)	9(水)・16(水)・24(木)	9(水)・15(火)・23(水)	8(火)・15(火)・28(月)		
1歳児・2歳児歯科相談	(個別通知制)	対象者には個別に郵送でご案内します					
<p>は予約制です。電話、ファクスまたは直接各保健相談所へお申し込みください。</p> <p>※1 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)にお住まいの方</p> <p>※2 北砂・東砂4~8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・若洲にお住まいの方</p> <p>●食の安全については、食の安全係 ☎3647-5812へ ●シックハウスについては、シックハウス相談窓口 ☎3647-5862へ ●上記以外の医療については、医療相談窓口 ☎3647-5870へご相談ください。</p>							

【区の職員になりすます電話にご注意ください】

区民の皆さんに職員から、電話で還付金の手続きをご案内することはありません。また、還付金の受け取りのために金融機関の機械操作をお願いすることはありません。このような電話があった際は、一度通話を切り、区役所に確認の電話をお願いします 関 医療保険課保険料係 ☎3647-3169、FAX3647-8443

凡例 日時 場所 集 対象・定員 費用 内容 講師 保一時保育 締切日 申 問 合先 HP ホームページ Eメール

# お知らせ

## 都営シルバーピア(高齢者向け)入居者募集

[都営シルバーピア(江東区割当)]あき家(65歳以上単身者向)2戸、あき家(二人世帯向)1戸[申込用紙配布期間]9/1(火)~8(火)※土・日曜を除く[申込用紙配布場所]住宅課(区役所5階2番)、豊洲特別出張所・各出張所 締 9/11(金)必着 申 申込用紙に記入し、〒135-8383区役所住宅課住宅管理係へ郵送 ☎ 3647-9464、FAX 3647-9268

## 令和2年度特別区民税・都民税(普通徴収)第2期納期限8/31(月)

令和2年度の特別区民税・都民税(普通徴収)第2期分の納期限は8/31(月)です。お近くのコンビニエンスストア、金融機関、郵便局、納税課(区役所5階7番)、豊洲特別出張所・各出張所で期限までに納めてください。また、金融機関のペイジー対応ATM、パソコンやスマートフォンからのクレジットカード、インターネットバンキング、モバイルレジ、LINE Pay請求書支払いによる納付もできます。詳細は、納税通知書に同封のチラシまたは区ホームページでご確認ください 固 納税課収納推進係 ☎ 3647-2063、FAX 3647-8646 [納付の相談]新型コロナウイルス感染症等の影響により納税が困難な方は納期限までにご相談ください 固 納税課徴収第一・第二係 ☎ 3647-4153、FAX 3647-8646

## 司法書士による法律相談会(9月)

時 9/2(水)・16(水) ※いずれも14:00~16:00(受付開始13:00)。相談会の開始時間前に受付を終了する場合があります 場 区役所7階第74会議室 人 20人程度(先着順) 費 無料 内 相続、遺言、贈与、成年後見、不動産登記、株式会社等の設立・役員変更等、金銭問題、その他法律問

題 申 当日直接会場へ 問 東京司法書士会墨田・江東支部 ☎ 3635-1900 または区広報広聴課広聴相談係 ☎ 3647-2364、FAX 3647-9635

## 社会保険労務士による年金相談

区では毎月社会保険労務士による年金相談(予約不要)を実施しています。個別の受給資格等に関わるご相談は、年金事務所や街角の年金相談センターをご利用ください(要予約) ※本人確認のため年金手帳や年金証書などをお持ちください 固 区民課年金係 ☎ 3647-1131、FAX 3647-9415

場所	日程・内容
区役所2階エレベーター前	9/1(火) 13:00~16:00 (面談による相談のみ)
江東年金事務所(亀戸5-16-9) ☎ 3683-1231 FAX 3681-6549	[受付時間] 平日 8:30~17:15 9/12(土) 9:30~16:00 ※事前に江東年金事務所へお問い合わせください
街角の年金相談センター江東(オフィス)(亀戸2-22-17日本生命亀戸ビル5階) ☎ 5628-3681	[予約受付時間] 平日 8:30~17:15 ※予約が必要ですので街角の年金相談センター江東(オフィス)へお問い合わせください

## 多重債務110番

多重債務問題は一人で悩まず早めにご相談ください。東京都の無料特別相談「多重債務110番」と連携して、特別相談(電話・窓口)を実施します 時 9/7(月)・8(火) 9:30~16:00 場 固 消費者センター(扇橋3-22-2) ☎ 3647-9110(相談専用)、FAX 5683-0318

## 分譲マンション無料相談会

時 9/9(水) 13:00~16:00(1件1時間以内) 場 区役所5階第51会議室 人 区内分譲マンションの管理組合役員および区分所有者 費 無料 内 分譲マンションの維持管理に関するさまざまな問題に対応するための無料相談会(要予約) [相談員] マンション管理士 締 9/4(金) 申 8/25(火) から住宅課住宅指導係(区役所5階1番)に電話、ファクスまたは窓口で ☎ 3647-9473、FAX 3647-9268

## 建築・測量登記の無料相談

時 9/9(水) 13:00~15:00 場 区役

所2階エレベーター前 内 新築・増改築・耐震等に関するプラン、資金、日照問題、登記、土地測量等建築一般に関する相談。設計図面や資料のある方はご持参ください[相談員](一社)東京都建築士事務所協会江東支部会員・東京土地家屋調査士会江東支部会員 申 当日直接会場へ 問 建築調整課建築防災係 ☎ 3647-9764、FAX 3647-9009

## 「あんしん江東」専門相談 弁護士による法律相談(予約制)

時 9/12(土) 14:00~16:00(1人1回30分) 場 高齢者総合福祉センター2階(東陽6-2-17) 人 6人(申込順) 費 無料 内 福祉サービスに関するトラブルや疑問、遺言や遺産相続手続き、成年後見制度等 申 8/25(火)から電話またはファクスであんしん江東 ☎ 3647-1710、FAX 5683-1570 ※毎週火曜14:00~16:00にも、専門相談(弁護士・司法書士)を開催しています(予約制)

## 「ふれあいサービス」協力会員募集

高齢の方や障害のある方、産前産後の世帯など援助が必要な方を対象に、家事や介護のお手伝いをしていただける協力会員(有償ボランティア)を募集しています [活動内容および謝礼金] ○家事援助サービス(食事の支度・洗濯・掃除・買物代行など)1時間700円または840円 ○介護サービス(車いす・外出等の介助、乳幼児介助など)1時間840円または1,050円 ○ちょこっとサービス(電池や電球の交換・体調不良時の買物代行等)1回500円(30分以内) [登録説明会] 時 9/18(金) 14:00~16:30 場 総合区民センター7階第4会議室(大島4-5-1) 人 18歳以上の心身ともに健康な方15人(申込順) ※資格・経験・性別・居住地は不問 内 事業説明と登録手続き 申 8/27(木)から電話で社会福祉協議会福祉サービス課 ☎ 5683-1571、FAX 5683-1570

## 赤い羽根共同募金会地域配分(B配分)申請受付

赤い羽根共同募金運動で集められた募金を江東区内の福祉施設・福祉団体に助成(配分)します ※詳細は社会福祉協議会のホームページをご覧ください [実施] 共同募金会江東区協力会 [受付期間] 9/9(水)~11(金) 問 社会福祉協議会福祉サービス課(東陽6-2-17高齢者総合福祉センター内) ☎ 3647-1898、FAX 5683-1570 HP https://koto-shakyo.or.jp

## 講座・催しもの

### 「認知症予防プログラム」10~11月参加者募集~遊んで動いて脳活~

認知症ではないが、もの忘れや意欲低下が気になることはありませんか。「軽度認知障害(MCI)」は認知症の一手手前の状態ですが、社会参加や運動など生活を見直すことで、症状の進行を遅らせることも可能と言われています。今の症状を放置せずに脳活を始めて認知症予防してみませんか 時 金曜10:00~11:00 場 スポーツクラブ&スパ ルネサンス亀戸(亀戸2-1-1) 人 65歳以上の区民の方で介護保険認定を受けてなく、本プログラムを利用したことがない方15人(抽選) 費 無料 締 9/8(火) 申 8/26(水)から電話でスポーツクラブ&スパ ルネサンス亀戸 ☎ 5836-1301、FAX 5836-1302(受付時間:10:00

~17:00、金曜休館) 問 地域ケア推進課地域ケア係 ☎ 3647-4398、FAX 3647-3165

## 深川東京モダン館 アート展

大阪の障害者生活介護事業所「アトリエライブハウス」の作家たちによる作品を展示します 時 8/25(火)~9/6(日) ※8/31(月)は休館。最終日14:00まで 費 無料 場 固 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) ☎ 5639-1776、FAX 5620-1632 HP http://www.fukagawatokyo.com



▲昨年度の様子

## 障害者地域生活支援セミナー 「「終活」とは? (入門編)」

時 9/28(月) 10:00~11:30 場 障害者福祉センター3階会議室 人 区内在住の障害者・難病の方15人(9/5(土)13:30から公開抽選) ※詳細はお問い合わせください 費 地域活動支援センター事業利用者負担金(1回240円) ※生活保護受給者・住民税非課税の方などは免除 内 入門編として終活、エンディングノート等について終活全般をテーマにした講演 締 9/4(金) 必着 申 往復はがきに講座名・住所・氏名・年齢・電話(ファクス)番号・障害名(病名)・障害の等級を記入し、〒135-0011扇橋3-7-2障害者福祉センターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎ 3699-0316、FAX 3647-4918

## 障害者福祉センター リフレッシュ体操教室・陶芸教室・絵手紙教室

1. リフレッシュ体操教室 時 10/6~12/1の火曜(11/3を除く全8回) 10:00~11:00 人 区内在住の障害者・難病の方10人(9/7(月)10:30から公開抽選) 内 筋トレや脳トレ、ストレッチなど主にイスに座って行う体操

## 2. 陶芸教室

時 10/14~令和3年2/10の第2・4水曜 [午前コース] 10:30~12:00 [午後コース] 13:30~15:00(いずれも全9回) 人 区内在住の障害者・難病の方各コース6人(9/7(月)10:40から公開抽選) 内 ろくろや手びねりによる作品製作

## 3. 絵手紙教室

時 10/8~令和3年2/4の第2木曜 ※2月のみ第1木曜(全5回) 10:00~12:00 人 区内在住の障害者・難病の方15人(9/7(月)10:50から公開抽選) 内 季節のモチーフを使用した作品製作 ※いずれも 費 地域活動支援センター事業利用者負担金(1回240円) ※生活保護受給者・住民税非課税の方は免除。2は教材費500円(釉薬代等全9回分)、粘土代(1kg200円)(実費)、3は教材費500円(モチーフ代全5回分)および画材代5,448円(送料込・初めての方のみ)(実費) 締 9/4(金) 必着 申 往復はがき(1教室につき1枚)に教室名・住所・氏名・年齢・電話(ファクス)番号・障害名(病名)・障害の等級を記入し、〒135-0011扇橋3-7-2障害者福祉センターへ郵送または窓口(はがき持参)で ☎ 3699-0316、FAX 3647-4918



## 土曜・休日、平日夜間(こども)急病診療案内

土曜・休日急病診療	診療対象	内科・小児科の急病患者	
	診療受付	(土) 18:00~21:30 (休日) 9:00~11:30 13:00~21:30	
診療場所	江東区休日急病診療所	江東区医師会館内(東陽5-31-18) ☎ 3645-3109	総合区民センター内(大島4-5-1) ☎ 3637-4531
	江東区薬剤師会深川調剤薬局	江東区医師会館内(東陽5-31-18) ☎ 5606-0502	
調剤薬局	江東区薬剤師会城東調剤薬局	総合区民センター南側(大島4-4-3) ☎ 3681-4388	

\*現在、土曜・休日急病診療は予約制となっています。事前に電話で予約のうえ、受診してください。

ク平日夜二間こども	診療対象	小児科(中学生以下)の急病患者	
	診療受付	平日の20:00~22:45	
診療場所	江東区平日夜間こどもクリニック	江東区医師会館内(東陽5-31-18) ☎ 3645-3109	
	江東区薬剤師会深川調剤薬局	江東区医師会館内(東陽5-31-18) ☎ 5606-0502	

\*その他、こどもの急な発熱など、休日・夜間等に電話でご相談したい時には、**子供の健康相談室(東京都実施)**をご利用ください。☎ #8000または☎ 5285-8898

\*また、救急車を呼ぶかどうか迷ったら**東京消防庁救急相談センター(24時間年中無休)**をご利用ください。☎ #7119または☎ 3212-2323

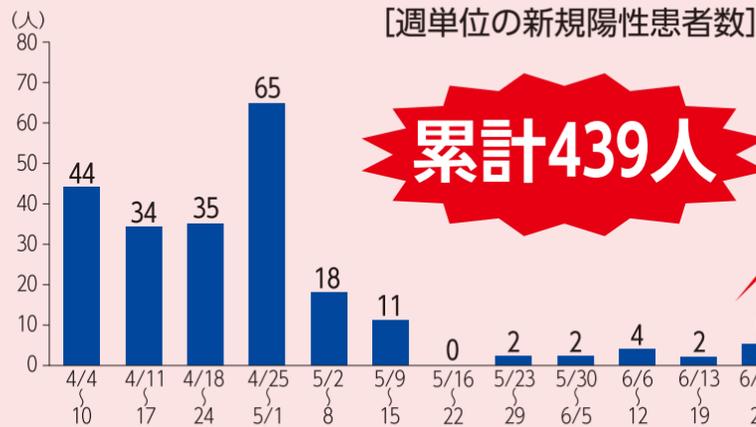
休日歯科急診療	診療対象	歯科の急病患者		
	診療受付	9:00~11:30 13:00~16:30 当番医へあらかじめ電話でお申し込みください。		
期 日	医療機関名	所在地	電 話	
	9/6(日)	小川歯科医院	森下2-7-7	3631-4814
	吉野歯科医院	亀戸3-61-21 橋本ビル2階	3638-6480	
9/13(日)	佐藤歯科医院	高橋13-15 ナッシュビル4階	3631-2066	
	斉藤歯科医院	亀戸4-16-4	5626-7432	
9/20(日)	渡辺歯科医院	毛利1-9-2	3632-5503	
	リモール歯科医院	亀戸4-18-20 モンテローザ大久保1階	5626-3621	
9/21(月・祝)	クボキデンタルオフィス	住吉2-7-11 2階	5625-2120	
	高地歯科医院	亀戸4-19-2 小林ビル2階	3681-8709	
9/22(火・祝)	中澤歯科クリニック	住吉2-25-2 戸田ビル1階	3846-4618	
	津田歯科医院	亀戸5-23-3	3638-3534	
9/27(日)	住吉ミモザ歯科・矯正歯科	猿江1-3-7 パーク・ノヴァ猿江恩賜公園101	6659-2692	
	杉山歯科医院	亀戸6-6-5 ヴェラハイツ第2亀戸1階	3638-3690	

☆保険証をお持ちください。診療の際、保険証がない場合は、全額実費負担となります。 ※電話で医療機関案内が24時間お聞きになれます。東京都保健医療情報センター(ひまわり) ☎ 5272-0303

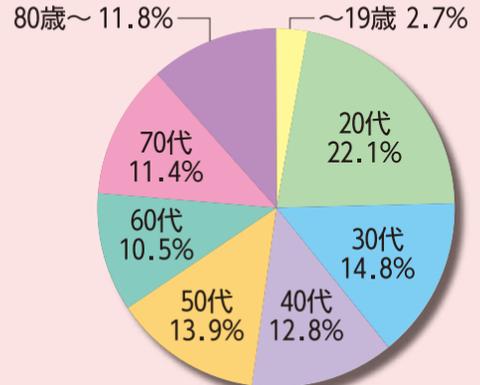


# 新型コロナウイルス 再び感染拡大

## 江東区の陽性患者の発生状況(7/31時点)



## [年代別の陽性患者の割合]



※4/3までの陽性患者数の累計は18人です。  
 ※医療機関から江東区民の陽性者の報告があった日の件数を集計しています。  
 ※東京都が報道発表を行った日とは異なります。

※江東区外の医療機関等からの報告件数も含まれます。  
 ※今後、調査により変動する場合があります。

## 3つの「密」を避けましょう!

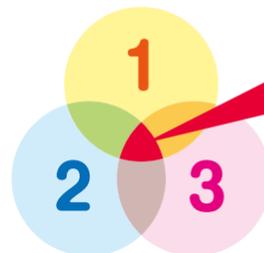
①換気の悪い  
密閉空間



②多数が集まる  
密集場所



③近所で会話や  
発声をする  
密接場面



3つの条件がそろう場所が  
クラスター(集団)発生の  
リスクが高い!

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には  
消毒などを行ってください。

## 新型コロナウイルス接触確認アプリ 「略称:cocoa」(厚生労働省)

新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです。インストールしてご活用ください。



▲厚生労働省  
ホームページ

## パルカレッジ 公開講座 田中ウルヴェ京さん講演会 ～メダリストに学ぶ ストレスをやる気に変える方法～

メダリストであり、現在メンタルトレーナーとして東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向け指導を行っている田中ウルヴェ京さんに、ストレスをやる気に変える方法についてお話しいただきます(手話通訳あり)※録音・録画・写真撮影不可。遅刻・欠席は要連絡。感染症対策のため、座席は間隔を空けた指定席となります  
 時 9/26(土)14:00～16:00 場 男女共同参画推進センター1階レクホール(本会場)・3階研修室(第2会場、第3会場)※3階研修室はライブ映像による受講となります 入 高校生以上90人(区民を優先し、抽選) 費 無料 師 田中ウルヴェ京(オリンピックメダリスト、メンタルトレーニング指導士) 保 幼児(1歳6か月～就学前)若干名(抽選)、無料※1歳6か月未満のお子さんは3階研修室(第3会場)で同伴受講できます(若干名、抽選) 締 9/1(火)消印有効 申 往復はがき(1枚1人)に①郵便番号②住所③申込者氏名・ふりがな④年齢⑤電話番号⑥保育希望の場合は、保育希望・お子さんの氏名・ふりがな・生年月日⑦同伴受講希望の場合は、同伴受講・お子さんの講座当日の月齢⑧車いす席(定員2席)・手話通訳(いずれも介助者は1人まで)利用希望の場合はその旨を記入し、〒135-0011扇橋3-22-2(パルシティ江東内)男女共同参画推進センター公開講座担当へ郵送※区ホームページからも申込できます ☎5683-0341、FAX 5683-0340



▲田中ウルヴェ京さん

## 江東区文化観光ガイドがご案内

## トワイライトツアー 9/17(木)～19(土)



### ▲ライトアップされた永代橋

夕暮れから夜にかけて、お化粧直しを終えた永代橋や清洲橋など、隅田川沿いの橋と水辺の風景を楽しみまちあるきツアーです。夜風に吹かれながらまちの風景を楽しんでみませんか 時 9/17(木)～19(土)18:30 出発※雨天決行 集 都営大江戸線清澄白河駅改札前(出発時間の10分前までに集合) 入 2時間程度まちあるきができる小学4年生以上の方、各回15人(抽選、結果は9/10(木)までに連絡、1組3人まで)※小学生は要保護者同伴 費 500円(保険代他)※小学生無料[ガイドコース]都営大江戸線清澄白河駅改札前(出発)→清洲橋通り→清洲橋→LYUROかわてらす→隅田川大橋→高尾稲荷神社→豊海橋→永代橋→佐賀町会館(解散) 締 9/4(金)必着 申 往復はがきに①希望日(複数日の申込不可)②申込者氏名(申込者、同行者を逆にしての重複申込は無効)③住所④電話番号⑤同行者氏名(2人まで)を記入し、〒135-0016東陽4-5-18江東区産業会館内江東区文化観光ガイド事務局(江東区観光協会内)へ郵送 ☎6458-7410、FAX6458-7420

## 発売中 2割お得なプレミアム付区内共通商品券(こうとう DE 元気!お買い物券 2020)

区内商店街等で、10,000円で12,000円分ご利用いただける商品券を販売中です。この商品券は中学生以上の方であればどなたでも申込できますので、ぜひご購入ください※大型店では使用できません  
 [申込方法]区役所・出張所・区内郵便局配架の専用応募はがき(往復はがき1枚につき63円切手2枚貼付)を郵送してください(先着順受付・販売予定数に達ししだい終了します)[引換販売日時・場所]10/31(土)まで区内郵便

局の郵便窓口営業時間中※購入には申込後に郵送される購入引換券が必要です [販売単位]1セット10,000円(1枚500円の商品券×24枚つづり12,000円分) [購入限度]中学生以上一人5冊(5万円)まで※1家族5人分まで [使用期限]令和3年1/31(日)まで [発行主体]江東区商店街振興組合連合会 [取扱店]江東区内共通商品券取扱店(約800店舗) 問 経済課商業振興係 ☎3647-9502、FAX3647-8442、江東区商店街振興組合連合会 ☎3645-1231、FAX3645-1150

こうとう区報は発行日から3日かけて郵便ポストへお届けしています

ご家庭・事業所等で配布が必要ない場合や、配布部数の変更を希望される場合は、全戸配布コールセンター(平日および配布日の9:00～19:00) ☎6868-4059へ 読み終わった区報は古紙回収へ

TOKYO 2020  
オリンピック・パラリンピックを  
成功させよう!

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