

### 生活機能の低下が心配な方へ

## 元氣アップトレーニング

足腰が弱くなった気がする、以前は楽にできていたことがおっくうに感じられるなど、生活機能の低下を感じることはありませんか。生活機能改善を目指し、要介護認定で「要支援」の方やこれに相当する方を対象に、3か月間の短期集中プログラムを行っています。施設に通いながら、リハビリ専門職等から自宅で継続できる運動機能向上の方法を学ぶ「元氣アップトレーニング」

○対象者 足腰が弱くなった気がする、以前は楽にできていたことがおっくうに感じられるなど、生活機能の低下を感じることはありませんか。生活機能改善を目指し、要介護認定で「要支援」の方やこれに相当する方を対象に、3か月間の短期集中プログラムを行っています。施設に通いながら、リハビリ専門職等から自宅で継続できる運動機能向上の方法を学ぶ「元氣アップトレーニング」

## カラスの被害を防止

### ごみの出し方と繁殖期への対策を

都会でカラスの生息数が増えすぎたために、「鳴き声がうるさい」「ごみ集積所を荒らされる」「威嚇・攻撃された」などの被害が起こっています。カラスによる被害を防止し、快適な生活環境を守るために、次のような対策に取り組みしましょう。

#### ごみへの対策

- カラスが増えた原因のひとつは、人が出す大量のごみが増え、ごみが増えること。次のような心がけで、生息数の増加を抑えることができます。
- 生ごみを出す際、生ごみが外から見えないように不要な紙で包んだり、ごみ袋の中心に入れたりする。
- 収集日の前日から生ごみを出さない。

## 令和5年度

## 新型コロナウイルスワクチン接種

### 64歳以下で基礎疾患がある方・医療従事者の方は申請を(4回目接種時に申請した方は申請不要)

## インフルエンザ予防セミナー

体験会 若洲 4/16(日)

障害のある方もない方もヨットに乗って楽しもう！  
障害者と健常者がともにセーリングを体験できるイベントを開催します。思い切り潮風を感じてみませんか。  
○ 4月16日(日) 午前10時～午後3時半  
○ 若洲ヨット訓練所(若洲3)

## カンボジマのじいちゃんもたちゃん

楽器を贈ろう！

家庭で不用になった「けん盤ハーモニカ」を募集しています。NGO江東区海外リサイクル支援協会、認定NPO法人JHP・学校をつくる会と協働して、区民の皆さんから寄贈されたけん盤ハーモニカをカンボジアへ贈る支援事業を行います。  
※区役所までの運搬経費は自己負担をお願いします。

## 傷ついた心のケア講座

4/20(木)

わたしの中の力を取り戻すヒント  
夫や恋人からのDV(ドメスティック・バイオレンス)やモラルハラスメント(精神的な暴力)などで傷ついた女性と、そのような力の力になりたい女性のための講座です。DV被害が心身に与える影響を知り、自分自身で立て直せる方法を学びます。  
○ 4月20日(木) 午後2時～4時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 4月25日(火) 午後2時～4時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 4月28日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月1日(金) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月3日(日) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月5日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月7日(木) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月9日(土) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月11日(日) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月13日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月15日(木) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月17日(土) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月19日(日) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月21日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月23日(木) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月25日(土) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月27日(日) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月29日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月31日(木) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)

## 女性のための法律講座

4/25(火)

離婚に伴う手続きや、財産分与・年金分割などの必要な情報を学びます。これからの人生をどのように選択し、歩んでいくかを考えていきましょう。個別の相談はできません。  
○ 4月25日(火) 午後2時～4時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 4月28日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月1日(金) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月3日(日) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月5日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月7日(木) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月9日(土) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月11日(日) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月13日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月15日(木) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月17日(土) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月19日(日) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月21日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月23日(木) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月25日(土) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月27日(日) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月29日(火) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)  
○ 5月31日(木) 午前9時～11時 男女共同参画推進センター1階1・2研修室(扇橋3-1)

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(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(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(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	理学療法士などによる運動・栄養・口腔の複合プログラム	理学療法士などによる運動・栄養・口腔の複合プログラム	理学療法士などによる運動・栄養・口腔の複合プログラム
回数	1回120分、24回(週2回×3か月)	1回60分、24回(週2回×3か月)	1回60分、12回(週1回×3か月)
自己負担	3か月24回で4,800円	3か月24回で2,400円	自己負担はありません
訪問先	訪問看護ステーション20か所	(株)フォーラル	

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(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(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(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	理学療法士などによる運動・栄養・口腔の複合プログラム	理学療法士などによる運動・栄養・口腔の複合プログラム	理学療法士などによる運動・栄養・口腔の複合プログラム
回数	1回120分、24回(週2回×3か月)	1回60分、24回(週2回×3か月)	1回60分、12回(週1回×3か月)
自己負担	3か月24回で4,800円	3か月24回で2,400円	自己負担はありません
訪問先	訪問看護ステーション20か所	(株)フォーラル	

「巣を作らせない」  
カラスは外から見られないように、枝葉の茂った大きな樹木などに好んで巣を作ります。枝を剪定して見通しを良くしましょう。  
○ 針金ハンガーや紐類などは巣の材料になるので、屋外に放置しないようにしましょう。  
○ 「巣が落ちたヒナに近づかない」  
カラスが頭上を低く飛び回るなどの威嚇行動があった場合は、巣が近くにある可能性があります。すぐにその場を離れましょう。  
○ 巣立ったばかりのヒナはうまく飛ぶことができません。地面に落ちてしまうことがよくあります。親カラスはこのヒナを守るために人を威嚇することがあるので、落ちたヒナに近づかないようにしましょう。地面に落ちたヒナを見つけた場合は、環境美化係までお問い合わせください。

#### 巣の撤去

カラスの巣を見つけても、被害のないときは特に撤去する必要はありません。しかし、カラスに威嚇されるなどの被害が発生した場合は、巣を撤去する必要があります。鳥獣保護管理法(「鳥獣保護管理法」)に基づき、鳥獣保護管理員が撤去を行います。撤去には、環境美化係までお問い合わせください。  
○ 東京都環境局自然環境部計画課 ☎(5)3888-3505 ☎(5)3888-1379

令和5年度の新型コロナウイルスワクチン接種は次のとおりです。①65歳以上の方、基礎疾患がある5歳以上の方および医療・高齢者施設等の従事者は年2回接種(5月8日(月)～8月と、9月)を実施。②初回接種を終了した①以外の方は年1回接種(9月)を実施。③乳幼児・小児については、右下をご覧ください。④の方に接種券を送付するにあたり、次に該当する64歳以下の方は事前申請を確約し、(4回目接種時に申請した方は申請不要)です。⑤基礎疾患がある方は、申請方法をインターネットまたはコールセンター ☎(5)3888-1379 ☎(5)3888-3505 ☎(5)3888-1379

# 区内中小企業・事業所をサポート

## 創業支援、展示会への出展経費など、経営に関する各種補助事業を実施

活力あるまちづくりのためには、区内経済や中小企業の活性化が不可欠です。区では、中小企業支援のための各種補助事業を行っています。補助対象や内容、条件などの詳細は区ホームページをご覧ください。  
【申】区ホームページよりダウンロードした申請書に必要書類および資料を添付し、〒135-8383区役所経済産業振興係(区役所4階29番)へ郵送または持参 ☎3647-2332、FAX3647-8442

創業支援 事務所・店舗等の賃料	ホームページ作成費	知的財産権(特許権・実用新案権・意匠権・商標権)取得費
対象経費 事務所・店舗等の月額賃料(住居兼事務所は補助対象外)	対象経費 初めてのホームページ開設する際の作成費用(外部委託)ホームページ作成委託費(自作作成)ホームページ作成ソフトおよび解説書(共通)ドメイン取得費用、サーバー利用初期費用	対象経費 出願料、審査請求料、特許料、登録料、弁理士に支払う報酬、電子化手数料
金額・期間 下記のとおり 24か月	金額 対象経費の2分の1以内で上限10万円	金額 対象経費の2分の1以内で上限10万円(特許権の取得にあっては上限30万円)
対象者 令和5年度内に創業し、店舗等が区内にあるもの	対象者 区内中小企業または区内中小企業団体 ※ホームページの公開前に申請	対象者 区内中小企業 ※出願申請の日の翌日から起算して1年以内に申請
申請期間 9/1(金)～11/30(木)必着	申請期間 9/1(金)～11/30(木)必着	申請期間 9/1(金)～11/30(木)必着
補助月数 上限額と補助率	補助月数 上限額と補助率	補助月数 上限額と補助率
補助開始月～12か月目(1年目)	製造業 月額 10万円 月額賃料の2分の1以内 製造業以外 月額 5万円 月額賃料の4分の1以内	製造業 月額 10万円 月額賃料の2分の1以内 製造業以外 月額 5万円 月額賃料の4分の1以内
13か月目～24か月目(2年目)	製造業 月額 5万円 月額賃料の2分の1以内 製造業以外 月額 3万円 月額賃料の4分の1以内	製造業 月額 5万円 月額賃料の2分の1以内 製造業以外 月額 3万円 月額賃料の4分の1以内
※製造業とは、日本標準産業分類で定める大分類「製造業」	※製造業とは、日本標準産業分類で定める大分類「製造業」	※製造業とは、日本標準産業分類で定める大分類「製造業」
展示会・見本市への出展経費	研究開発費	広告宣伝費
対象経費 出展料・出展小間料	対象経費 中小企業が自らまたは大学等と共同して行う研究開発で令和5年度中に事業が完了するもの(新製品の開発、機械器具(装置)の高性能化、新物質(新材料)の開発、新工法の開発など)	対象経費 自社の製品・サービスの宣伝を行う際の広告料
金額 対象経費の3分の2以内で上限20万円	金額 対象経費の2分の1以内で上限20万円	金額 対象経費の3分の2以内で上限20万円
対象者 区内中小企業 ※最近2か年度連続でこの補助金の交付を受けた場合は対象外	対象者 区内中小企業	対象者 区内中小企業 ※最近2か年度内にこの補助金の交付を受けた場合は対象外
対象事業 国内外で開催される展示会、見本市等への出展	対象事業 大学等との共同(委託)研究 ※研究開発の完了後、6か月以内に申請	対象事業 区内中小企業
締切 出展する展示会等の開催前に申請	締切 出展する展示会等の開催前に申請	締切 出展する展示会等の開催前に申請
都立産業技術研究センター利用料	小規模な産学連携共同研究費	環境認証等取得費
対象経費 製品・技術の研究開発のため、都立産業技術研究センターの有償サービスを利用した場合の料金	対象経費 大学等に支払う共同(委託)研究に係る契約金	対象経費 ISOやエコアクション21等の環境認証やプライバシーマークを新たに取得する場合の経費
金額 対象経費の3分の2以内で、年度内上限15万円	金額 対象経費の2分の1以内で上限20万円	金額 下記のとおり
対象者 区内中小企業	対象者 区内中小企業	対象者 区内中小企業 ※取得日の翌日から起算して6か月以内に申請
	対象事業 産学連携共同研究	対象となる環境認証等 対象経費 補助率 限度額
	対象事業 産学連携共同研究	ISO9001 審査登録機関の審査に要する費用、コンサルタント委託料 2分の1以内 50万円
	対象事業 産学連携共同研究	ISO14001 審査登録機関の審査に要する費用、コンサルタント委託料 2分の1以内 50万円
	対象事業 産学連携共同研究	ISO27001 審査登録機関の審査に要する費用、コンサルタント委託料 2分の1以内 50万円
	対象事業 産学連携共同研究	エコアクション21 審査登録機関の審査に要する費用、コンサルタント委託料 2分の1以内 20万円
	対象事業 産学連携共同研究	プライバシーマーク 審査登録機関の審査に要する費用、コンサルタント委託料 2分の1以内 20万円

センター名	所在地	電話番号	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、石巻、千田、海辺、扇橋
住吉	住吉1-9-5	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
古石場	古石場2-14-1-101	3641-2801	永代、高岡、杉丹、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、潮見、木場1
塩浜	塩浜2-7-2	5617-6213	豊洲、東雲、有明、青海、海の森
豊洲	豊洲2-2-18	5859-0566	

## ゼオキャリアでプラスチックを回収

製品プラスチックも資源に！10月から回収スタート

皆さん、下のマークはどのような製品に表示されているかご存じですか？

これは「プラスチック製の容器包装プラスチック」に表示されています。もしかしら「プラスチックでできたもの全般」にこのマークがあると思っていられる人も少なくないかもしれません。

回収されたプラスチックは新たな製品に生まれ変わります。

10月から「製品プラスチック」の分別回収を開始

区は今年10月から、現在「燃やすごみ」として排出されている「製品プラスチック」のうち、100%プラスチックでできているものの分別回収を、新たに開始します(回収方法の詳細は後日お知らせします)。

分別回収する製品プラスチック例

- パケツ、洗面器
- 文房具
- CD、CDケース
- プラスチック製保存容器
- ハンガー

区では、プラスチックを可能な限りリサイクルすることで、燃やすごみの減量と二酸化炭素排出量の削減を進め、「最終処分場の延命化」、「ゼロカーボンシティ江東」の実現を目指します。皆さんのご協力をよろしくお願いいたします。

清掃リサイクル課 ☎(3)647-9181 ☎(3)647-5737

江東区公式LINEにご登録ください  
区公式LINEでは、さまざまな区の情報をカテゴリ別に配信しています。友だち登録後、受け取りたい情報で「産業・仕事」を選択いただくと、中小企業・事業所向けの各種支援情報や、求職者向けの情報を受け取ることができます。ぜひご登録ください 問 広報広聴課 広報係 ☎3647-2299、FAX5634-7538

新型コロナウイルスワクチン 乳幼児(生後6か月～1歳)、小児(5～11歳)接種期間を1年延長 小児用オミクロン株対応ワクチンの4回目接種実施  
乳幼児と小児の方の接種期間が令和6年3/31まで延長されました。また、小児追加接種の使用ワクチンがオミクロン株対応2価ワクチンに変更され、従来株での3回目接種から3か月間隔での4回目接種が行われます。対象の方に順次接種券を送付します 問 新型コロナウイルス接種コールセンター ☎0120-115-721、FAX3647-8647