



女性は
20歳から対象に
なるんだね

自己負担が
通常の10分の1で
受けられるのよ

案内を6月中旬から順次送付

受けよう!がん検診

健康推進課健康づくり係 ☎03-3647-9487 FAX 03-3615-7171



男性は
40歳から

症状が出る前の
早期発見が
大切です!

がん研究会有明病院
片岡明美先生



2-3面に続く



あなたの命を救う **がん検診**

受ける **メリット**、
受けない **リスク**

interview

片岡明美先生
がん研究会有明病院
乳腺センター
乳腺外科医長



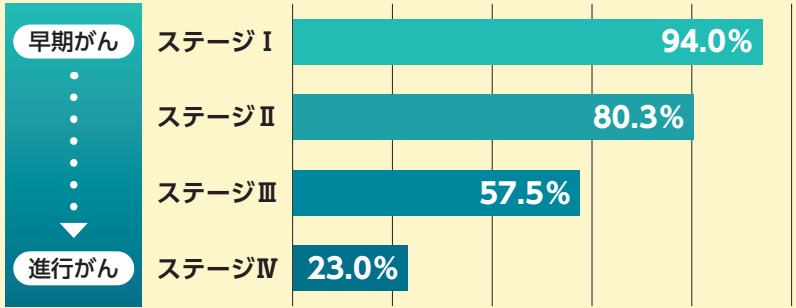
2人に1人ががんになる

日本人の死亡原因の第1位はがんです。**がんは、一生のうち2人に1人がかかるとされており、江東区では年間で亡くなる方の死因の約3割ががんです。**
「何の症状もなく元気だからがん検診は受けない」という方もいますが、がんの初期の多くは自覚症状がありません。何らかの症状が現れてから医療機関を受診したときには、すでに進行していたということは少なくありません。そうすると治療にかかる時間や身体への負担が大きくなり、生活や仕事にも大きな影響が出てしまいます。

早期発見・早期治療なら生活への影響は小さい

検診でがんが見つかる場合の多くは、ステージ0かⅠです。ステージ0とは、がんが粘膜内にとどまっている状態で、ステージ0の大腸がんや胃がんなら内視鏡で粘膜のがんを削る治療ですみます。**ステージ0かⅠなら、治療が軽くすむことが多いので身体的負担が少なく、早期に社会復帰することができ、生活に大きな影響を及ぼすこともありません。**さらに、お子さんの入学式や結婚式などのライフイベントや妊娠、仕事の都合に合わせた治療計画も可能になります。
がんは早期発見して早期治療すれば、高い確率で治ります。むし歯の治療と同じです。歯が痛くなってから受診するのではなく、定期的に歯科検診を受けていれば早期にむし歯を発見でき、治療も軽くてすみます。定期検診を受けるような感覚で、がん検診を受けることをおすすめします。

がんと診断されてから5年後の生存率



【出典】(公財)がん研究振興財団「がんの統計2022」

がん検診とあわせて自分をケアする生活習慣を

子宮頸がんは20代～30代の女性がかかりやすいので、20歳以上の女性が検診の対象となっています。初期に発見して治療すれば、妊娠出産も可能です。学業や仕事、子育てで忙しい世代だと思いますが、自分の健康を守るために検診を受けてほしいと思います。
乳がんは女性がかかるがんのトップです。私たちは、検診とあわせて「ブレスト・アウェアネス」という乳房を意識する生活習慣を提唱しています。「1.自分の乳房の状態を知る」「2.乳房の変化に気をつける」「3.変化に気づいたらすぐ医師に相談する」「4.40歳になったら2年に1回乳がん検診を受ける」という4つのポイントによるもので、これは乳がんに限らず自分の体への意識にも通じます。**日ごろから自分の体調の変化に気をつけて、自分をケアする生活習慣を身につけましょう。**

がん検診 Q&A

— 江東区のがん検診とは —

江東区で実施している胃・肺・大腸・乳・子宮頸がん検診は「対策型検診」といわれ、集団全体の死亡率を減少させる効果が科学的な方法によって認められた、国の指針で定められている検診です。

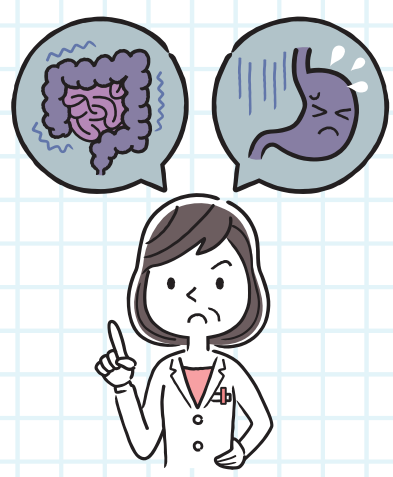
Q 費用はどのくらいかかるのでしょうか？

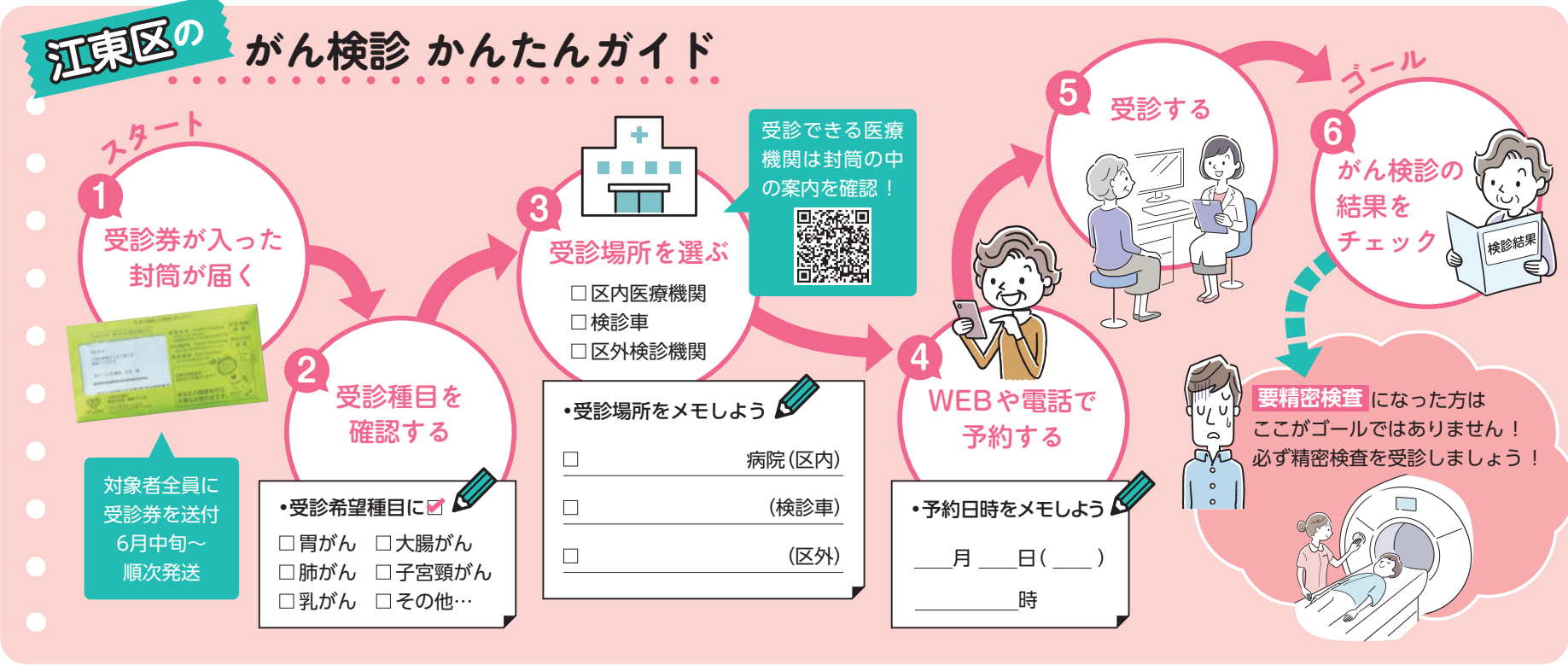
A 通常の10分の1程度の自己負担金で受けることができます。また、がんにかかると、一般的にがんが進行するほど治療費が高額になり、1回の投薬が検診費用の何十年分に相当すること。検診で早期発見されれば、治療にかかる費用も抑えられます。



Q 区のがん検診を受けるメリット・デメリットは？

A 早期発見・早期治療により命を守ることができるのが最大のメリット。ポリープや潰瘍などがんになる前段階の病変も見つけることができます。また、「異常なし」と判定されれば安心感も得られます。
一方で、デメリットも。検査によって身体に負担がかかってしまうことや、がんでなくても精密検査が必要と判断される「偽陽性」、がんの場所や形によっては必ずがんが見つかるわけではない「偽陰性」という場合もあります。がん検診で異常がなくても、症状があれば医療機関を受診することが大切です。
デメリットを上回るメリットがあるのが、がん検診。ぜひ検診を受けましょう！





○ 区内医療機関で受診できる検診

※区内医療機関は上記二次元コードまたは封筒の中の案内を確認

	健(検)診の種類(対象)(年齢は令和8年3月末現在)	自己負担金※1	実施期間	健(検)診項目検査方法
がん検診・検査	胃がん(内視鏡) (50・52・54・56・58・60・62・64・66・68歳)	1,500円	6/21(土)～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)	500円	6/21(土)～令和8年2/20(金)	胃部X線撮影
	肺がん (40歳以上)	800円	9/1(月)～令和8年1/31(土)	胸部X線撮影
	大腸がん (40歳以上)	500円	6/21(土)～令和8年2/20(金)	便潜血検査
	子宮頸がん※2 (20歳以上で偶数年齢の女性)	600円		頸部細胞診ほか
	乳がん※2 (40歳以上で偶数年齢の女性)	1,000円		マンモグラフィ
	前立腺がん (55・60・65歳の男性)	500円		血液検査(P S A検査)
	胃がんリスク層別化検査 ※生涯に1度(40・45・50・55・60・65・70・74歳)	500円		血液検査(ピロリ菌抗体検査、ペプシノゲン検査)
その他	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	6/21(土)～令和8年2/20(金)	問診、血圧、心電図、血液検査、尿検査、胸部X線ほか
	眼科検診 (50・55・60歳)	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)	無料		こうくう □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加入者)	無料		□腔内診査、□腔機能評価

詳細は封筒の中の検診・検査ガイドを見てください

※1 前年度の住民税非課税者等は無料
※2 前年度未受診者は受診可。また、国のがん検診支援事業により、対象者には、クーポン券が送付され、無料で受診できます。(対象者は令和7年4/1現在[子宮頸がん]20歳の方[乳がん]40歳の方)

○ 区内検診車・区外検診機関で受診できる検診と申込方法

受診場所	種類	実施期間	申込期間	申込方法
検診車 (下表の5会場)	胃がん(バリウム)・肺がんのみ ※対象者・自己負担金は区内医療機関と同じ	8/1(金)～令和8年3/21(土)	6/20(金)から	電話 (公財)東京都予防医学協会 ☎0120-489-559 月～金曜9:00～17:00(祝日除く) 専用HP ▲予約専用HP
(公財)東京都予防医学協会(新宿区市谷砂土原町1-2) (医社)こころとからだの元氣プラザ(千代田区神田神保町1-105)		7/16(水)～令和8年3/31(火)		

○ 検診車の8～10月の日程

実施月	8月		9月		10月	
種別	胃がん(バリウム) (午前のみ)	肺がん (午前/午後)	胃がん(バリウム) (午前のみ)	肺がん (午前/午後)	胃がん(バリウム) (午前のみ)	肺がん (午前/午後)
会場						
健康センター	22日(金)★、27日(水)、30日(土)★	22日(金)★、30日(土)★	16日(火)、20日(土)★	20日(土)★、24日(水)	4日(土)★、31日(金)	4日(土)★
総合区民センター	1日(金)、26日(火)	21日(木)	10日(水)、18日(木)	12日(金)	2日(木)、20日(月)	29日(水)
えこっくる江東・清掃事務所	14日(木)★、20日(水)	14日(木)★	—	25日(木)	3日(金)	1日(水)
東砂福祉会館	19日(火)	13日(水)、25日(月)	11日(木)	22日(月)	27日(月)	—
豊洲シビックセンター	18日(月)、21日(木)	—	1日(月)、17日(水)	9日(火)	28日(火)	30日(木)

★の午前中は胃がん(バリウム)・肺がん検診が同時受診できます(肺がん検診は終日実施)

がん検診についてのアンケートにご協力ください

【回答期限】9月30日(火)

受診率の向上やより受診しやすい検診環境の整備のため、がん検診についてのアンケートを実施します。ぜひ皆さんの声をお聞かせください。

子育て・教育

このほかの記事は10面こうとうインフォメーションに掲載

楽しい思い出を作ろう！「江東区少年キャンプ」

ハイキングやキャンプファイヤーなど、楽しいイベントが満載です。新しい仲間をつくって楽しみましょう。キャンプ経験がなくても親切なスタッフのサポートで、安心して参加できます。

区内在住・在学の小学4～6年生

※費用や申込方法は地区ごとに異なります。各地区の連絡責任者に電話でお問い合わせください

キッズ



地区	町名	日程	申込受付期間	場所	連絡責任者	連絡先
西部地区	森下・新大橋・常盤・高橋・白河・平野・三好・清澄	8/9(土)～11(月・祝)	6/16(月)19:00～23(月)17:00	桐生市青少年野外活動センター(群馬県桐生市)	中谷篤史	090-4824-4058
北部地区	石島・千田・千石・毛利・住吉・猿江・扇橋・海辺	7/26(土)～28(月)	6/6(金)～11(水)	山梨県立八ヶ岳少年自然の家(山梨県北杜市)	田中桂	090-4022-6379
南部地区	永代・越中島・佐賀・門前仲町・冬木・富岡・牡丹・木場・古石場・福住・深川	8/2(土)～4(月)	6/25(水)～7/10(木)	国立中央青少年交流の家(静岡県御殿場市)	篠原昌英	03-3641-2379
砂南地区	南砂・東砂6～8・新砂・新木場	7/19(土)～21(月・祝)	6/6(金)12:00～14(土)12:00		中村京子	090-1998-2674
砂北地区	北砂・東砂1～5	8/15(金)～17(日)	6/20(金)～25(水)		京谷純一	090-7730-2373
大島地区	大島	8/14(木)～16(土)	6/21(土)～7/3(木)	平山キャンプ場(山梨県北都留郡)	宮崎健司	090-9376-5896

保育園出張説明会

保育施設の情報や申込方法などの基本を説明

保育園の入園申込をしたことがない方向けに、保育施設の情報や申込方法など基本的な事項を説明します。

なお、説明会への参加の有無が入園選考結果に影響を及ぼすことはありません。

区内保育施設へ入園申込をしたことがない児童の保護者(区内・区外在住を問わない)

開催月の申込期間に区HPで(抽選)

※抽選結果はメールで通知

区保育支援課保育サービス係

☎03-3647-4934 ☎03-3647-9290

日程 ※いずれも10:00～11:00	場所	定員 (こども含む。抽選)	申込期間	抽選結果の通知
7/10(木)	南砂子ども家庭支援センター	30人	6/9(月)～30(月)	7/4(金)
7/14(月)	豊洲子ども家庭支援センター	40人		
7/18(金)	有明子ども家庭支援センター	30人		
7/22(火)	亀戸文化センター	50人		
7/29(火)	森下文化センター	50人		
8/25(月)	大島子ども家庭支援センター	40人	7/7(月)～31(木)	8/6(水)
8/28(木)	住吉子ども家庭支援センター	70人		

未就園児の定期的な預かり事業

「あずかーる」の実施園を拡充します

「あずかーる」では区立・私立保育園などの空き定員等を活用して、保育園を普段利用していないお子さんをお預かりしています。7月1日(火)から公設民営保育園でも開始するほか、私立園の実施園も拡充します。実施保育園や申込方法などの詳細は、区HPをご覧ください。

区内在住で、保育園・幼稚園等に在籍していない生後6か月～2歳児クラスのこども

6月1日(日)から各実施園において順次受付

※お預かりできる人数は施設や月により異なります(申込多数の場合は抽選)

区保育支援課事業支援係 ☎03-3647-9084 ☎03-3647-8447

保育政策課施設管理係 ☎03-3647-9094 ☎03-3647-9282

▲区HP

オンライン講座 こどもの習い事にひそむ教育虐待

～温かく見守る大人でいるために～

こどもへの虐待は毎年増えており、相談件数が一番多いのは心理的な虐待です。スポーツや勉強などの習い事をしている場合、周りの大人からの過度な期待や行き過ぎた指導が、こどもの心を傷つけているかもしれません。講座では、大人の言葉や態度がこどもに与える影響を知り、心身の成長に大切な親子の関わり方などを学びます。

7月11日(金)19:00～20:30

場オンライン(Zoom)

定40人(申込順)

講師 藤後悦子(東京未来大学こども心理学部教授)

6月5日(木)9:00から区HP申込または男女共同参画推進センターに電話・窓口で

☎03-5683-0341 ☎03-5683-0340

スポーツ

このほかの記事は10・11面こうとうインフォメーションに掲載

インクルーシブ・セーリング体験会

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。思いきり潮風を感じてみませんか。

7月13日(日)10:00～15:30

場 若洲ヨット訓練所(若洲3-1-1)

区内在住・在勤・在学で障害者手帳をお持ちの中学生以上の方、区内在住・在勤・在学の中学生以上の方

※未成年の方は要保護者承諾・同伴

定各5人(抽選) 費500円(保険料)

6月17日(火)(必着)までに区HP申込または区HPにある申請書に必要事項を記入し、窓口・FAX・郵送で〒135-8383 区役所スポーツ振興課スポーツ振興係(区役所4階34番)へ☎03-3647-4887 ☎03-3647-8506

※雨天・高温等による中止あり

※イベント当日の写真が区HPなどに掲載される場合あり

くらし・しごと・産業

このほかの記事は10面こうとうインフォメーションに掲載

税金についてのご案内

住民税の税額が決定 納税通知書を6月9日(月)に発送

令和7年度特別区民税・都民税(住民税)・森林環境税が課税される方に、税額決定の通知書を発送します。

【納期限】●第一期 6月30日(月) ●第二期 9月1日(月)
●第三期 10月31日(金) ●第四期 令和8年2月2日(月)

※給与からの特別徴収(引き落とし)分は、会社等(特別徴収義務者)を通じて別途通知

年金からの特別徴収(引き落とし)

【対象となる方】令和6年中に公的年金等の支払いを受けた方のうち、令和7年4月1日に老齢基礎年金等を受給している65歳以上の方で、介護保険料が特別徴収されている方

※次の方は対象となりません

- 老齢基礎年金等の年額が18万円未満
- 老齢基礎年金等から所得税額、介護保険料、国民健康保険料や後期高齢者医療保険料を控除した額が住民税額および森林環境税額に満たない

【対象となる税額】公的年金等の所得にかかる住民税額および森林環境税額

【徴収方法】

新たに対象となる方

徴収月	6月(第1期)・8月(第2期)	10月・12月・令和8年2月
徴収額	各月、対象税額の4分の1	各月、対象税額の6分の1
方法	普通徴収 (納付書や口座振替による納付)	年金から特別徴収(引き落とし)

昨年度から引き続き対象の方

徴収月	4月・6月・8月	10月・12月・令和8年2月
徴収額	各月、前年度分の対象税額の2分の1に相当する額の3分の1(仮徴収)	各月、対象税額から仮徴収した額を控除した額の3分の1(本徴収)
方法	年金から特別徴収(引き落とし)	

申告に関する注意

次の所得等は、住民税の納税通知書送達後に確定申告書を提出された場合、その内容を住民税の計算に算入できません。

- 特定居住用財産の譲渡損失の損益通算や繰越控除
- 居住用財産を譲渡した場合の長期譲渡所得の課税の特例
- 先物取引の差金等決済に係る損失の繰越控除 など

区課税課税計画係、課税第一・第二係

☎03-3647-8001～2・8004 ☎03-3647-4822

二輪車の車両区分の見直し(軽自動車税種別割)

地方税法等の改正に伴い、江東区特別区税条例の一部を改正しました。

【改正内容】原動機付自転車のうち、次の要件にすべて当てはまるバイク(新基準原付バイク)の軽自動車税種別割の税率を年額2,000円(50cc原付と同額)とする

- 二輪 ●総排気量125cc以下 ●最高出力を4.0kW(50cc相当)以下に制御

【改正理由】現行の50cc原付バイクは、令和7年11月開始の排ガス規制への適合が困難であることなどにより、今後生産・販売されなくなるため

区課税課税務係☎03-3647-8093 ☎03-3647-4822

納税の猶予制度等について

納期限どおりに区民税を一括で納付することにより、生活が困窮する場合には、納税を猶予する制度(徴収猶予・換価の猶予など)があります。放置はせずに、必ず納税課までお問い合わせください。一緒にお話ししながら、納税計画をたてましょう。

区納税課徴収第一・第二係☎03-3647-4153

☎03-3647-8646 ✉noufu-soudan@city.koto.lg.jp



▲納税の猶予制度

いつでも どこでも納付が可能なキャッシュレス納付

金融機関やコンビニエンスストアへ行かなくても、スマートフォンなどを使用して、自宅や外出先から24時間いつでも納付ができます。現金を持ち歩く必要がなく、小銭を数える手間が省けるため大変便利です。

くさまざまな納付方法

口座振替

申込手続きの所要時間約5分
印鑑や窓口への来所不要

専用Webサイトからの申し込み

区HPから専用Webサイトへアクセス
必要事項を入力・確認
手続き完了

電子マネー

利用可能なスマホ決済アプリ

PayPay au-PAY
Jcoin d払い

クレジットカード

利用可能なカードブランド

VISA Mastercard JCB

※手数料が発生します

インターネットバンキング

事前にご利用になりたい銀行などへの登録が必要です。

※税金の種類などにより、利用できる納付方法が一部異なります。納付方法の詳細は、区HPや送付済みの納付書をご確認ください

区納税課収納推進係

☎03-3647-2063 ☎03-3647-8646



▲税の納付

100円お得！コンビニ交付のご案内

令和7年度課税・非課税証明書の発行は6月9日(月)8:30から

マイナンバーカードをお持ちの方は、課税・非課税証明書や住民票などの取得にコンビニエンスストアに設置されているマルチコピー機をご利用ください。画面の指示に従った簡単な操作で、区役所や出張所の窓口で取得するより待ち時間が少なく、手数料も100円安くなります。コンビニ交付の詳細や臨時の休止日時は、下表か区HPをご覧ください。

区民課証明係☎03-3647-3164 ☎03-3647-8471



▲コンビニ交付

証明書	住民票の 写し	印鑑登録 証明書	(非)課税 証明書 (最新年度のみ)	戸籍の附票 の写し	戸籍全部・ 個人事項 証明書
コンビニ交付手数料	200円				350円
(参考) 窓口などの手数料	300円				450円
利用時間 (年末年始・メンテナンス 時は利用停止)	6:30～23:00			月～金曜(祝日除く) 9:00～17:00	
臨時休止日時	6/8日9:00～9/月8:30は新年度(非)課税証明書の発行年度切り 替えのためサービスを休止				

※利用の際はマイナンバーカードの4桁の数字の暗証番号の入力が必要です
※6月9日(月)以降は令和7年度(非)課税証明書のみ取り扱います
※江東区発行の令和7年度課税・非課税証明書は令和7年1月1日時点で江東区に住民登録がある方が対象です。転出届を提出した方は利用できません
※メンテナンス等で利用停止の際は、区報や区HPであらかじめお知らせします

令和7年度(非)課税・納税証明書を 窓口で交付申請する場合

【取扱窓口】区役所、出張所、豊洲特別出張所

【持ち物】申請者(お越しになる方)の本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証など)、委任状(代理人が申請する場合)

※住民票上同一世帯の親族からの申請は委任状を省略できます。それ以外の代理人による申請は、依頼人自筆署名の委任状とお越しになる代理人の本人確認書類が必要です

※郵送請求(手数料・申請書・返信用封筒を区役所へ送付、受け付け後本人宅へ返送)や電話予約(土・日曜に本人が区役所で受け取り)も利用できます。

詳細は区HPをご覧ください

区課税課課税第二係

☎03-3647-8004 ☎03-3647-4822



▲委任状(PDF)



▲郵送請求・電話予約



暮らし・しごと・産業のつづき

江東区創業塾受講者の募集を開始します
(特定創業支援等事業に関する証明書対象)

特定創業支援等事業の支援を受けた証明書の発行を希望する方を対象に、中小企業診断士によるセミナー形式の創業塾を開催します。創業に求められる経営、財務、人材育成や販路開拓について学ぶことができます。また証明書により、会社設立時の登録免許税の軽減などさまざまな優遇措置を受けることができます。

回7月3日～31日の木曜(全5回) 19:00～21:30 ※7月31日は18:30から

場産業会館

対事業を営んでいない個人で、区内で6か月以内に創業する具体的な計画がある方、または創業後5年未満の方で、全回参加できる方

定30人(申込順)

申6月5日(木)～7月1日(火)に[区HP申込](#)で

問経済課融資相談係 ☎03-3647-2331 📞03-3647-8442

女性しごと応援キャラバンin亀戸
久しぶりでも大丈夫!「通る書類作成のポイント」

都内各所を巡る再就職支援イベントです。働きたい女性の方へ応募書類の書き方、自己PR・志望動機の作り方など、今すぐ実践できるノウハウをお伝えします。セミナー後、希望者にはキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

回7月10日(木)

①セミナー10:00～12:00 ②個別相談会12:20～13:25(1人あたり30分)

場亀戸文化センター

対就職を希望している女性

定①50人 ②12人(申込順)

保乳幼児(6か月～未就学児)10人程度 ※7月4日(金)12:00までに要申込

申6月9日(月)9:00から女性しごと応援キャラバンHPまたは女性しごと応援キャラバン運営事務局に電話で ☎03-6734-1346

体と心を守る護身法ワークショップ

女性の護身の基本となる知識・意識・技術を、レクチャーと実技の形式でわかりやすく学べます。レクチャーでは暴力の構造や、加害者心理などについて正しい知識を学び、実技ではターゲットにされにくい姿勢やつかまれた手のほどこき方などを、体を動かしながら身につけます。動きやすい普段の服装でご参加ください。

回7月5日(土)14:00～16:00(開場13:30)

場男女共同参画推進センター

対女性 定40人(申込順)

場森山奈央美(NPO法人ライフライツ「インパクト東京」代表)

保幼児(満1歳6か月～未就学児)10人程度 ※6月25日(水)までに要申込

申6月5日(土)9:00から[区HP申込](#)または男女共同参画推進センターに

電話・窓口で ☎03-5683-0341 📞03-5683-0340

※手話通訳は6月25日(水)までに要申込

文化・観光

このほかの記事は11面こうとうインフォメーションに掲載

夏休み職人の技体験 7月20日(日)

江戸時代から続く伝統工芸の技を体験できます。職人さんの丁寧な指導のもとで、江戸の職人気分を味わってみませんか。

回7月20日(日)

場森下文化センター

講江東区無形文化財保持者

申6月19日(木)(必着)までに[区HP申込](#)または往復はがき(1枚1体験。複数枚で複数体験の申込可)に体験名(①～⑩)、時間帯(A～X) ※複数希望可)、氏名(ふりがな)、同伴の保護者の氏名・住所・電話番号(FAX番号)を記入し、〒135-8383区役所文化観光課文化財係へ ☎03-3647-9819 📞03-3647-8470

体験名	時間	定員(抽選)	費用
ひょうぐ 表具 いっかんぱり うつわ 一閑張の器	①小(15cm) A 10:00～10:55 B 11:00～11:55	各回4人	1,000円
	②大(20cm) C 13:00～13:55 D 14:00～14:55		1,500円
むじぞめ 無地染	③手ぬぐい E 10:00～10:55 F 11:00～11:55		2,500円
	④トートバッグ G 13:00～13:55 H 14:00～14:55		2,500円
さしもの 茶の湯指物	⑤小箱 I 10:00～10:40 J 11:00～11:40		2,000円
	⑥箸 K 13:00～13:20 L 13:30～13:50 M 14:00～14:20 N 14:30～14:50		1,500円
たてぐ 建具 くみこ 組子細工コースター	⑦桝つなぎ O 10:00～10:30 P 10:45～11:15 Q 11:30～12:00		1,000円
	⑧亀甲麻の葉 R 13:00～13:30 S 13:45～14:15 T 14:30～15:00		1,500円
きりこ 江戸切り子	⑨小皿(16cm) U 10:00～10:30 V 13:00～13:30	各回8人	500円
	⑩中皿(18cm) W 11:00～12:00 X 14:00～15:00		1,000円

※⑨⑩小学生以下は要保護者同伴



▲建具・友國三郎

お茶セミナー

ティーティストの有資格者を講師として、お茶の歴史や健康効果などの知識、淹れ方の説明・実演などを通して、お茶の楽しみ方をご提案します。

回6月18日(水)13:30～15:00

場産業会館

対区内在住・在勤の方

定36人(申込順) ※1組2人まで

費900円(教材の茶葉は1人1袋。試飲した残りの茶葉はお持ち帰りいただけます)

講(株)伊藤園ティーティスト

申6月5日(木)10:00から産業会館に電話で ☎03-5634-0522 📞03-3699-6017

朗読会「朗読で味わう文学」

視覚障害者を中心とした「こうばこの会」による朗読会を行います。語りや朗読など言葉を中心にした自由な表現「トークパフォーマンス」で文学の世界にいざないます。

回6月14日(土)14:00～16:00(開場13:45)

場教育センター

定50人(申込順)

申6月6日(金)9:00から東陽図書館に電話・窓口で ☎03-3644-6121 📞03-3615-6669

健康・福祉

このほかの記事は11面こうとうインフォメーションに掲載

高齢者の方へ

熱中症にご注意を!

シニア

暑いときは涼しい施設へ
高齢者の猛暑一時休憩所

高齢者の方が、暑さを我慢することは大変危険です。高齢者の方を対象に、下記の施設を、開館時間を利用し猛暑一時休憩所として開放しています。熱中症の予防対策としてご利用ください。また、本格的な暑さ到来の前にご自宅のエアコンが正常に稼働するかどうか、ぜひご確認ください。

【一時休憩所開設期間】6月1日(日)～9月30日(火)

施設名	住所	電話番号
古石場福祉会館	古石場1-11-11	03-3641-9531
塩浜福祉会館	塩浜2-5-20 塩浜福祉プラザ2階	03-3647-3901
千田福祉会館	千田21-18	03-3647-0108
東陽福祉会館	東陽6-2-17 高齢者総合福祉センター1階	03-3647-8180
亀戸福祉会館	亀戸1-24-6	03-3685-8208
大島福祉会館	大島4-5-1 総合区民センター3階	03-3637-2581
東砂福祉会館	東砂7-15-3	03-3646-0461
深川ふれあいセンター	平野1-2-3	03-3643-1902
森下ふれあいセンター	森下5-11-1	03-5624-6030
城東ふれあいセンター	北砂4-20-12	03-3640-8651
亀戸ふれあいセンター	亀戸9-33-2-101	03-5609-8822
グランチャ東雲	東雲1-9-46	03-5548-1992

※利用できる時間は各施設の開館時間です

☎長寿応援課長寿応援係 ☎03-3647-4541 ☎03-3647-9247

熱中症予防のためのお宅訪問

長寿サポートセンターの職員が、夏季期間中に単身高齢者などの自宅を訪問し、熱中症予防の注意喚起を行います。

☎03-3647-9606
☎03-3647-3165



電話訪問・声かけ訪問

一人暮らしの高齢者の皆さんが安心して暮らせるよう、安否確認や孤独感の緩和を目的とした見守り事業を実施しています。

事業名	事業内容	利用者負担	対象となる方
電話訪問	社会福祉協議会のボランティアが、週1回ご自宅にお電話します	なし	70歳以上の一人暮らしで安否の確認が必要な方 ※老人ホーム・シルバーピア等の施設入居者、ヘルパー・デイサービス等の介護保険サービス利用者、高齢者食事サービスの利用者は対象外 ※電話訪問・声かけ訪問はどちらか一方の利用
声かけ訪問	シルバー人材センターの会員が、週3回程度乳酸菌飲料を持ってご自宅に訪問し、お声がけします		

☎長寿応援課シニア活躍支援係(区役所3階8番) またはお近くの長寿サポートセンター窓口で
☎長寿応援課シニア活躍支援係 ☎03-3647-9468 ☎03-3647-9247

ご自宅にエアコンが1台も無く、経済的な事情でエアコンの購入が困難な高齢者世帯を対象に、エアコン購入・設置に係る費用を助成する事業がありますので、ご活用ください。☎江東区エアコン購入費助成金コールセンター ☎0120-666-604 (9:00～17:00 ※土・日曜除く)

身近な取り組みから始めよう！ 6月は食育月間

食育の「育(いく)＝19」から、毎月19日は食育の日です。区では「みんなが楽しく食べて元気な心と体をつくります」の実現を目指し、食育を推進するためにさまざまな取り組みを行っています。

まずは身近な取り組みから

区HPに「やってみよう！ 今日から食育」を掲載。日ごろの食生活を見直すことで毎日の健康につなげましょう。

江東区食育標語

令和6年度は「日本のお米の魅力(良さ)をつたえよう！」をテーマに募集。応募総数5,421作品から、優秀賞として次の作品が選ばれました。

【小学生の部】「たき立ての においも見た目も ごちそうだ」南陽小学校 杉江葵さん ほか11人
【中学生の部】「^か噛みしめる ^{おい}ご飯の美味しさ 笑みこぼれ」深川第六中学校 山本真梨華さん ほか5人

おいしいメニューコンクール

毎年食の大切さを学び、健康づくりの基礎となる正しい食習慣を身につけることを目的に実施。令和6年度は「おいしく食べて食料自給率アップ！ 米・米製品をメインに使ったアイデア料理」をテーマに開催。応募総数3,661作品から選ばれた優秀作品23作品のレシピ集を区役所2階情報ステーションで配布しています。

江東区家庭料理検定

今年度も令和8年1月にオンラインで実施します。小・中学校で学ぶ家庭科の「食」の範囲を網羅した内容と江東区オリジナル問題を含んだ独自検定です。満点を目指して、何度でもチャレンジしてください。

☎保健所健康推進課栄養指導担当

☎03-3647-6713 ☎03-3615-7171



HIV即日検査を夜間実施！ 6月9日(月)

(匿名・無料)※結果は当日判明します

6月は東京都HIV検査・相談月間です。HIV感染症は、感染に気づきにくい病気です。エイズを発症してから初めてHIVの感染に気づく「いきなりエイズ」が増えていきます。早期発見・早期治療のためにも、感染の不安がある人は積極的に検査を受けることが大切です。

区ではHIV即日検査を実施します。匿名で検査でき、相談もできるので安心です。所要時間は1時間程度です。結果は当日に口頭でお知らせします。診断書や証明書は発行しません。

※判定保留となる場合は、結果判明まで1週間程度かかります

※感染を心配するような機会から90日以上経過した後でないとい正しい結果が出ません。ご注意ください

☎6月9日(月)16:00～19:00

場城東保健相談所

定60人(先着順)

☎当日直接会場へ

☎保健所保健予防課感染症対策係

☎03-3647-5879

☎03-3647-7068

介護保険負担限度額認定証 申請、更新をお忘れなく

シニア

特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護医療院・ショートステイ利用時の居住費(滞在費)と食費について、所得の低い世帯の方の負担を軽減する制度があります。

次の2点を満たす方●本人、本人が属する世帯の世帯員や配偶者(別世帯、事実婚含む)の令和7年度住民税が非課税である●預貯金などの資産が一定額以下である

※詳細は区HPをご覧ください

認定証発行には申請が必要です

【必要書類】

●申請書と同意書

介護保険課給付係窓口(区役所3階2番)、区HPから入手可。 ※現在有効の負担限度額認定証をお持ちの方には、6月中旬に発送予定

●本人と配偶者が所有するすべての通帳のコピー(氏名・支店名・口座番号のページ、普通預金は直近3か月分のページ、定期預金は現在の取引がわかるページ(取引がない場合も未記入の最初のページが必要))

●有価証券、投資信託等の資産の金額がわかる資料

●非課税証明書 ※令和7年1月1日現在、江東区に住民票がない方で、マイナンバーを活用した情報連携による情報の確認ができない場合

【申請方法】必要書類を〒135-8383 区役所介護保険課給付係へ郵送・窓口で

判定結果は後日通知

判定の結果、該当者には「介護保険負担限度額認定証」を送付します。施設を利用する際に認定証を提示することで、右表のとおり軽減されます。認定証の有効期間は8月1日(金)～令和8年7月31日(金)です。



▲区HP

利用者負担段階と負担限度額(日額)

利用者負担段階	対象者※1	居住費(滞在費)				食費	
		多床室	従来型個室※2	ユニット型個室的多床室	ユニット型個室	施設サービス	短期入所サービス
第1段階	生活保護受給者 老齢福祉年金受給者	0円	550円 (380円)	550円	880円	300円	300円
第2段階	課税、非課税年金収入額とその他の合計所得の合計が80万円(令和7年8月以降は80万9千円)以下の方	430円	550円 (480円)	550円	880円	390円	600円
第3段階①	課税、非課税年金収入額とその他の合計所得の合計が80万円(令和7年8月以降は80万9千円)超120万円以下の方	430円	1,370円 (880円)	1,370円	1,370円	650円	1,000円
第3段階②	課税、非課税年金収入額とその他の合計所得の合計が120万円超の方	430円	1,370円 (880円)	1,370円	1,370円	1,360円	1,300円
第4段階	負担限度額対象外	各施設が定めた費用					

※1 第1段階～第3段階②までは、本文の次の2点を満たすことが必要

※2 ()は特別養護老人ホーム、またはショートステイ

介護保険課給付係 ☎03-3647-9498 ☎03-3647-9466

介護保険料が決定 65歳以上の方に通知 6月11日(水)から順次発送

65歳以上の方に、令和7年度「介護保険料額決定通知書」を6月11日(水)から順次発送します。介護保険料額は前年の所得等に基づいて決定します。

保険料の納付方法は2通り

【特別徴収】

年金差し引きで納める方法です。老齢年金や遺族年金等を年額18万円以上受給されている方が対象です。

【普通徴収】

65歳になったばかりの方、他の区市町村から転入されたばかりの方、または特別徴収の対象にならない方が、口座振替や納付書により納める方法です。1年分の納付書(6月分～翌年3月分)をお送りしていますので、各月の末日までに、お支払いください。

条件が整った方は、順次特別徴収に切り替わります。その際には事前に江東区から通知書を発送します。

介護保険料等の基準を変更

所得段階第1～第2間と第4～第5間の基準は、従来80万円だったものが令和7年度から80万9千円に変更されました。

高額介護(予防)サービス費、負担限度額認定(施設での食費・居住費の負担軽減)の基準も、同様に80万円から80万9千円に変更されます(令和7年8月から)。

関【介護保険料について】介護保険課資格保険料係 ☎03-3647-9493

【高額介護サービス費・負担限度額認定について】介護保険課給付係 ☎03-3647-9498 ☎03-3647-9466 (共通)

介護スタッフ従事者養成研修 高齢者生活援助サービスの従事資格を3日間で習得！

介護予防・日常生活支援総合事業で基準を緩和した「区独自の介護サービス」を充実させるために、介護スタッフ養成研修を実施します。研修を修了した方は、区内で生活援助(掃除・調理等)のサービスに従事する資格を取得でき、最終日には介護事業所や仕事の紹介をする「おしごと相談会」を実施します。すぐに就職につながる相談会です。

関介護スタッフとして働く意欲があり3日間の研修をすべて出席できる方

定各コース30人(申込順)

申6月6日(金)9:00～30日(月)に(公)介護労働安定センター東京支部HP、電話またはFAXに10面申込記入例の①～④と⑤メールアドレス⑥年齢を記入し、(公)介護労働安定センター東京支部へ ☎03-5972-1410 (月～金曜9:00～17:00) ☎03-5972-1418

関地域ケア推進課地域ケア係 ☎03-3647-4398 ☎03-3647-3165



▲申し込みはこちら

	回	日時	場所	研修内容
Aコース	1日目	7/8(火)9:30～16:30	江東区文化センター	○介護保険制度の概要について ○高齢者の特徴について ○認知症について ○職業倫理・接遇・マナーについて ○個人情報保護・秘密保持・不正防止について
	2日目	7/9(水)10:00～15:20		
	3日目	7/10(木)10:00～16:00		
Bコース	1日目	7/29(火)9:30～16:30	総合区民センター	○高齢者とのコミュニケーションについて ○事故発生時の対応について ○訪問介護の現場・業務内容について ※最終日には「おしごと相談会」を実施予定
	2日目	7/30(水)10:00～15:20		
	3日目	7/31(木)10:00～16:00		

※A・Bコースいずれかを選択。どちらのコースも同じ内容です

※研修終了1～2か月後をめどに就労状況に関するアンケートを実施します

区長が聴く・見る！

大久保区長コラム vol.3

今回は

常盤

について話を伺います

今月は、行政相談委員のほか民生児童委員としても活動いただいている青木博子さんにお話を伺いました。



▲青木博子さん(写真右)

普段、どのような相談がありますか

「民生児童委員として活動していることもあり、地域の皆さんからはさまざまなご相談をいただきます。通学路にスズメバチの巣ができていたなどの相談もありました」

青木さんは町会の役員としても活動されているんですね

「町会では、ハロウィーンにあわせて、こどもたちが仮装して地域のお宅をまわるイベントを開催していて、大人も一緒になって仮装して楽しんでいます。私の町会では、「みんなにこのまちを好きになってもらいたい！」という思いで活動しているんです」

青木さんから見た常盤地域の魅力はなんですか

「芭蕉記念館があることから、地域の学校でも俳句教育に力を入れています。こどもたちの詠む俳句は大人の視点とはまた違ってとても面白いですよ」

青木さんの町会では、誰もが参加しやすい、ウェルカムな雰囲気づくりに取り組んでいて、若い世代の加入も増えてきているとのことでした。これからの地域活性化に向けたヒントをもらった気がします。まちに住むみんなで地域を盛り上げていきたいですね。青木さんありがとうございました！

お話を伺った後で、青木さん一押しの芭蕉記念館を見学しました。

松尾芭蕉は、37歳の時に深川に移り住み、深川の地から「奥の細道」に出発しました。芭蕉記念館には、芭蕉が愛でたと伝わる「石の蛙」や貴重な俳句関連の資料が多数展示されています。

皆さんも芭蕉記念館で、江東区ゆかりの俳人・松尾芭蕉の足跡に触れてみてはいかがでしょうか。

※11面に芭蕉記念館のイベント情報を掲載しています



▲企画展「深川芭蕉庵から今へ」開催中！(～8月24日(日))

こうとう
インフォメーション

申込記入例

申込先は各記事の☑で確認してください。☑HP申込があるものは、区HPイベントカレンダーから申し込みます。

- ①講座・催しもの名(日時・コースも)
- ②氏名(ふりがな)
- ③郵便番号・住所
- ④電話番号(FAX番号)
- ⑤その他必要事項(各記事に明示)



▲区HP
イベントカレンダー
※往復はがきは返信用
あて先も記入

子育て・教育

7月の乳幼児食事教室

☑6月5日(木)から区HPまたは保健相談所に電話・窓口で



城東保健相談所 ☎03-3637-6521 ☎03-3637-6651	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者(申込順)	3(木) ①10:30〜、 ②13:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と保護者(申込順)	24(木) 13:30〜
深川保健相談所 ☎03-3641-1181 ☎03-3641-5557	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者(申込順)	1(火) ①13:00〜、 ②14:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と保護者(申込順)	22(火) ①13:00〜、 ②14:30〜
深川南部保健相談所 ☎03-5632-2291 ☎03-5632-2295	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者(申込順)	24(木) ①10:30〜、 ②13:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と保護者(申込順)	10(木) 14:30〜
城東南部保健相談所 ☎03-5606-5001 ☎03-5606-5006	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者(申込順)	3(木) ①10:30〜、 ②13:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と保護者(申込順)	17(木) 13:30〜

学校の教科書見本を展示

☑6月10日(火)〜27日(金)9:00〜17:00(土・日曜除く) ☑教科書センター(東陽2-3-6教育センター2階) ☑来年度以降に小・中学校、高等学校で使用する教科書見本の展示 ☑当日直接会場へ ☑指導室 ☎03-3647-9178 ☎03-3647-6505

ファミリー・サポート利用会員募集

ファミリー・サポート事業は、地域で育児の手助けができる方(協力会員)がボランティアとして育児の手助けが必要な方(利用会員)を援助する活動です。利用を希望する方は登録説明会に参加し、事

前に登録が必要です【利用時間】7:00〜22:00【謝礼金】活動時間・曜日により1時間800円または1,000円【活動内容】乳幼児・児童の一時預かり、保育園・幼稚園への送迎、その後の預かりなど

登録説明会

☑8月8日(金)10:00〜11:00、25日(月)14:00〜15:00、9月13日(土)10:00〜11:00、24日(火)14:00〜15:00 ☑オンライン(Zoom) ☑区内在住で、生後57日〜小学3年生の保護者 ☑各30人(申込順) ☑6月6日(金)9:00からファミリー・サポート・センター事務局(社会福祉協議会内)に電話で☎03-5683-1573 ☎03-5683-1570



里親説明会&相談会「里親という家庭のカチ」6・7月分

さまざまな理由から家族と離れて暮らす子どもを自分の家庭に迎え入れ、温かい愛情で養育する里親制度。まずは制度を正しく知ってみませんか ☑江東区・墨田区在住の方 ☑各回2組(申込順)

実施日時(各回時間)	場所
6/18(水) 14:00〜、15:30〜	オンライン(Zoom)
7/8(火)17:00〜	
7/23(水) 13:30〜、15:00〜	曳舟文化センター (墨田区京島1-38-11)

里親さんのお話を聞く会

☑7月23日(水)10:00〜11:30 ☑ノウドひきふね(墨田区東向島2-29-13) ☑江東区・墨田区在住の方 ☑10人(申込順) いずれも ☑希望日の3日前までに申込フォーム(下記2次元コード)または電話で江東児童相談所フォスティング機関へ☎03-3640-5432



夏休み子ども映画教室 めざせ！ストップモーションアニメ作家 キッズ

☑7月20日(日)10:00〜15:00、30日(水)・31日(木)10:00〜16:30、8月24日(日)(全4回) ☑古石場文化センター ☑小学4年生〜中学生 ☑16人(抽選) ☑3,500円(参加費、DVD代ほか) ☑映画製作のプロの指導で映画やアニメの仕組みを学びながら、ショートストーリーの作品をつくります。完成した作品は8月の「キッズシネマフェスティバル」で上映され、DVDにしてプレゼント ☑板屋宏幸(映画監督)ほか ☑6月10日(火)〜24日(火)に古石場文化センターHP・電話・窓口、またはFAXに左上申込記入例の①〜④と⑤生年月日・学年⑥保護者名を記入し、古石場文化センターへ☎03-5620-0224 ☎03-5620-0258 ※抽選結果は郵送で通知

区民ファミリーキャンプの集い

☑7月19日(土)〜21日(月・祝) ※2泊3日 ☑大房岬自然公園キャンプ場(千葉県南房総市) ☑区内在住・在勤・在学の4歳以上の子どもと保護者 ☑70人(抽選) ☑1人19,000円(食事代・バス代・保険代等) ※現地集合・解散の場合は1人12,000円 ☑6月10日(火)(必着)までに申込フォームまたは往復はがきに左上申込記入例の①〜④と⑤年齢(生年月日)⑥性別を参加者全員分と⑦参加人数を記入し、〒136-0073北砂5-20-3-812 江東区レクリエーション協会へ ☎090-3047-9263



▲申込フォーム ▲はがき申込注意事項等

くらし・しごと・産業

行政書士による無料相談会(6月)

遺言・相続、成年後見、株式会社の法人設立、産廃・建設業ほか各種営業許認可関係、契約書、自動車の名義変更、車庫証明などの無料相談を行っています ☑区内在住・在勤の方(先着順) ☑東京都行政書士会江東支部会員 ☑当日直接会場へ ☑東京都行政書士会江東支部 ☎03-4500-2995、広報広聴課広聴相談係 ☎03-3647-4700 ☎03-3647-9635

日時 ※予約不要	場所
6/12(木) 13:30〜16:30	豊洲文化センター8階 第4研修室
6/16(月) 13:30〜16:30	総合区民センター7階 第3研修室
6/19(木) 13:00〜16:00	区役所2階 エレベーター前

弁護士による土曜専門相談会

☑6月28日(土)14:00〜16:00(1人30分) ※通常の専門相談(弁護士・司法書士)は毎週火曜14:00〜16:00 ☑高齢者総合福祉センター ☑6人(申込順) ☑判断能力に不安がある高齢者・障害者の財産管理、相続・遺言、福祉サービスに関する苦情等 ☑6月6日(金)から電話またはFAXに左上申込記入例の①②④を記入し、権利擁護センター「あんしん江東」へ☎03-3647-1710 ☎03-5683-1570



スポーツ

夢の島ハワイアンフラ教室

☑7月9日〜9月24日の水曜(8月13日・9月17日を除く全10回)【初心者クラス】9:40〜10:40(体験会:6月11日(水)・18日(水)) ※詳細はHPをご覧ください ☑夢の島競技場 ☑16歳以上の方 ☑5人程度(申込順) ☑1回1,000円 ☑Suzuki Lisa(Hula Halau ALOHANA代表) ☑6月5日(木)から江東スポーツ施設運営パートナーズHPで ☑屋外スポーツ施設事務所 ☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855

夢スタ★アスリートクラブ 第2期

☑7月4日〜9月19日の金曜(7月25日、8月8日を除く全10回)18:30〜20:30 ☑夢の島競技場 ☑小学4年生以上の健康な方 ☑30人(抽選) ☑高校生以下の方2,000円、一般5,000円 ☑基本技術習得や健康増進など、初心者から上級者まで楽しめる陸上競技教室 ☑6月30日(月)までに江東スポーツ施設運営パートナーズHPで ☑屋外スポーツ施設事務所 ☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855

パラスポーツHOUR

☑6月14日(土)9:00〜13:00 ☑夢の島競技場 ☑障害がある方 ☑大人220円、高校生以下の方70円 ☑障害者の方が、周囲を気にせず競技場を個人利用可能 ☑当日直接会場へ ※詳細は江東スポーツ施設運営パートナーズHPをご覧ください ☑屋外スポーツ施設事務所 ☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855

BumB東京スポーツ文化館イベント【日本代表選手が教えるドッジボール教室】キッズ

☑6月15日(日)①9:30〜11:00②11:30〜13:00 ☑①年長〜小学3年生とその

保護者(保護者参加は任意)②小学3〜6年生 ☑各30人(保護者含む。申込順) ☑1人1,000円 ☑①ドッジボールを通してスポーツに親しむ②日本代表選手が競技としてのドッジボールのテクニックについて直接アドバイス ☑6月5日(木)13:00からBumB東京スポーツ文化館HPで

目標達成 大人向けブルレッスン

☑6月9日〜30日の月曜【水に浮こう！(初心者コース)】11:00〜11:30【クロール息継ぎ特訓コース!】11:30〜12:00 ☑中学生以上の方 ※中学生は要保護者同伴 ☑各回8人(先着順) ※継続参加をおすすめ ☑各回390円 ※別途利用料一般320円、中学生220円 ☑当日直接会場へ(開始30分前から受付)

【少人数子どもスイミング】キッズ

☑6月21日(土)・22日(日)・28日(土)・29日(日)①16:30〜17:30②17:45〜18:45 ☑①ビート板を使って12.5m泳げる年長〜小学生②クロールで12.5m泳げる小・中学生 ※いずれも要保護者同伴 ☑各4人(抽選) ☑1回4,200円 ☑①クロール12.5m完泳を目標②クロール12.5m以上からバタフライ習得を目標 ☑6月5日(木)13:00〜13日(金)21:00にBumB東京スポーツ文化館HPで ※6月16日(月)以降に抽選結果をHPに掲載

いずれも ☑BumB東京スポーツ文化館(夢の島2-1-3) ☎03-3521-7321 ☎03-3521-3506



江東区スポーツネット
8月のスポーツ施設
(野球場・運動場・テニス場)の
利用申し込み

【抽選受付期間】6月20日(金)〜30日(月)
【抽選後の空き施設の申し込み】
7月9日(水)から受け付け
【申込方法】利用者登録後、HPまたは各スポーツセンターにある利用者端末機で申し込みます。なお、別表の日程は施設の整備・区民大会等の開催により利用申し込みはできませんのでご注意ください☑夢の島競技場内 屋外スポーツ施設事務所 ☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855



種目	施設・面番号		日程 (8月分)	時間
野球・ソフトボール	夢の島	1・2面	4・5・7・30	全日
			3・10・17・24・31	8:00～18:00
		5・6面	3・10・11・17・23・24・31	8:00～18:00
		7・8面	10	8:00～18:00
		3・4・9・10面	3・10・11・17・24・31	8:00～16:00
		11・12面	2・3・10・11・16・23・24・30	8:00～16:00
		東少年	全日程	全日
テニス	豊住	A・B・C・D面	3・4・5・6	10:00～18:00
	荒川砂町	全面	22・23・24	9:00～17:00
ソフトボール・サッカー等	新砂	第一全面	3・10・23・24	全日
		第二全面	23・24	全日
		サッカー場	30	全日
		多目的	平日の月・水・金	全日
屋外スポーツ施設休場日			12・25	全日

■ ヨガ教室

回月3回土曜10:00～11:00、11:15～12:15 有明アリーナトレーニングスタジオ(有明1-11-1) 回15歳以上の方 回各回15人(申込順) 月4,400円 月6月5日(木)9:00から有明アリーナトレーニングスタジオに電話・窓口で ☎03-5579-6481

■ スポーツセンターイベント・施設情報

各施設が実施しているイベントの情報や月間利用予定表をHPに掲載しています。詳細は、健康スポーツ公社HPをご覧ください。



文化・観光

■ 東雲フォトコンテスト

回東雲地域で撮った自慢の写真を募集し、館内などで公開 月6月1日(日)～30日(月)に作品のカラーコピーを窓口へ持参、または作品に「#東雲フォトコン」をつけてXで投稿 ※持ち込んだ写真は返却不可 回東雲図書館 ☎03-3529-1141 ☎03-3529-1144



■ 深川東京モダン館イベント

【モダン館円楽一門会】

回6月20日(金)14:00～16:00 回50人(申込順) 月2,000円 回5代目円楽一門会による落語会 【出演】三遊亭楽麻呂、三遊亭朝橘、三遊亭ぼん太、三遊亭栄豊満(落語家) 回6月24日(火)14:00～15:30 回20人(申込順) 月1,500円 回松柳亭鶴枝の落語「真田小僧」と演目にちなんだ講座 【おきがる講座】

回6月27日(金)14:00～15:30 回50人(申込順) 月500円 回忍田清宝の「凸凹文字」ー深川で生きた視覚障がい者 いずれも 回深川東京モダン館 月6月5日(木)10:00から深川東京モダン館に電話で ☎03-5639-1776 ☎03-5620-1632 回info@fukagawatokyo.com

■ 深川江戸資料館イベント

【江戸庶民の年中行事再現「七夕飾り」】

回6月13日(金)～7月13日(日)9:30～17:00 ※最終入館16:30

【伝統芸能公開「江戸小歌」】

回6月14日(土)14:00～14:45 【出演】中村市之輔(江戸小歌十八世宗家)

【伝統芸能公開「相撲甚句」】

回6月21日(土)14:00～14:45 【出演】江東相撲甚句会

いずれも 回深川江戸資料館 月大人400円、小・中学生、高校生等50円(観覧料) 月当日直接会場へ 回深川江戸資料館 ☎03-3630-8625 ☎03-3820-4379

■ 中川船番所資料館イベント

【①星座早見盤を作ろう！】

回7月5日(土)13:00～13:40 回小学生以上 回星座早見盤を作って、星空を学ぶ 回根本しおみ(国立天文台)

【②根本しおみさんと行く宇宙旅行】

回7月5日(土)14:30～15:10 回3階ジオラマで宇宙創成の解説付き映像を上映 回根本しおみ(国立天文台)

【③妖怪かくれんぼ】

回7月19日(土)～27日(日)9:30～17:00

(入館は16:30まで) 回中川船番所資料館の中に隠れた35体の妖怪パネルを見つけて缶バッジをゲット

【④妖怪の絵を描いてみよう！】

回7月20日(日)11:00～11:30、14:00～14:30 回中川番所にちなみ、通行手形やミニ掛軸に妖怪の絵を描いて、自分だけの妖怪グッズを制作 回東雲騎人(妖怪絵師)

【⑤妖怪絵本のおはなし会】

回7月21日(月・祝)11:00～11:30、14:00～14:30 回幼児から楽しめる妖怪にちなんだ絵本のおはなし会 回あじおかえりこ(俳優)

いずれも 回②～⑤どなたでも 回①15人④各回15人⑤各回30人 ※①④申込順。小学3年生以下は要保護者同伴(有料) 月①1,300円(観覧料・教材費含む) ②③⑤大人200円、小・中学生、高校生等50円(観覧料) ④500円(観覧料・教材費) 月①④6月10日(火)9:00から中川船番所資料館に電話・窓口で②③⑤当日直接会場へ 月回中川船番所資料館 ☎03-3636-9091 ☎03-3636-9094

■ 芭蕉記念館イベント

【①企画展「深川芭蕉庵から今へー芭蕉が築いた礎ー」ミュージアムトーク】

回6月15日(日)、7月20日(日)、8月17日(日)14:00～14:30 回展示のみどころ、裏話など

【②ミニ展示「江戸蕉門」】

回6月24日(火)～11月24日(月・休)

【③芭蕉記念館俳句会】

回7月23日(木)13:30～15:30(集合13:15) 回20人(申込順) 回夏季雑詠3句。互いに選句・選評 回蘭草庵子(俳人、芭蕉記念館俳句アドバイザー)

いずれも 回芭蕉記念館 月①②大人200円、小・中学生、高校生等50円(観覧料) ③200円 月①②当日直接会場へ③6月10日(火)9:00から芭蕉記念館に電話・窓口で ☎03-3631-1448 ☎03-3634-0986

■ 文学講習会「蕉重が手がけた俳諧と漢詩『鶉衣』と『通詩選』を読む」

回7月25日～8月29日の金曜(8月15日を除く全5回)18:30～20:10 回芭蕉記念館 回36人(抽選) 月3,400円(教材費含む) 回塚越義幸(國學院大學栃木短期大学教授) 月6月30日(月)までに芭蕉記念館HP・電話・窓口またはFAXに10面申込記入例の①～④と⑤生まれ年を記入し、芭蕉記念館へ ☎03-3631-1448 ☎03-3634-0986



健康・福祉

■ 介護支援専門員実務研修受講試験の受験要項配布

【配布期間(予定)】6月2日(月)～30日(月) 【試験日】10月12日(日) 【受験要項配布場所】地域ケア推進課(区役所3階7番)、豊洲特別出張所、各出張所、東京都庁(新宿区西新宿2-8-1)、(公助)東京都福祉保健財団 ※受験要項(受験申込書等)の郵送を希望する方は、「令和7年度受験要項送付希望」と記入のうえ、返信用に角2号封筒(320円切手を貼り、返送先を記入)を同封し、〒163-0718新宿区西新宿2-7-1新宿第一生命ビルディング18階 (公助)東京都福祉保健財団人材養成部介護人材養

成室ケアマネ試験担当へ 回同財団ケアマネ試験担当 ☎03-3344-8512、地域ケア推進課包括推進係 ☎03-3647-9606 ☎03-3647-3165 ※受験資格等の詳細は受験要項をご覧ください

■ 難病医療相談室

回6月20日(金)13:30～14:30 回江東区医師会館(東陽5-31-18) 回指定難病で治療中の方、指定難病の疑いと言われた方とその家族 回2人(申込順) 回専門医を中心とした医療相談 月6月13日(金)までに電話またはFAXに10面申込記入例の①～④と⑤難病名を記入し、江東区医師会事務局へ ☎03-3649-1411 ☎03-3649-1631

■ グランチャ東雲 夏の21講座 シニア

回7～9月(講座により開講期間が異なる) 回グランチャ東雲 回区内在住の60歳以上の方 回講座により異なる(未受講の方を優先し、抽選) 回スマホ入門、パソコン、コーヒー、英会話、吹き矢、ボイストレーニング、美姿勢キープ体操、転倒予防体操 ほか 月6月15日(日)(消印有効)までに窓口(返信用はがき持参)または往復はがき(1講座につき1枚)に10面申込記入例の①～④と⑤年齢⑥性別⑦グランチャ番号(登録者の方のみ)を記入し、〒135-0062東雲1-9-46 グランチャ東雲へ ☎03-5548-1992 ☎03-5548-1995 ※詳細はグランチャ東雲で配布するチラシやグランチャ東雲HPで



■ 高齢者家族介護教室

(1)介護技術(食事・入浴)/実技 (2)男性向け介護教室

回(1)7月2日(水)・(2)17日(木)14:00～15:30 回江東区文化センター 回区内在住・在勤・在学の方 回(1)20人(2)10人(申込順) 回介護のコツや健康づくりを学ぶ 月6月5日(木)からセントスタッフ(株)申込専用HP・電話またはFAXに10面申込記入例の①②④と⑤メールアドレス⑥区内在住・在勤・在学のいずれかを記入し、セントスタッフ(株)へ ☎03-6803-5624 (月～金曜9:00～17:00) ☎03-6803-5838 回地域ケア推進課包括推進係 ☎03-3647-9606 ☎03-3647-3165



■ 認知症カフェ「Yワイカフェ」

認知症の方や家族、認知症に関心のある方が、誰でも気軽に交流できる場です。専門の相談員へ相談もできます。回6月11日(木)14:00～16:00 回YMCA東陽町コミュニティセンター(東陽2-2-20) 回カフェ利用者の交流 月当日直接会場へ 回檀山 ☎03-3645-6402

■ 江東区医師会 区民公開講座

回6月21日(土)15:00～16:00(開場14:30) 回江東区医師会館(東陽5-31-18) 回80人(申込順) ※小学生以下の入場は不可 回アイフレイルは病気の手前かも!? 人生100年時代の目の健康寿命を考える 回志和利彦(南砂町駅前にここに眼科院長) 月6月6日(金)から江東区医師会事務局に電話で ☎03-3649-1411 ☎03-3649-1631

■ 順天堂東京江東高齢者医療センター 嚥下(飲み込み)の研修会

回6月27日(金)15:30～17:00 回①順天堂東京江東高齢者医療センター(新砂3-3-20)②オンライン(Zoom) 回①60人(申込順)②定員なし 回嚥下に関する対策と啓発、嚥下食の展示 回池田勝久(耳鼻咽喉科) 月6月6日(金)10:00から同医療センターHPで 回同医療センター ☎03-5632-3111 ※①は当日マスクの着用を



■ 順天堂東京江東高齢者医療センター 区民健康講座「最近CMでよく見るアイフレイルってなに？」

回7月19日(土)13:30～14:30(開場13:00) 回①順天堂東京江東高齢者医療センター(新砂3-3-20)②オンライン(Zoom) 回①60人(申込順)②定員なし 回小野浩一(眼科医師) 月6月5日(木)10:00から同医療センターHPで ※①は空きがある場合のみ6月12日(木)10:00から電話予約を受付 回同医療センター ☎03-5632-3111 ☎03-5632-3163



環境・まちづくり

■ 6月は環境月間

家庭でCO₂の削減を！

区は、2050年までに温室効果ガスCO₂の排出量を実質ゼロとする「ゼロカーボンシティ江東区」の実現を目指しています。環境月間の6月に、使わない家電のコンセントを抜く、テレビの使用時間を1時間短くするなど、家庭でCO₂削減につながる行動に取り組みましょう。区立小学校と義務教育学校では、5・6年生が6月の1か月間に、各家庭でCO₂削減に取り組んで記録する「カーボンマイナスこどもアクション」を実施します 回温暖化対策課環境調整係 ☎03-3647-6124 ☎03-5617-5737

■ マンション管理基礎セミナー

「マンション管理のはじめの一歩」

回6月21日(土)10:00～12:30(受付9:30) 回江東区文化センター 回初めて区内分譲マンション管理組合の理事になる方など 回30人(申込順) 回【第1部】マンション管理組合の役割、理事の仕事、外壁等の修繕、給排水やエレベーターなど設備面の基礎を学ぶ 【第2部】管理組合意見交換会 回松本洋((-社)東京都マンション管理士会会員) 月6月5日(木)～18日(木)に 回HP申込 または住宅課住宅指導係(区役所5階1番)に電話・窓口で ☎03-3647-9473 ☎03-3647-9268



■ 建築・測量登記の無料相談

新築・増改築・耐震・空家・大雨浸水の改修等のプラン、資金、日照問題、登記、土地測量等建築一般に関する相談に、(-社)東京都建築士事務所協会江東支部会員と東京土地家屋調査士会江東支部会員が対応します 月6月11日(木)13:00～15:00(受付は14:50まで) 回区役所2階区民ホール 月当日直接会場へ ※設計図や資料がある方はご持参ください 回建築調整課建築調整係 ☎03-3647-9754 ☎03-3647-5513

江東花火大会2025

8月11日(月・祝)

区民限定!

抽選

無料席3,000席

(ペア席1,500セット)にご招待

日時

8月11日(月・祝) 19:00~20:00

※小雨決行(荒天の場合は中止、順延日なし)

場所

荒川・砂町水辺公園(葛西橋と清砂大橋の間)

問合せ先

江東花火大会実行委員会事務局

☎03-6300-0914 FAX 03-5860-6827

(9:00~17:00 ※土・日曜、祝日除く)

※募集期間中の土・日曜(6月1日・7日・8日・14日・15日)は実行委員会事務局への電話問い合わせが可能です

▲江東花火大会公式HP

注意

※申し込みは1人1回まで(重複申込無効)

※チケットの転売は固く禁止します

※抽選結果は、郵送の方は当選者のみ、チケットの発送(7月上旬より順次)をもって通知し、WEBの方は当落に関わらずメールにて通知します

※座席の指定はできません。座席は抽選で決定します

※個人情報保護のため、チケットの当落に関するお問い合わせにはお答えできません

●7月19日(土)から区民優先の有料席(9,000席・先着)の販売を行います(詳細は区報7月11日号で案内)

●会場内への入場はチケットを持参の方のみ可能です

●開催当日は周辺地域で交通・立入規制を行います(詳細は区報8月1日号で案内)

締切6月20日(金)

区民限定無料席の抽選へぜひご応募ください

夏の夜空を彩る江東花火大会を今年も開催。区内在住の方限定の無料席3,000席に抽選でご招待します。

席種

ペア席1,500セット(3,000席分)

対象

2人とも区内在住の方

申込方法

【郵送】6月20日(金)(消印有効) までにはがきに10面申込記入例の①~④と⑤年齢を2人分記入し、〒151-0073 笹塚駅前郵便局留 渋谷区笹塚1-58-6 マルシンビル501号室 江東花火大会実行委員会事務局へ

【WEB】6月1日(日)10:00~20日(金)23:59に江東花火大会HPからチケットぴあHPへ遷移し申し込み

7月4日(金)~6日(日)

陸上日本選手権 区民招待

東京五輪も開催された国立競技場で、国内最高峰の陸上競技大会「日本選手権」が開催されます。本大会は、東京2025世界陸上の日本代表最終選考会を兼ねており、日本一をかけた白熱の戦いが繰り広げられます。未来を担うこどもたちがトップアスリートの姿を間近に見ることができ、夢や希望を育む貴重な機会にもなります。家族そろって感動の舞台を観戦してみませんか。

📅7月4日(金)~6日(日)

📍国立競技場(新宿区)

👤区内在住の方

👥各日500人(申込順)

※キッズスペースあり(保育なし)

📅6月5日(木)0:00から日本陸上競技連盟の申込専用HPで

※発券等の手数料(495~825円)がかかります

※チケットぴあの無料会員登録が必要

📞(公財)日本陸上競技連盟事務局 ☎050-1746-8410

第109回 日本陸上競技選手権大会

JAAF Athletics Championships

兼 東京2025世界陸上競技選手権大会 日本代表選手選考競技会

2025.7.4~6 国立競技場(東京)

区独自

区内中小企業の
水道光熱費・燃料費を補助

令和7年度エネルギー価格
高騰対策補助金

エネルギー価格高騰の影響を受け、負担が増大した区内中小企業者に対し補助金を支給します。

※令和6年度に補助金を受けた方も申請できます

【主な補助対象要件】

●区内に本店(個人は主たる事業所)がある中小企業者

●直近の確定申告で事業収入が300万円以上

●直近の確定申告でエネルギー関連費(水道光熱費・燃料費)の合計額が5万円以上

※上記の他にも要件がありますのでご確認ください

【補助額】直近の確定申告のエネルギー関連費の合計額に応じて25,000円~150,000円

📅6月2日(月)~10月31日(金)(必着)に区HP、または経済課窓口(区役所4階29番)などにある申込用紙に必要事項を記入し郵送で ※申請要件、必要書類などの詳細は区HPをご確認ください

📍江東区エネルギー価格高騰対策補助金
コールセンター
☎050-3816-2727
☎03-3647-8442

こうとう区報は発行日から3日かけて配布しています

配布が必要ない場合や、配布部数の変更を希望する場合は、全戸配布コールセンター(月~金曜(祝日、年末除く)と配布日の9:00~19:00) ☎03-3368-3940へ

読み終わった区報は古紙回収へ

こうとう区報は、区HPでもご覧いただけます
Articles are available at the Koto City Official Website.