

江東区版

子育てにもっと安心を

こども誰でも通園制度

新

『あずかる』スタート!

主なポイント

【就労要件】

なし

【利用時間】

月40時間
まで

【利用料】

無償

区では令和6年7月より
試行的に未就園児の定期的な預かり事業「あずかる」を行ってきました。令和8年4月からは、こども誰でも通園制度として新たにスタートします。

図【利用申請に関すること】

保育支援課保育サービス係 ☎03-3647-4934 ☎03-3647-9290

【面談予約・利用予約に関すること】

区立保育園:保育政策課施設管理係 ☎03-3647-9094 ☎03-3647-9282

区立幼稚園:学務課幼稚園係 ☎03-3647-9703 ☎03-3647-9053

申請方法は2面へ

区公式
LINE ▶



区公式X
(旧Twitter) ▶



区公式
Instagram ▶



YouTube
区公式チャンネル ▶



区HP ▶



スポーツと人情が熱いまち

江東区

すべての こどもの育ちを 応援します！



4月から実施する「こども誰でも通園制度」は保護者の就労状況に関わらず、こどもを月一定時間保育施設に預けることができる制度です。保育の専門職がいる環境でさまざまな経験ができ、同世代のこどもと関わる機会を得ることができます。

こども誰でも通園制度について



対象児童は？

対象者：0歳6か月～2歳児クラスの保育所等を利用していないこども



利用時間と料金は？

利用可能時間：月40時間まで
※3歳に達した児童は月30時間まで
利用料：無償

◎利用までの流れ

詳細はこちらから▶



ステップ1

利用申請



① 国の「こども誰でも通園制度総合支援システム」から利用申請

※4月から利用を希望する方は下記の期限までに申請してください

利用申請期限：2/19(木)まで

② 区で審査後、総合支援システム利用のためのアカウント発行



ステップ2

面談予約



① 利用者(保護者)のアカウント情報やこどもの情報を登録

② 利用希望施設に面談予約

※4月から下表の施設での利用を希望する方は、期間内に面談予約の申し込みをしてください。3/10(火)ごろに面談の対象者を決定します

ステップ3

面談・利用予約

施設と面談後、利用日の予約



利用スタート

⚠️ ご注意ください

面談の結果、受け入れが困難であると施設が判断した場合はご利用できません

4月から
実施する
区立施設
【計6園】

区立保育園	
面談予約期間 2/27(金)～3/5(木)	
塩崎保育園	塩浜2-6-3
城東保育園	南砂7-9-11

区立幼稚園			
面談予約期間 2/27(金)～3/8(日)			
つばめ幼稚園	扇橋3-20-13-101	枝川幼稚園	枝川3-4-1-101
第二亀戸幼稚園	亀戸6-36-1	第五砂町幼稚園	東砂7-5-27

※私立保育園、私立幼稚園などその他実施施設については区HPで順次公開します

保護者の皆さんのこんな声に寄り添います！



同世代のこどもと
遊ぶ機会をつくりたい

育児や成長の悩みを
保育士に相談したい



DVは、身体への暴力だけではありません！

もしかして？
と思ったら
一人で悩まず
ご相談ください

DV(ドメスティック・バイオレンス)とは、配偶者や恋人、パートナーからの暴力のことです。人格否定や無視・束縛などの精神的暴力は心に深刻なダメージを与えることがあります。
「殴られたわけではないから」「自分にも悪いところがあるから」「もう少し我慢できるかも」と思っても、「もしかして」と感じたら専門機関にご相談ください。

話し合いたくても言い負かされるか論点をずらされて、
すべて自分のせいにされてしまいます

いつ何に怒りだすのかわからないので、
毎日相手の顔色を見ながら生活しています



怒鳴ったり無視されたりするけど、
話を聞いてくれる優しい時もあるので、
怒らせる自分が悪いんです



まずは、チェックリストで確認してみましょう

配偶者や恋人、パートナーからの
DVチェックリスト

精神的暴力

- ☐ 大声で怒鳴る
- ☐ 自分の思い通りにならないと、不機嫌になる
- ☐ 無視する
- ☐ 自分の失敗やさまざまな問題を、あなたのせいにする
- ☐ 何時間も説教し、眠らせない
- ☐ あなたが実家に行くことや、友達に会うことを許さない
- ☐ 見下したり、人格を否定したりすることを使う
- ☐ 「自殺する」と脅す

身体的暴力

- ☐ 平手でたたく
- ☐ 蹴る
- ☐ 髪の毛を引っ張る
- ☐ ものを投げつける
- ☐ 腕をねじ上げる
- ☐ 首を絞める
- ☐ 引きずりまわす



経済的暴力

- ☐ 必要な額の生活費を渡さない
- ☐ 出費を細かくチェックする
- ☐ 家の財産を知らせない
- ☐ あなたの名義で借金させる

性的暴力

- ☐ 性行為を強要する
- ☐ 避妊に協力しない
- ☐ 中絶を強要する
- ☐ 無理やり性的な映像を見せる

1つでもチェックがついた人はご相談ください

相談先

相談先によって受付時間が異なりますので、
ご都合に合わせてご利用ください。
夜間、緊急時、危険が迫っているときは☎110へ

区の相談窓口

窓口	日時	相談方法
女性のなやみとDV ホットライン ☎03-3647-9551	月～土曜9:00～17:00 (水曜のみ20:00まで) ※祝日、年末年始除く	電話・面接 ※面接は要予約
男性のなやみと DV電話相談 ☎03-3647-7527	第1水曜16:00～20:00 ※祝日、年始除く	電話
女性相談 ☎03-3647-7511	月～金曜9:00～17:00 ※祝日、年末年始除く	電話・面接
女性のための法律相談 ☎03-3647-7506	第1～3水曜13:00～16:00 ※祝日、年始除く	面接(要予約)

他機関の相談窓口

窓口	日時	相談方法
DV相談ナビ 全国共通ダイヤル #8008	受付時間は 相談機関により異なる	発信地から最寄りの相談 機関へつながります
女性は一とふるLINE @東京	平日、土日祝日 14:00～20:00 ※年末年始除く LINEの友達登録が必要	LINE相談
DV相談+ (プラス) ☎0120-279-889	電話・メール24時間 チャット12:00～22:00	電話・メール・チャット ※チャットは 10か国語対応
東京ウィメンズプラザ ●DV専用 ☎03-5467-1721 ●男性のための悩み相談 ☎03-3400-5313	●DV専用 毎日9:00～21:00 ※年末年始除く ●男性のための悩み相談 【電話】月・水・木曜16:00～20:00、 土曜13:00～17:00 【面接】電話で事前予約 ※祝日、年末年始除く	電話・面接 ※面接は要予約 ※女性弁護士による法 律相談、精神科医によ る面接相談も行ってい ます(要予約)
性暴力救援ダイヤルNaNa (SARC東京 東京都性犯罪・ 性暴力被害者ワンストップ 支援センター) ☎03-5577-3899 無料ダイヤル#8891 ☎0120-8891-97	24時間365日	電話

3・4月は区役所(本庁舎)の窓口が混雑します

混雑情報の確認と水曜延長窓口・日曜窓口のご利用を

3月下旬から4月は区役所窓口が大変混雑します。時間に余裕を持ってお越しください。特に、住民異動の手続きで混雑する区民課住民記録係については、下記の窓口混雑予想カレンダーを参考にしてください。

※水曜延長窓口、日曜窓口、臨時窓口では、それぞれ開設する窓口および取り扱い業務が異なり、他の区市町村や関係機関に確認が必要な業務など、一部取り扱いできない業務があります

詳細は区HPをご覧ください。各担当課にお問い合わせください。 図各担当課(表2)

HPに窓口混雑情報をリアルタイムで掲載

区役所区民課と豊洲特別出張所・各出張所の待ち人数や呼び出し番号等を、スマートフォン等から確認できます。右記の2次元コードからご利用できます。

区役所の水曜延長窓口、日曜窓口、臨時窓口のご利用を

- 毎週水曜(祝日除く) 19:00まで一部窓口の開設時間を延長(水曜延長窓口は混雑します)
- 毎月原則第2日曜(3月は第5日曜) 9:00～16:00に日曜窓口を開設
- 4月5日(日) 9:00～16:00は臨時窓口を開設(戸籍係と医療保険課の窓口は開設しません)



区役所本庁舎窓口(2階3番)混雑予想カレンダー

番号札を引いてから手続き終了までの最大待ち時間目安 ※過去の実績に基づく予想

1時間以上	2時間以上	3時間以上	4時間以上	5時間以上
-------	-------	-------	-------	-------

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

【混雑が予想される時間帯】10:30～14:00

4月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5 (臨時窓口)	6	7	8	9	10	11
12 (日曜窓口)	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	5/1	5/2

引越しするときは届け出を

引越しする方は、住所異動に伴い、住民異動届や各種手続きが必要です。表1のとおり届け出内容によって、届け出期間や必要書類が異なります。

また引越しに伴い、表2の手続きも必要な場合があります。詳細は区HPをご覧ください。各担当課にお問い合わせください。

豊洲特別出張所・各出張所でも手続き可能です(外国籍の方の国外からの転入等の一部の手続きを除く)。出張所一覧は5面をご覧ください。

表1 住民異動届 届け出が必要な場合、届け出期間、必要書類

届け出が必要な場合	届け出名	届け出の期間	届け出に必要な書類(一例)
他の区市町村から江東区に住所を移したとき	転入届	住み始めた日から14日以内	[すべての方] 転出証明書(オンラインで転出手続きされた方・特例転入を除く) [外国籍の方] 引越した方全員の在留カード等
国外から帰国したとき		帰国後、住み始めた日から14日以内	[日本国籍の方] パスポート・戸籍謄本・戸籍の附票 [外国籍の方] 在留カード等・パスポート
江東区から他の区市町村に住所を移すとき	転出届	住み始める日の14日前から	国民健康保険資格確認書(マイナ保険証の方は不要)・子ども医療証・後期高齢者医療資格確認書など ※外国籍の方は引越した方全員の在留カード等
国外へ1年以上行くとき		出国予定日の14日前から当日まで	
江東区内で住所を移したとき	転居届	住み始めた日から14日以内	
世帯主が変わったとき、世帯を分離・合併・変更したとき	世帯変更届	変更のあった日から14日以内(原則、変更日は届け出日)	

- ※窓口にお越しになる方は、有効期限内の本人確認書類(マイナンバーカード、免許証、資格確認書、運転経歴証明書、パスポート、在留カード等)をお持ちください
- ※住所異動する方全員分のマイナンバーカードをお持ちください(お持ちでない方は不要)
- ※外国籍の方の国外からの転入手続きは、区役所(本庁舎のみ)の受付となります
- ※手続きできる方は原則として世帯主、本人、同一世帯の方です。それ以外の方は委任状が必要です
- ※江東区内の引越し先に親子・夫婦・きょうだい以外の方が住民登録している場合はその方の申述書が必要です
- ※委任状・申述書は区HPで入手できます
- ※外国籍の方は手続き内容により世帯主との続柄を証明する書類(結婚証明書、出生証明書等の公的機関が発行した書類や、外国語の書類の場合は翻訳者氏名記載の訳文)が必要になる場合があります

表2 住民異動届とともに行う主な手続き

手続き内容	担当課(問合せ先)
国民健康保険の届け出、後期高齢者医療の資格等に関すること	医療保険課資格賦課係(区役所2階7番) ☎03-3647-3167
国民年金の住所変更(国外転入のみ)	区民課年金係(区役所隣防災センター2階20番) ☎03-3647-1131
要介護認定等に関すること	介護保険課認定係(区役所3階6番) ☎03-3647-9496
児童手当・子ども医療費助成等の手続き	子ども家庭支援課給付係(区役所3階14番) ☎03-3647-4754
小・中・義務教育学校(就学通知等)の手続き	学務課学事係(区役所6階2番) ☎03-3647-9174

図区民課住民記録係 ☎03-3647-3162 ☎03-3647-9206

江東区外へ引越しする方は5面もご確認ください



区議会本会議等のインターネット中継

区議会では、本会議等のインターネット中継(生中継・録画中継)を区議会HPで配信しています。次回の本会議は、2月19日(木)・20日(金)、3月13日(金)・27日(金)に開かれる予定です。ぜひご覧ください 図区議会事務局調査係 ☎03-3647-3548 ☎03-3647-0430



出張所でできる手続き

住所変更・印鑑登録等は、出張所で手続きできます

☎ 03-3647-3162 📠 03-3647-9206

区内7か所の出張所と豊洲特別出張所で、住所変更や印鑑登録などの手続きができます。取扱業務・手続きの詳細は、区HPをご覧ください。各出張所にお問い合わせください。

主な取扱業務

出張所
住所変更(転入・転出・転居・世帯変更届) ※1
印鑑登録・印鑑登録証明書
住民票
特別区民税・都民税の納税(非)課税証明書(税の申告をしている方)、軽自動車税(種別割)納税証明書
戸籍の証明(戸籍謄本・抄本・附票の写し)の交付(江東区が本籍の方) ※2
マイナンバーカードに関する手続き(交付を除く) ※3
国民健康保険の届け出 ※4
国民年金の届け出の受付 ※5
母子手帳の交付(保健所・保健相談所でも交付できます)
豊洲特別出張所
上記出張所での取扱業務
戸籍の届け出(日本人の方の出生届・婚姻届・転籍(分籍)届・死亡届及び不受理申出) ※6 (豊洲特別出張所戸籍係☎03-5859-0069)
児童手当・子ども医療費助成に関する手続き ※7 (こども家庭支援課給付係☎03-5859-0165)

- ※1 外国人が国外から転入した場合や、新たに中長期在留者の資格を取得した場合の手続きは、区役所(区民課住民記録係)のみ
- ※2 本籍地が江東区以外の方は要問い合わせ
- ※3 マイナンバーカードID付申請書(再交付含む)は、本人または同一世帯の方が住民記録係へWEBで依頼でき、窓口申請の場合は大島・豊洲ではマイナンバーカード交付窓口で受け付けています
- ※4 国民健康保険の加入・喪失手続き、資格確認書の再発行、高額療養費の受付、給付申請(葬祭費・療養費の一部)のみ
- ※5 国民年金加入手続き(外国籍の方で初めて日本の年金制度に加入するとき、高齢任意加入および在外任意加入を除く)、現年度分保険料の免除申請のみ
- ※6 離婚届、養子縁組届・養子離縁届、入籍届等や外国籍の届け出全般、海外やご自宅で出産された方の出生届については、区役所(区民課戸籍係)のみ
- ※7 児童扶養手当や特別児童扶養手当、児童育成手当、ひとり親家庭等医療費助成は、区役所(こども家庭支援課給付係)のみ

所在地・利用時間

出張所	電話
【利用時間】月～金曜8:30～17:00(祝日、年末年始を除く)	
白河出張所(白河1-3-28 深川江戸資料館内)	☎03-3642-4456
富岡出張所(富岡1-16-12)	☎03-3642-8306
小松橋出張所(扇橋2-1-5)	☎03-5606-5581
亀戸出張所(亀戸2-19-1 カメリアプラザ1階)	☎03-3683-3734
大島出張所(大島4-5-1 総合区民センター2階)	☎03-3637-2451
砂町出張所(北砂4-7-3)	☎03-3644-2181
南砂出張所(南砂6-8-3)	☎03-3640-5355
豊洲特別出張所	電話
【利用時間】月～金曜8:30～17:00(水曜は19:00まで)、原則第2日曜9:00～16:00(祝日、年末年始を除く)	
豊洲特別出張所住民係 (豊洲2-2-18 豊洲シビックセンター3階)	☎03-3531-6316



▲出張所・豊洲特別出張所



▲マイナンバーカード(個人番号カード)の申請方法

豊洲特別出張所 水曜は19:00まで窓口を延長 日曜にも窓口開設

☎ 03-3531-6316 📠 03-6228-2837

豊洲特別出張所では、一部窓口の開設時間を延長しています。水曜延長窓口は混雑しますので、時間に余裕を持ってお越しください。

- 毎週水曜(祝日除く)19:00まで一部窓口の開設時間を延長
 - 毎月原則第2日曜(3月は第5日曜)9:00～16:00に日曜窓口を開設
 - 4月5日(日)9:00～16:00は臨時窓口を開設(戸籍係と医療保険窓口は開設しません)
- ※水曜延長窓口、日曜窓口、臨時窓口では、それぞれ開設する窓口および取り扱い業務が異なり、他の区市町村や関係機関に確認が必要な業務など、一部取り扱いきない業務があります。詳細は区HPをご覧ください



江東区外へ引越しする方へ 転出の届け出はオンライン・郵送で手続きできます

江東区外に住所を移す場合は、転出の届け出が必要です。窓口での手続きは、手続き終了まで長時間お待たせすることがありますので、便利なオンライン・郵送手続きをご利用ください。なお、引越しをする日の14日前から転出の届け出ができます。 ☎ 03-3647-3162 📠 03-3647-9206

オンライン申請(国内へ転出する方)

マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルと署名用電子証明書を利用してオンラインで転出手続きができます。来庁での手続きが原則不要で、転入先の自治体での転入手続きの来庁日予約(異動日以降)も同時に行えます。

郵送申請(マイナンバーカードをお持ちでない方／国外へ転出する方)

【必要書類】

- 転出届(郵送用) ※手続きは原則本人のみ。用紙は区HP、区役所、豊洲特別出張所、各出張所で入手可
 - 本人確認書類の写し(有効期間内の運転免許証、パスポート、資格確認書、年金手帳等)
 - 郵便料金分の切手を貼った返信用封筒(国外へ転出する場合、特例転出届の場合は不要)
- ※返信用封筒の宛先には、今までの住所か新しい住所(郵送時に受け取り可能な場合のみ)をご記入ください



▲転出入ワンストップサービス



▲転出届について

【申請方法】

「転出届在中」と記入した封筒に左記の必要書類3点を同封し、〒135-8383区役所区民課住民記録係へ郵送

【申請後の流れ】

必要書類が区役所に到着後2～3営業日以内に、新しい区市町村で転入の届け出をする際に必要な「転出証明書」を発送します。

※転出届に伴い、介護認定や児童手当等の各種届け出が他の窓口で必要になる場合があります。また、国外への転出で在外選挙制度を利用する場合も別途手続きが必要です。詳細は各担当課にご確認ください

転入や区内転居の手続きは窓口での届け出が必要

江東区以外の区市町村(国外を含む)から江東区に住所を移す転入届や、江東区内で住所を移す転居届は、居住場所や各種確認事項の聞き取りを行うため、従来どおり窓口のみでの受け付けとなります。なお、転入手続きの際は、必ずマイナンバーカードを持参してください(お持ちの方のみ)。
※窓口の混雑状況によりお待たせする場合があります

🔧

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

ものづくりフェア

区内の伝統工芸士や区内企業等の講師がものづくりの手ほどきをします。

📅3月7日(土)10:00～15:00 📍産業会館

👤区内在住・在勤・在学の方

📞2月17日(火)10:00から産業会館に電話・窓口で☎03-5634-0522

※1人2体験まで。ワークショップごとに回数・時間帯が異なります。申し込み時にお問い合わせください

📍産業会館☎03-5634-0522 📞03-3699-6017

ワークショップ名(出展団体名)	定員(申込順)	費用
木曽桧材で作る箸・小箱(茶の湯指物 千匠※)	箸12人 小箱8人	箸2,000円 小箱3,000円
一閑張(岩崎襖工業㈱ 松清堂※)	24人	1,000円～ 3,000円 ※サイズによる
手びねり陶芸(アトリエ楽土窯)	30人	1,500円
簡単あずま袋(ファブリック)	16人	1,000円
シルクで作るシュシュ(WILD SILK MUSEUM)	16人	1,500円
ダンボールパーツで電車カスタマイズ工作(㈱CBクリエイト)	30人	2,500円
スマホで描くデジタルアートのワークショップ(同心商店)	24人	1,000円
①ピアス②イヤリング③ヘアクリップ(㈱xport)	16人	①②1,500円 ③500円
サンキャッチャー(ガーランド)	24人	1,500円
パステルアート(パステルアートSimSim)	28人	800円
コットンパールとスワロフスキーで作るメガネコード(Chestnut Street)	18人	1,500円
北欧の伝統装飾ヒンメリ(olutoco)	16人	1,000円

※江東区伝統工芸保存会

確定申告などに必要な「国民年金保険料控除証明書」を送付

日本年金機構から、確定申告に使用する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を対象者に送付しました。e-Taxで使用する電子版が必要な場合はマイナポータルから「ねんきんネット」にログインし申請してください。

📍ねんきん加入者ダイヤル(ナビダイヤル) ☎0570-003-004(月～金曜8:30～19:00、第2土曜9:30～16:00 ※祝日、年末年始を除く)

江東年金事務所☎03-3683-1231 📞03-3681-6549

区民課年金係☎03-3647-1131 📞03-3647-9415

	対象者	送付方法	送付時期
①	令和7年1/1～9/30の間に国民年金保険料を納付した方	電子送付	令和7年10月中旬～下旬に送付済
		郵送	令和7年10月下旬～11月上旬に送付済
②	令和7年10/1～12/31の間に国民年金保険料を納付した方(①の対象者は除く)	電子送付	令和8年1月下旬
		郵送	令和8年2月上旬

ふれあいサービス協力会員事業説明会参加者募集

「ふれあいサービス」とは、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、協力可能な時間の範囲内で家事や介護のサポートを行う有償のボランティア活動です。この事業に関心のある方を対象にした説明会を実施します。

📅3月11日(水)13:30～16:00(受付13:10～)

📍高齢者総合福祉センター

👤18歳以上の心身ともに健康な方 ※資格・経験・性別・居住地は不問

📎18人(申込順)

📄事業説明や、現在活動中の協力会員のインタビュー映像の上映、登録説明・手続きなど

📞2月18日(水)9:00から社会福祉協議会福祉サービス課に電話で☎03-5683-1571 📞03-5683-1570



求職者向けセミナー

3月分

区内で働きたい方を対象に求職者向けのセミナーを開催しています。年齢・性別を問わずどなたでも利用できます。

📍江東しごとサポートセンター、オンライン(オンライン受講対応セミナーの場合)

📅2月16日(月)9:30から江東しごとサポートセンターHPまたは江東しごとサポートセンターに電話で☎03-5836-5160

☎03-3637-2351 ✉koto-shigoto@os.persol-bd.co.jp



日時	定員 (オンラインは定員なし)	テーマ
3/6(金) 10:30～12:30	20人 (申込順)	第一印象で信頼と好感を高める 大人の就労&職場印象アップ～メイクアップ講座～
3/9(月) 10:30～12:30	10人 (抽選)	職場で求められる「基本的なPCスキル」 ～Excel初級編～ ★
3/11(水) 10:30～12:30		職場で求められる「基本的なPCスキル」 ～実務Word編～ ★
3/13(金) 10:30～12:30		職場で求められる「基本的なPCスキル」 ～Excel中級編～ ★
3/16(月) 14:30～16:30	32人 (申込順)	働く上で必要な労働法の基本知識 (オンライン受講可)
3/18(水) 10:30～12:30		相手にうまく伝えてより良い人間関係をつくる アサーティブ・コミュニケーション術
3/19(木) 10:30～12:30		【就活初心者・ブランクがある方向け】 1日で基礎知識が身につく応募書類作成講座
3/23(月) 10:30～12:30		迷わない就職準備 就職活動の進め方と準備のポイント講座
3/25(水) 10:30～12:30		怒りの感情コントロール術 ～アンガーマネジメント講座～
3/27(金) 10:30～12:30		就職活動や職場のメンタルヘルス対策～セルフケア術～ (オンライン受講可)

※セミナーの申し込みには、江東しごとサポートセンターの利用登録が必要

※月に3講座まで申込可

※パソコン講座★の受付期間は2/20(金)まで。受講が初めての方を優先。区民の優先枠(5割)を設け抽選。2/25(水)にHPで当選者IDを発表

※Excel初級編は、簡単なExcel入力操作や図の挿入ができる方が対象

※実務Word編は、簡単な表作成や図の挿入ができる方が対象

※Excel中級編は、表・グラフの作成やSUM関数・AVERAGE関数等ができる方が対象

3月15日(日)シルバー人材センター入会説明会

シニア

健康で働く意欲のある60歳以上の方を対象にシルバー人材センターの概要(仕組みや働き方等)を詳しく説明します。希望者は当日入会も可能です。

📅3月15日(日)9:30～11:30(開場9:00) ※応募者多数の場合は14:00～16:00にも開催

📍高齢者総合福祉センター

👤区内在住で60歳以上の方 ※3月入会までは初年度会費免除

📎50人(申込順)

📞2月15日(日)～3月2日(月)(必着)にシルバー人材センターHPまたははがきに10面申込記入例の①～④と⑤年齢を記入し、〒135-0016東陽6-2-17シルバー人材センター入会説明会3月15日(日)受付担当へ

☎03-3649-3533 ✉koto@sjc.ne.jp



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

ふれあいセンター 春の受講生募集

～高齢者の健康・生きがいづくりに～

シニア

4月～9月に各ふれあいセンターで、健康増進のための体操教室や教養を深める講座など、さまざまな講座を開催します。詳細は受講案内をご覧ください。

※講座により開催期間は異なります。また、教材費が必要な講座があります

※定員を超えた場合は令和7年度後期同種講座未受講の方を優先し、抽選

【受講案内配布場所】各ふれあいセンター、各福祉会館、各出張所、各図書館、各ふれあいセンターのHP

【対象】区内在住の60歳以上の方

【会場】深川ふれあいセンター、森下ふれあいセンター、城東ふれあいセンター、亀戸ふれあいセンター

【入館料】とはがき(申込1教室につき1枚)を持参し、各ふれあいセンター窓口で

ふれあいセンター未登録の方は本人確認書類を持参して登録手続きをしてください。

※森下ふれあいセンターの講座は深川ふれあいセンターで申し込んでください

【申込期間】

【深川・森下ふれあいセンター】2月25日(水)～28日(土)9:30～16:00

【城東・亀戸ふれあいセンター】2月16日(月)～28日(土)9:30～16:00

【問い合わせ先】

【深川ふれあいセンター】☎03-3643-1902 ☎03-3630-6719

【城東ふれあいセンター】☎03-3640-8651 ☎03-3699-6744

【亀戸ふれあいセンター】☎03-5609-8822 ☎03-5609-8821

介護費用の一部(保険料・サービス利用料・おむつ代)は税の所得控除の対象です

介護保険料

社会保険料控除の対象です。社会保険料控除額を記入する際、下表の書類で納付金額をご確認ください(領収書の添付は不要)。納付額がわからない場合は、右記2次元コードまたは電話・窓口でお申し込みください。介護保険課で1年間の納付額の確認書を発行します。窓口でお渡しする場合は、本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証等)が必要です。

介護保険料の納付金額を確認する書類

納付方法	申告書を記入する際に金額を確認する書類
年金から差し引き	令和7年分公的年金等の源泉徴収票 (日本年金機構から1月に発行されたもの) ※障害年金や遺族年金を受給している方で、日本年金機構から源泉徴収票が届かない場合は、1年間の納付額の確認書を発行しますので、ご連絡ください。
納付書で支払い	令和7年中の領収印のある介護保険料の領収書
口座振替	口座振替済のお知らせ(区介護保険課から12月下旬に送付済み)

※令和7年中に納付方法が切り替わった方は、該当する確認書類の金額を合計し記入してください

介護(介護予防)サービス利用料

医療系の居宅サービス(訪問看護、訪問・通所リハビリテーション、居宅療養管理指導など)や施設サービスの一部は、医療費控除の対象です。医療系以外の居宅サービスであっても医療系と併せて利用した場合、対象になるものもあります。該当する場合は、介護サービス事業者等が発行する領収証に医療費控除対象額が記載されていますのでご確認ください。

おむつ代

寝たきり(おおむね6か月以上)の方のおむつ代は、医療費控除の対象です。申告には、医療費控除明細書と主治医が発行した「おむつ使用証明書」が必要です。

※令和6年分から、医療費控除を受けるのが1年目であっても、要介護認定を受け一定の条件に合う場合、この証明書を介護保険課で発行する「おむつ使用の確認書」に代えることができます。

※令和5年分以前の確認書は医療費控除を受けるのが2年目以降の方で一定の条件に合う場合に発行します。

【介護保険料に関すること】

介護保険課資格保険料係(区役所3階5番)

☎03-3647-9493 ☎03-3647-9466

【介護(介護予防)サービス利用料に関すること】

介護保険課給付係(区役所3階2番)

☎03-3647-9498 ☎03-3647-9466

【おむつ代に関すること】

介護保険課庶務係(区役所3階3番)

☎03-3647-9481 ☎03-3647-9466



ご家族のもの忘れが気になった方へ

認知症に関するさまざまな事業をご利用ください

区では、認知症の方も家族もいつまでも安心して暮らせる地域づくりを目指し、以下の事業を行っています。

●AIチェックツール「ONSEI」

気軽に認知機能のチェックができるスマートフォン向けアプリ

●高齢者おかえりネットワーク事業

外出に不安がある方へのキーホルダーやシール配布 など

●GPSサービス契約費用助成

GPSを利用した位置探索システムの契約にかかる費用を助成

●認知症ガイドブック

認知症を正しく理解するために、各長寿サポートセンター、区役所で配布しています

詳細は区HPをご覧ください。

【お問い合わせ先】地域ケア推進課地域ケア係

☎03-3647-4398 ☎03-3647-3165



手話講習会 上級者向け「養成コース」

手話通訳者試験合格を目指す「養成コース」の受講生を募集します。

【日程】4月14日～令和9年3月9日の火曜(全33回)10:00～12:00 ※開・閉講式の詳細は受講生にお知らせします

【会場】高齢者総合福祉センター ※開・閉講式は総合区民センター

【対象】次のすべてに該当する方

●区内在住・在勤・在学で18歳以上(令和8年4月1日現在)の健聴者

●江東区手話講習会手話通訳Ⅱコース修了者、または同等の手話技術を有する方(手話学習3年以上)

●江東区手話通訳者登録試験(手話通訳者全国統一試験)を受験する方

●区内行事における手話を使ったボランティア活動に年2回以上参加できる方(平日または土・日曜 ※出席日数には含まない)

【定員】30人(選考)

【テキスト代】無料

【選考試験】

【日程】3月17日(火)10:00～

【会場】高齢者総合福祉センター

【形式】筆記試験(手話通訳Ⅱコース修了レベル)・場面通訳・面接

【持ち物】返信用封筒(長形3号封筒に110円切手を貼付のうえ、郵便番号、住所、氏名を明記)

【申込】3月3日(火)19:00までに社会福祉協議会HPまたはボランティア・地域

貢献活動センターに電話で☎03-3645-4087 ☎03-3699-6266



手話で「ありがとう」



環境・まちづくり

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

えこっくる江東 3月の環境学習講座

■2月20日(金)(必着)までに区HP申込、窓口または用紙等(1講座1枚)に10面申込記入例の①～④と⑤高校生以下の方は学年・年齢⑥対象に保護者が含まれる講座は保護者の氏名(ふりがな)を記入し、〒135-0052潮見1-29-7 2階えこっくる江東講座担当へ ※詳細は区HPをご覧ください
※抽選結果は当選者のみに講座1週間前までに郵送でお知らせ



▲えこっくる江東環境学習情報ナビゲーター「たすけくん」と仲間たち

講座名	日時	場所	対象	定員 (区内在住の方を優先し、抽選) (保護者は含まない)	費用
自分だけの地球ランプを作ろう ～きれいな地球を残すために、できること～	3/8(日)13:30～15:30	えこっくる江東	小学3年生～中学生 ※小学生は要保護者同伴	8人	2,000円 (工作キット代)
山本正臣の春のお絵かき教室 ～ピオトープでおきにいりの自然をみつけよう!～	3/14(土)10:00～12:00	えこっくる江東	年長児～小学3年生と保護者	10組20人	なし
ひがたデビュー「はじめてのひがたのいきものかんさつ」	3/21(土)10:00～12:00	葛西海浜公園 (江戸川区)	小学生以上 ※小学生は要保護者同伴	40人	なし
自然の恵みラボ～おとなのCraft & Food from Nature 「野草さんぽ～食べられる野草観察」	3/22(日)10:00～11:50	えこっくる江東	16歳以上の方	16人	100円

えこっくる江東クイズラリー 土・日曜、祝日も開催。参加者にはプレゼントもあり。■当日直接、えこっくる江東2階事務室へ ※小学3年生以下の方は要保護者同伴

☎えこっくる江東 ☎03-3644-7130 ☎03-3644-7135

江東区内は歩きたばこ・ポイ捨て禁止！
啓発グッズの活用で周知にご協力を

区では、「江東区歩行喫煙等の防止に関する条例」により、歩きたばこやたばこのポイ捨て(自転車等による移動中を含む)を区内全域で禁止しています。このことを広くお知らせするため、ポスター、プラスチックプレート、シールを無料で配布しています。ご協力いただける方は、ご連絡ください。

※自宅の外壁など、私有地内に掲示してください

☎環境保全課環境美化係

☎03-3647-9373

☎03-5617-5737



▲ポスター

3月19日(木) 中央防波堤埋立処分場と清掃工場を見学
資源・ごみへの知識を深めるリサイクル講座

環境施設見学で、資源・ごみの行方や基本的な知識について学ぶ講座です。

■3月19日(木)9:15～15:00

場集合：区役所、午前：有明清掃工場、午後：中央防波堤埋立処分場

※区役所から観光バスで移動します。工場内は徒歩で移動します

※昼食を持参してください

☎区内在住の方 ※過去にリサイクル講座を受講した方はご遠慮ください

定30人(抽選)

■2月25日(水)までに区HPまたは清掃リサイクル課(区役所隣防災センター6階6番)に電話・窓口で☎03-3647-9181 ☎03-5617-5737



違反屋外広告物除却協力員を募集

街の電柱や街路灯などに掲出されている違反屋外広告物(はり紙など)は、著しく美観を損ねます。区では、お住まいの周辺で違反屋外広告物を除却していただける協力員(ボランティア)を随時募集しています。

☎区内在住・在勤・在学で18歳以上の方、3人以上のグループ(定員制限なし)

■区HPまたは区HP・施設保全課監察係窓口にある申請書に必要事項を記入し、窓口・郵送・FAX・メールで〒135-0042木場2-11-1施設保全課監察係へ☎03-3642-5094 ☎03-3642-4748 ☐470123@city.koto.lg.jp



はなちようず

深川花手水

門前仲町の1社3寺と周辺の商店や飲食店が一体となり、社寺や店舗ごとに異なる花を浮かべ歴史ある街並みを鮮やかに彩ります。春に向け段々と暖かくなる時期に、お気に入りの花手水を探しに出かけてみませんか。
※同時期に豊洲 千客万来でも花手水を開催
■2月13日(金)～20日(金)
場門前仲町近辺、
豊洲 千客万来(豊洲6-5-1)
☎江東区観光協会
☎03-6458-7400
☎03-6458-7420
豊洲 千客万来
☎03-3533-1515

i 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。**区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

公開講座「学校に行きたくない」と 言われたら ～不登校、いじめ、子 どもの気持ち～

☑3月22日(日)13:30～15:30 場江東区文化センター ☑50人(申込順) 費500円 ☑こどもの不登校やいじめについて、当事者研究の第一人者に学び、親・大人としてできることを考える 関須永祐慈(NPOストップいじめ!ナビ 副代表) ☑2月16日(月)からFAX・メールに上記申込記入例の①～④と⑤メールアドレスを記入し、こうとう親子センター事務局へ☎・📠03-3632-1717 ✉info@kotooyako.com



夜間学級への入級を考えている方へ

夜間学級が設置されている都内の公立中学校では、小・中学校を卒業していない方や、諸事情により中学校で十分に学べなかった方の入級の相談に応じます。15歳以上の方であれば、年齢・国籍は問いません。また、日本語の勉強から始める日本語学級を設置している学校もあります。いずれも授業料は無料です 関墨田区立文花中学校(有川)☎03-3617-1562



暮らし・しごと・産業

司法書士による

法律(登記等)相談(3月)

令和6年4月から不動産の相続登記が義務化されています。相続等の法的手続きについてアドバイスします ☑3月4日(水)・18日(水)14:00～16:00 ※1人20分、開始時間の15分前に入室 場区役所 ☑区内在住・在勤の方 ☑各20人(申込順) ☑2月16日(月)8:30から**区HP申込**または広報広聴課広聴相談係(区役所2階22番)に電話・窓口で☎03-3647-4700 📠03-3647-9635

不動産無料相談会

☑2月18日(水)13:00～16:00(受付は15:30まで) 場区役所2階区民ホール ☑税務相談、法律相談、不動産取引相談等に宅地建物取引士などの相談員が対応 ☑当日直接会場へ 関全日本不動産協会東京都本部城東第二支部☎03-6658-8526 📠03-6658-8527

消費者講座「電気安全教室」

☑3月10日(火)14:00～15:30(開場13:45) 場パルシティ江東 ☑区内在住・在勤・在学の方 ☑30人(抽選) ☑感電・漏電・ショートの危険性と地震発生時の正

しい対応を学び、電気の安全な使い方を理解する 関(一財)関東電気保安協会☑2月25日(水)(消印有効)までに区HPまたは往復はがきに左記申込記入例の①～④と⑤年齢を記入し、〒135-0011扇橋3-22-2パルシティ江東2階消費者センターへ☎03-5683-0321 📠03-5683-0318



住宅の改善をお考えの方に リフォーム業者を紹介

住まいのリフォームをしたいとき、どこへ頼めばいいか困ることはありませんか。区内建設業者で構成する「江東区住宅リフォーム協議会」を通じ、施工業者を紹介しています。軽微な修繕から増改築・マンションの専有部分のリフォーム工事等まで、区内の工務店・大工等が誠意をもって施工します**【工事内容】**①修繕(屋根・塗装・建具・土台等工事)②改装(タイル・吹きつけ・外装・クロスやフローリングの張替え等工事)③増改築(和室、洋室、キッチン等)④付帯設備(門扉、塀、雨どい、物置、駐車場)⑤その他 関住宅課住宅指導係☎03-3647-9473 📠03-3647-9268



スポーツ

江東区スポーツ会館

4月20日(月)リニューアルオープン

江東区スポーツ会館は改修工事が完了し、4月20日(月)から施設の利用を再開します。6月分の団体利用は、他施設と同様2月20日(金)からスポーツネットで抽選申込を開始します。4・5月分の団体利用は3月15日(日)10:00からスポーツネットで随時予約を開始します(先着順)。詳細は、江東区スポーツ会館HPをご確認ください 関江東区スポーツ会館仮事務所☎03-3649-1701



トライアスロン初心者・未経験者向け スイム・ラン練習会

☑3月7日(土)11:00～15:00 場東京アクアティクスセンター、辰巳の森海浜公園 ☑100m止まらずに泳げる小学校高学年以上の方 ※小・中学生は要保護者同伴 ☑10人(抽選) 費2,000円(高校生以下1,500円) ☑元オリンピック選手で現在は指導者としても活躍する庭田清美さんからトライアスロンの基礎や楽しく続けられるコツ、女性ならではの実践法などを学ぶ ☑2月28日(土)までに江東区トライアスロン連合HPで 関江東区トライアスロン連合(成塚)☎080-1134-3241 ✉kototriathlon@gmail.com



深川スポーツセンター 中学生向け弓道体験会

☑3月24日(火)・25日(水)・26日(木)(全3回)9:30～11:30 場深川スポーツセンター ☑中学生 ☑20人(区内在住・在学の方を優先し、抽選) 費2,100円 ☑弓道の基礎や基本の所作を学ぶ ☑3月2日(月)までに健康スポーツ公社HP、または往復はがきに左上申込記入例の①～④と⑤生年月日・年齢⑥性別⑦学校名・学年を記入し、〒135-0044越中島1-2-18深川スポーツセンターへ☎03-3820-5881 📠03-3820-5884



湾岸20kmウォーキング

☑3月20日(金)・初8:30～13:00 場国際展示場駅前集合 ☑20kmを4時間程度で歩ける方 ☑25人(申込順) 費1,200円(保険代など) ☑ゲートブリッジを渡り、湾岸エリアの景色を楽しみながら海の森公園を目指す ☑2月15日(日)9:00から3月10日(火)21:00に有明スポーツセンターHPまたは有明スポーツセンターに電話・窓口で☎03-3528-0191 📠03-3528-0192



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。



“Let's try!”親子で新体力テスト 対策 キッズ

☑3月8日(日)10:00～12:00 場新砂運動場 ☑年長～小学生と保護者 ☑100組(抽選) ☑春からの新体力測定に向けて、正しい走り方、投げ方、飛び方などを教わり実践する 関(株)フォルテ ☑2月11日(水)・初～28日(土)(必着)に江東スポーツ施設運営パートナーズHPまたは往復はがきに左上申込記入例の①～④と⑤年齢・学年⑥性別⑦運動歴を記入し、〒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☎03-3522-0846 📠03-3522-0855



海の森水上競技場 陸上スポーツ体験

スポーツの楽しさを味わっていただくため、さまざまな競技を気軽に体験できるイベントです ☑2月16日(月)9:00から海の森水上競技場HPで 関関海の森水上競技場☎03-3599-5420 📠03-3599-5421

競技	日時(3月)	対象	定員 (申込順)
ヨガ	14日(土) 10:30～11:30、 12:30～13:30	小学生以上 ※要保護者同伴	各 20人
ノルディック ウォーキング	14日(土) 10:30～11:30、 13:30～15:30 15日(日) 10:00～15:00	16歳以上	各 10人 10人

BumB東京スポーツ文化館イベント

【お楽しみ! こども向け卓球教室】 キッズ

☑2月23日(月)・初9:30～11:00②11:10～12:40 ☑①年長児～小学3年生②小学4年生～中学生 ※要保護者同伴 ☑各16人(申込順) 費各1,140円 ☑卓球の指導を受けた経験がないこどもを対象に卓球のスキルをアドバイス。卓球ツールを使った射的など楽しいプログラムも実施 ☑2月14日(土)13:00から各開催日前日20:00にBumB東京スポーツ文化館HPで

【ピッフルボール 初心者限定教室(3月)】

☑3月3日(火)・17日(火)10:25～11:20 ☑中学生以上の方 ※中学生は要保護者同伴 ☑20人(申込順) 費1,480円 ☑テニスやバドミントン、卓球などの要素を組み合わせたアメリカ発の簡単なラケットスポーツ。初心者でも30分～1時間の講習で試合に参加可 ☑2月25日(火)13:00から各開催日前日20:00にBumB東京スポーツ文化館HPで

いずれも 場関BumB東京スポーツ文化館☎03-3521-7321 📠03-3521-3506



文化・観光

旧大石家住宅のひな飾り

☑2月21日(土)～3月3日(火)10:00～16:00 ※2月24日(火)～27日(金)と3月2日(月)～3日(火)は11:00～14:00 場旧大石家住宅(南砂5-24地先、仙台堀川公園内) ☑桃の節句に合わせて雛人形を展示 ☑当日直接会場へ 関文化観光課文化財係☎03-3647-9819 📠03-3647-8470

耳で楽しむ! 春の朗読会

☑3月3日(火)10:00～11:30 場江東図書館 ☑20人(申込順) ☑名作短編の朗読を鑑賞 ☑2月17日(火)9:00から江東図書館に電話・窓口で☎03-3640-3151 📠03-3615-6668

一般向け作家講演会 ～畠山健二「時代小説:本所おけら長屋と江戸の粋」

☑3月8日(日)14:00～15:00 場こどもプラザ ☑70人(申込順) ☑「本所おけら長屋」シリーズなどで人気の時代小説作家・畠山健二さんを招き、現代では失われた「江戸の粋」についてや、執筆の話などを聞く ※終了後、畠山さんの本を持参した方にサイン会を実施 ☑2月21日(土)9:00から申込フォーム(下記2次元コード)で 関こどもプラザ図書館☎03-5600-3885 📠03-5600-3886



歴史講座「富岡八幡宮の近現代」

☑3月1日(日)14:00～15:30(開場13:45) 場古石場文化センター ☑中学生以上 ☑20人(申込順) 関松木伸也(富岡八幡宮 参事) ☑2月15日(日)から電話・窓口またはFAXに左上申込記入例の①②④を記入し、古石場図書館へ☎03-5245-3101 📠03-5245-3104

大人の朗読会「秋元紀子の語りの世界」

☑3月8日(日)14:00～16:00 場東大島文化センター ☑28人(申込順) ☑NHKなどで活躍中の朗読家 秋元紀子さんが古今の名作を朗読 ☑2月16日(月)9:00から区立図書館HPで 関東大島図書館☎03-3681-4646 📠03-3681-4810

なるには講座

「絵本作家になるには」

☑3月8日(日)14:00～16:00(開場13:45) 場教育センター ☑30人(申込順) ☑現役絵本・童話作家の山本省三さんが仕事の仕方などを紹介 ☑2月16日(月)9:00から申込フォーム(下記2次元コード)または東陽図書館に電話・窓口で☎03-3644-6121 📠03-3615-6669



東大島おひなさま展

～春を寿ぐちりめん細工～

江東区在住のちりめん細工講師 三好裕子さんのグループ「江戸の針」による、粋でかわいらしい作品の数々が展示ロビーを飾ります ☑2月11日(水)・初～3月3日(火)9:00～21:00 ※2月16日(月)、3月2日(月)は休館 場関東大島文化センター☎03-3681-6331 📠03-3636-5825



■ 亀戸フェスティバル

日3月8日(日)10:00~16:00 図ダンスやコーラスなど亀戸地域で活動するグループによる発表や各種体験教室、シルバー人材センターによる包丁研ぎなど ※詳細は亀戸文化センターHPをご覧ください 日当日直接会場へ ※事前申込が必要な教室あり 図 亀戸文化センター ☎03-5626-2121 ☎03-5626-2120



■ 食べる・学ぶ・深川めし

日3月1日(日)11:00~15:00 図深川めし(試食サイズ・1食100円)を300食限定で販売 日当日直接会場へ 図 深川東京モダン館 ☎03-5639-1776 ☎03-5620-1632 日info@fukagawatokyo.com

■ 中川船番所資料館イベント

【企画展「お江戸・東京水事情」見学とスカイダック・スプラッシュ体験】

日3月15日(日)10:00~11:05、10:45~11:50、11:30~12:35、13:30~14:35、14:15~15:20 図中川船番所資料館ほか 図各35人(区内在住の方を優先し、抽選) ※小学生以下は要保護者同伴(保護者も有料)。3歳以下のこどもはひざ上可、無料 図2,200円(観覧料・保険代など) 図江東区文化観光ガイドの解説付きの企画展見学(約30分)と、水陸両用バス「スカイダック」のスプラッシュ体験(約20分) 日2月25日(水)17:00までに中川船番所資料館HPまたは中川船番所資料館に電話・窓口で

【ミニ企画展示「花の浮世絵展」】

日2月10日(火)~3月29日(日)9:30~17:00(入館は16:30まで) 図中川船番所資料館 図大人200円、小・中学生、高校生等50円(観覧料) 図梅や桜などが描かれた浮世絵を題材に、江戸時代の花見文化や江東地域・近隣の名所を紹介 いずれも 図中川船番所資料館 ☎03-3636-9091 ☎03-3636-9094

■ 深川江戸資料館イベント

【①深川資料館通り商店街出店イベント「ふかえど横丁」】

日3月1日(日)10:00~16:00(なくなりしだい終了) 図資料館がある深川資料館通り商店街と地域のお店が一堂に会し、自慢の逸品などを販売【出店】田巻屋ほか

【②江戸の物売りと大道芸】

日3月1日(日)11:00~11:30、12:30~13:00 図かつて、江戸の町を賑わせた物売りと大道芸を再現。人気の「玉すだれ」も登場【出演】日本大道芸・大道芸の会

【③伝統芸能公開「落語」】

日3月1日(日)14:00~14:30 図江戸時代の町並みを再現した展示室の中で落語を楽しむ【出演】古今亭雛菊(落語家) いずれも 図深川江戸資料館①レクホール②③常設展示室 図大人400円、小・中学生、高校生等50円(観覧料) 日当日直接会場へ 図深川江戸資料館 ☎03-3630-8625 ☎03-3820-4379



健康・福祉

■ 認知症カフェ

認知症のある方や家族、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。

【長屋カフェ】

日2月22日(日)14:00~16:00 図江東区文化センター 図25人程度(申込順) 図200円(飲食代) 図ミニ講話など 日2月15日(日)からNPO深川長屋に電話で ☎090-4954-9744 日fukagawanagaya@gmail.com

【流れ星】

日3月7日(土)10:00~12:00 図あそか園(住吉1-9-5) 図20人程度(申込順) ※空きがあれば当日参加可 日2月16日(月)から住吉長寿サポートセンターに電話・窓口で ☎03-3635-0646 ☎03-3632-3617

■ 江東区医師会区民公開講座「あなたの腎臓の機能は何点ですか? ~大切なあなたの腎臓を守るために出来る事~」

日2月28日(土)15:00~16:00(開場14:30) 図江東区医師会館(東陽5-31-18) 図80人(申込順) ※小学生以下は入場不可 図井上佑一(都立墨東病院腎臓内科医長) 日2月16日(月)から電話またはFAXに10面申込記入例の①~④を記入し、江東区医師会へ ☎03-3649-1411 ☎03-3649-1631

■ 江東区歯科医師会区民公開講座「どこまで知ってる? 歯科のこと 一歯医者と上手につき合うための基礎知識」

日3月15日(日)14:00~16:00 図江東区歯科医師会館(海辺13-1) 図区内在住・在勤の方 図60人(申込順) 図「歯の神経を取るってどういうこと?」「むし歯には何を つめている?」など、意外に知られていない歯科の治療法や材料について、基礎から最新の技術までわかりやすく解説 ※参加者には歯科グッズを進呈 図山崎喜範(山崎歯科医院院長) 日2月16日(月)~3月6日(金)に申込フォーム(右記2次元コード)または江東区歯科医師会に電話で ☎03-3649-0780



■ 障害者福祉センター講演会

【障害のある人の住まいと暮らし】

日3月23日(月)10:30~12:30 図障害者福祉センター 図区内在住・在勤の方 図50人(申込順) 図障害者とその家族が安心して生活できる「住まい」と「暮らし」について、将来を見据えた準備、費用に関するポイント、相談事例など具体的な情報を交えながら紹介 図渡部 伸(「親なきあと」相談室) 日2月16日(月)9:00~3月9日(月)17:00に電話・窓口またはFAXに10面申込記入例の①~④と⑤質問(ある方)を記入し障害者福祉センターへ ☎03-3699-0316 ☎03-3647-4918

■ 健康センターイベント

【健康講演会「睡眠×運動×薬」~健康寿命延伸につながる「質の良い眠り」とは~】

薬剤師の視点から「睡眠×運動×薬」の関係をわかりやすく解説し、不眠や疲労に悩む現代人がすぐに実践できる生活改善のヒントを紹介 日3月8日(日)13:30~14:30 図丸山由紀(管理薬剤師) 日2月15日(日)13:00から①健康センターに電話・窓口で②健康センターHPで③各実施センターに電話・窓口で



	会場	定員(申込順)
①	健康センター ☎03-3647-5402 ☎03-3647-5048	50人
②	オンライン(Zoom)	80人
③	深川スポーツセンター ☎03-3820-5881 ☎03-3820-5884	20人
③	亀戸スポーツセンター ☎03-5609-9571 ☎03-5609-9574	12人

※③は会場でオンライン配信を受講

【骨密度測定会】

日3月14日(土)・16日(月)14:00~16:00 図健康センター 図区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く) 図各日40人(抽選) 図超音波骨密度測定装置でかかとの骨密度を測定 ※測定の待ち時間に健康センターについての案内あり 日2月13日(金)~23日(月・祝)に健康スポーツ公社HP、窓口(普通はがき持参)または往復はがきに10面申込記入例の①~④と⑤年齢⑥性別⑦区内在勤・在学の場合は勤務先・学校の所在地・電話番号を記入し、健康センターへ



いずれも 図健康センター ☎03-3647-5402 ☎03-3647-5048

■ 在宅重度障害者などの方は自宅でのリハビリを受けられます

江東区医師会では、区から委託を受け重度障害者などの自宅に療法士等を派遣し、リハビリを行っています 図身体障害者手帳1・2級、要介護4・5、高次脳機能障害のいずれかで訪問リハビリ・通所リハビリを受けていない方 図年度あたり35人(申込順) 図はがきに「在宅重度障害者等リハビリ」と10面申込記入例の②~④、⑤生年月日⑥身体障害者手帳の等級または介護保険の要介護度または病名⑦かかりつけの医療機関名・医師名⑧担当ケアマネジャー名を記入し、〒135-0016東陽5-31-18江東区医師会訪問看護ステーションへ ☎03-3646-5500 ☎03-3646-6050

■ 障害・高齢・疾病で歯科診療が受けにくい方に歯科医を紹介

日月~金曜(祝日除く)9:30~16:30 図障害・高齢・疾病で歯科診療が受けにくい方 図江東区歯科医師会が障害者(児)のお口の健康について相談できる歯科医や、通院が困難な方に訪問診療などを行っている歯科医を紹介 日江東区歯科医師会に電話で ☎03-3649-0780 ☎03-3649-1688

■ 環境・まちづくり

■ 家庭で不要になったパソコンを無料回収します!

家庭で不要になったパソコンと、プリンタなどの周辺機器、小型家電をダンボール1箱分(3辺の合計が140cm以内、重さ20kg以内)に限り、宅配便で無料回収しています(パソコンを含まない場合、1箱1,848円の手数料がかかります)。詳細は問い合わせ専用窓口にお問い合わせください ※データはご自身で消去してください(別料金でデータ消去サービスあり) 図リネットジャパンリサイクル(株)問い合わせ専用窓口 ☎0570-085-800 (10:00~17:00) 図清掃



リサイクル課 ☎03-3647-9181 ☎03-5617-5737 日seisourecycle@city.koto.lg.jp



■ 防災・安全

■ 令和8年春の火災予防運動 IN TOYOTA ARENA TOKYO

日2月24日(火)10:00~12:00 図TOYOTA ARENA TOKYO(青海1-3-1) 図一日消防署長に芸人の近藤春菜さん(ハリセンボン)を迎え、消防演習や防災体験を実施 日当日直接会場へ 図深川消防署 ☎03-3642-0119 ☎03-3641-4422



■ つながる大島6丁目団地防災フェス

こどもたちのダンス・楽器演奏発表、縁日、軽食、マルシェ、フリーマーケットなど多彩な内容で、団地や地域の住民がともに楽しみながら防災について知る春祭りイベントです。防災に関するさまざまな体験ができるほか、プロバスケ・デフバスケ選手やバレエダンサーも登場します 日3月1日(日)11:00~16:00 図大島6-1大島六丁目団地 日当日直接会場へ 図大島6丁目団地自治会及びUR都市機構 ☎03-6659-3217 ☎03-5600-8745

■ 募集

■ 「こども誰でも通園制度」にかかる会計年度職員(保育補助)募集

区立保育園・幼稚園で勤務する保育士・保育補助員を募集します。詳細は区HPをご覧ください【勤務場所】区立保育園、区立幼稚園 図保育士、保育補助【募集人員】保育園:20人程度 幼稚園:2人(保育士のみ)【期限】2月27日(金)まで 図区立保育園:保育政策課施設管理係 ☎03-3647-9094

区立幼稚園:学務課幼稚園係 ☎03-3647-9703



▲区立保育園 ▲区立幼稚園

■ みんなのひろば

「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ます。内容については直接 日・ 図までお問い合わせください。

■ 夢職人キッズクラブ会員募集!

図小学1年生~中学3年生 図年会費3,600円、別途参加費 図異年齢集団での野外活動、レクリエーション、文化芸術活動等の体験活動プログラムを年間通じて実施。長期休みなどにキャンプも行う 日NPO夢職人HPで 図NPO夢職人事務局 ☎03-5935-7302

■ お腹から発声して ストレスを発散しませんか

日第1・3木曜11:00~13:00 図亀戸剣舞・詩吟教場(亀戸7-11-13) 図月会費2,500円(会場費含む) 図深い呼吸を意識して、健康になりましょう 図吉野 ☎080-2016-0493

こどもの麻しん・風しん混合(MR)ワクチンは 2回の接種が必要です

麻しんウイルスは、感染力が非常に強く特効薬もないため、かかると重症化することが多いです。風しんウイルスも特効薬がなく、大人が風しんにかかるとこどもより重症になることが多いといわれています。妊娠早期の女性が風しんにかかった場合、先天性風しん症候群の赤ちゃんが生まれる可能性が高くなります。

法定接種期間に2回のワクチン接種を済ませましょう

【麻しん風しん混合(MR)ワクチン法定接種期間】

1期：1歳になってから2歳になるまでの1年間

2期：小学校就学前の4月から翌年3月までの1年間



2歳を過ぎてから小学4年生の年度末(2期の法定接種期間を除く)まで、任意接種期間を設けています。事情により法定接種期間内に接種できなかった場合はご連絡ください。特に、小学校4年生で合計2回接種していない方は、必ず3月31日(火)までに接種を済ませてください。

※任意の予防接種は予防接種法に基づく接種ではないため、万一健康被害が発生した場合は同法の救済対象とならず、医薬品副作用被害救済制度の対象となります

問 保健所保健予防課ワクチン管理係

☎03-3647-8638 FAX03-3647-8647



任意接種で
不活化ワクチン
1回目を接種した方

9月30日(水)まで

帯状疱疹任意接種の接種期間を延長します

令和8年3月31日までに任意接種で不活化ワクチンを1回目まで接種している方に限り、令和8年9月30日まで接種期間を延長します。

定期接種で不活化ワクチンを接種された方は対象になりません。生ワクチンは接種期間延長の対象になりません。



☎9月30日(水)まで

☎令和8年3月31日までに任意接種で不活化ワクチンを1回目まで接種している50歳以上の区民

☎場 区内契約医療機関のみ

☎問 3月31日まで 予防接種コールセンター

☎☎050-3669-9113 FAX03-3647-8647

4月1日から 保健所保健予防課ワクチン管理係

☎☎03-3647-8638 FAX03-3647-8647



3月6日(金)・12日(木)

豊洲市場見学とランチクルーズ

江東区文化観光ガイドが案内する豊洲市場見学後、豊洲 千客万来の船着場「江戸前ピア豊洲」から乗船、湾岸エリアの景色を眺めながらランチクルーズ(お弁当形式)を楽しみます。 ※昨年10月に実施したツアーと同内容です

コース

9:45 ゆりかもめ「市場前」駅集合→豊洲市場見学(徒歩60分)→豊洲千客万来「江戸前ピア豊洲」出航(クルーズ90分)→帰航、下船後解散(13:00ごろ予定)

※天候などにより、コースの内容が一部変更になる場合あり

☎3月6日(金)・12日(木)

☎各40人程度(申込順) ※最少催行人数15人

☎各便大人3,000円、こども(4歳以上小学生以下)1,500円(乗船料・昼食代・保険料等込み。3歳以下は無料(お弁当なし))

☎2月17日(火)9:00から江東おでかけ情報局HPで

※電話・FAXでの申し込みは受け付けていません

※詳細はHPをご確認ください

☎問(社)江東区観光協会

☎☎03-6458-7400 FAX03-6458-7420 ✉info@koto-kanko.jp



▲江東おでかけ情報局



▲豊洲市場見学の様子



▲クルーズ船(ジーフリート号)

明治小学校マーチングバンド 令和7年度ファイナルコンサート

東京都代表として全日本小学生バンドフェスティバルや管楽合奏コンテストに出場実績のある、金管バンドとサクソフォンの演奏会です。

【出演】明治小学校マーチングバンド+サクソフォン、OB・OGバンド

【指揮】長谷川雅人、戸村明徳

【曲目】「火の伝説」「軽騎兵序曲」「日本の唄」ほか、ポップスから昭和歌謡まで

☎3月21日(土)13:00～

☎場 江東区文化センター

☎定500人(申込順)

☎2月17日(火)から区内各文化センター、総合区民センター窓口で配布する入場整理券を持参のうえ、当日直接会場へ

☎問 ティアラこうとうチケットサービス

☎☎03-5624-3333 FAX03-3646-8369

