

# 見つけた!私がかがやく場所

個性に合わせて「働く」を実現してみませんか。

障害のある方にとっては働くことで、人との交流の機会や自分の努力を認めてもらう機会が増え、生活の充実感が高まります。企業にとっても大切な戦力になります。

区では、障害のある方が働くことを通じて社会参加し、地域の中で自立した生活を送れるよう支援しています。

【担当課】 障害者就労支援センター ☎3695-2224 FAX 3696-1872

## よこもり とおる 横森 徹さんの履歴書

- 平成23年 就労移行支援事業所で1年6カ月の訓練を経験。
- 平成25年 葛飾区チャレンジ雇用事業で1年間の就労を区役所で経験。
- 平成26年 メールや郵便仕分け業務を希望し、民間企業の契約社員として就職。現在は障害のある方7人のチームで庶務業務を担当。

仕事は楽しいです。  
家族もがんばれ!と応援してくれています。



▲いつも元気なあいさつをする横森さん。社内のあいさつ運動で表彰されました。

### 職場

集中力があり、手先も器用で任せられる仕事が増えています。報告・連絡・相談といった、社会人の基本が身に付いているのも評価できます。

おぎのさとこ  
(指導員: 荻野聡子氏)



### 障害者就労支援センター (立石5-27-1 ウィメンズパル内)

障害のある方の就職活動や生活相談、企業からの雇用相談などにご利用ください。就職後も本人や事業者との面談を通じ、職場への定着を支援します。



取り巻く状況は  
厳しい...

## 数字で見る障害者雇用

### 障害者就労支援センターの利用現状 (平成25年度)

●登録者数 **603人**

このうち新規登録者は73人です。

●新規就職者数 **44人**

このうち正規雇用は7人です。

●離職者数 **25人**

離職の原因は対人的なトラブルなどによる体調の悪化や意欲の低下などによるものです。

### 区内の障害者雇用求人件数 (平成26年8月27日時点ハローワーク墨田)

●区内全体の求人件数**1,904件**のうち**21件(約1.1%)**です。

### 平成25年度 障害者雇用就職率 (就職件数÷新規求職申込件数)

●**31.3%** 全国での大学卒業者就職率(就職決定者÷就職希望者)は**94.4%**、(東京都) 高等学校卒業者就職率は**96.6%**です。

出典 障害者雇用就職率:平成25年度・障害者の職業紹介状況等(厚生労働省)  
大学卒業者就職率:平成25年度大学卒業者の就職状況調査(厚生労働省)  
高等学校卒業者就職率:平成26年3月高等学校卒業者の就職状況(平成26年3月末現在)に関する調査(文部科学省)

皆さんの  
理解と協力が  
必要です!

区では区内企業の障害者雇用が進むよう補助などの支援をしていますが、雇用先が少ないのが現状です。

補助制度についてや、障害者雇用をお考えの企業の方は、お問い合わせください。

【問い合わせ】 障害者就労支援センター ☎3695-2224

本文中の「障害者雇用」とは障害者雇用促進法の定めに基づく雇用です。

## かがやく場所、見つけよう かつしか雇用フェア

### 9月は障害者雇用支援月間

# 9月16日(火)

午前**10時30分**~午後**4時30分**  
ウィメンズパル(立石5-27-1)

障害のある方もそうでない方も地域の中でいきいきと働ける社会になるよう、できることから始めてみませんか。  
障害者雇用への理解を深める第一歩として、ぜひご参加ください。

時間	内容
午前10時30分~ 正午	講演会「プロフェッショナルになるためには」 ひがきかずみ 檜垣一美氏(ビーウィズ株式会社障害者職業生活相談員)
午前11時30分~ 午後2時	区内障害者施設の自主生産品販売
午後2時15分~ 4時15分	企業面接会 (ハローワーク墨田に事前申し込み)

9/8(月)~19(金)は区内就労支援施設の紹介などをパネル展示します。

【その他】企業面接会は障害者手帳・履歴書・職務経歴書が必要です。

【申し込み・問い合わせ】

ハローワーク墨田 ☎5669-8609 (部門コード 48#)





# 臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金の申請を受け付けています

**申請期限** 平成27年1月7日(水)まで

**申請方法** 支給対象者に該当すると思われる方へ申請書を送付しています。申請書に返信用封筒(切手不要)を同封していますので郵送により申請してください。次の窓口でも受け付けます。

場所	期間	時間
区役所本館1階 エレベーターホール (立石5-13-1)	9月30日(火)まで (土・日曜日、祝日を除く。 ただし9月28日(日)は開設)	午前8時30分～午後5時 (水曜日は午後7時30分まで。 9月28日(日)は午前9時から正午まで)
金町地区センター (東金町1-22-1)	9月25日(木)まで (土・日曜日、祝日を除く)	午前8時30分～午後5時 (水曜日は午後7時まで)
新小岩北地区センター (東新小岩6-21-1)		

**支給時期** 申請受付後、1～2カ月ほどで指定の口座へ振り込みます。

## 臨時福祉給付金の加算措置対象者の見直し

厚生労働省は、臨時福祉給付金の加算対象となる高齢基礎年金などの受給者の要件について、次の通り見直ししました(8月7日付通知)。

<b>見直し前</b>	高齢基礎年金などについて、平成26年3月分の受給権があり、かつ、同年4月分または5月分の支払いがある方
<b>見直し後</b>	高齢基礎年金などについて、平成26年4月分または5月分の支払いがある方

区では、見直し後の加算措置対象者情報を基に加算を行っていますので、既に申請を済ませられた方でも再度手続きの必要はありません。

なお、次に該当する方は、加算措置対象に該当するか確認ができない場合がありますので、葛飾区給付金コールセンターにお問い合わせください。

- ▶ 日本年金機構に住民票の住所ではなく他区市町村を住所として登録している方
- ▶ 共済組合などが支給する年金のみを受給している方
- ▶ 平成26年1月2日以降に他区市町村へ転出した方
- ▶ 年金額改定通知書が送付されない方(年金の裁定請求が遅れた方または手続き中の方)

## 臨時福祉給付金

### 【支給対象者】

基準日(平成26年1月1日)に、葛飾区に住民登録があり、平成26年度の住民税(特別区民税均等割)が非課税の方  
平成26年度の住民税が課税される方に扶養されている場合や生活保護を受給している場合は対象になりません。

**【支給額】** 1人当たり **10,000円**

支給対象者で高齢基礎年金、児童扶養手当などを受給している方は、**5,000円**を加算

**【担当課】** 臨時福祉給付金室

## 子育て世帯臨時特例給付金

### 【支給対象者】

基準日(平成26年1月1日)に、葛飾区に住民登録があり、次のいずれの要件も満たす方

- ▶ 平成26年1月分の児童手当・特例給付を受給
- ▶ 平成25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満

### 【対象児童】

支給対象者の平成26年1月分の児童手当・特例給付の対象となる児童  
臨時福祉給付金の対象児童や生活保護を受給している場合は対象になりません。

**【支給額】** 対象児童1人当たり **10,000円**

**【担当課】** 子育て支援課

### 公務員の方へ

子育て世帯臨時特例給付金の支給対象に該当すると思われる場合は、児童手当受給状況証明書・申請書などが勤務先から配布されます。区からの申請書の送付はありませんので、ご注意ください。

申請は、児童手当受給状況証明書・申請書などを下記送付先へ郵送してください。

**【送付先】** 〒124-8555 葛飾区役所  
子育て支援課児童手当係(給付金)

お問い合わせはこちらへ ➡ **葛飾区給付金コールセンター**

**☎ 0120-627-200 (フリーダイヤル)**

フリーダイヤルにかからない電話機の場合 ☎ 3299-3932

午前8時30分～午後5時(土・日曜日も開設。水曜日は午後7時30分まで)

## 振り込め詐欺にご注意ください

給付金の支給に当たり、口座の暗証番号をお尋ねしたり、ATMの操作をお願いすることは絶対にありません。

## 非常勤職員募集 就労支援専門員

ウェルピアカつしか内喫茶コーナーにおける障害者の実習指導です。

**【募集人数】** 1人

**【対象】**

次のいずれかに該当する方  
▽社会福祉士の資格を有する方

▽大学などにおいて社会学、心理学を専攻し、卒業または心理学を専攻し、卒業見込みの方  
▽障害者に関する専門的知識を有する方

▽障害者の支援に経験を有する方

**【勤務期間】**

11月1日～平成27年3月31日(更新可)

**【勤務日時】**

週5日 午前9時45分～午後4時45分

**【報酬など】**

月額20万8,200円  
交通費・有給休暇あり。  
健康保険・厚生年金・雇用保険加入。

**【申込方法】**

市販の履歴書、作文「知的障害者の就労支援において重要と考えること」800字程度、社会福祉士の資格を証する写し(お持ちの方)、返信用封筒(82円切手貼付、宛名記入)を9月26日(金)必着までに郵送。

**【選考日・選考方法】**

10月上旬(予定)・書類選考の上、筆記試験・面接

**【申し込み・担当課】**

〒124-0006 堀切3-34-1  
ウェルピアカつしか内障害者施設課

☎(5698)1315

## 広告 内容については広告主にお問い合わせください

**大型イベント**

**新築そっくりさん住まいのリフォームフェア**

9/13(土)・14(日)・15(祝) 開催時間11:00～19:00  
入場無料・ご予約不要

**アリオ亀有～サニーコート～**  
葛飾区亀有3丁目49-3

---

**相週末談話会**

毎週日曜日開催! **西新小岩の家**  
開催時間10:00～16:00 入場無料・ご予約不要 葛飾区西新小岩4丁目41-6

毎週金、土、日開催! **立石の家**  
開催時間10:00～16:00 入場無料・ご予約不要 葛飾区立石5丁目23-3(葛飾区役所そば)

**【完全定価制】の新築そっくりさん!! (追加料金無し)**

建設業許可:国土交通大臣(特-22)第4638号  
1級建築士事務所登録:東京都知事登録 第56323号

**住友不動産 新築そっくりさん 葛飾営業所**  
〒163-0202 東京都新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル2F お問い合わせは ☎0120-093-709

**PROCARE 株式会社プロケア**

入社日応相談

**一緒に働きましょう!**

※保育士 ※児童指導員

フルタイムも募集中!お問い合わせください!

全国40ヶ所で保育園・学童クラブ等を運営するプロケアで働いてみませんか?  
充実した時短制度でワークライフバランスも◎

**年間休日 120日**

**雇用形態** 【保育士】正社員 【児童指導員】契約社員

**応募資格** 【保育士】保育士資格【児童指導員】保育士・教員免許・幼稚園教諭・社会福祉士のいずれかまたは実務経験2年以上の方

**勤務地** 葛飾区内の保育園(1園)または都内の保育園(認証6園・認可1園・その他1園)、学童クラブ等(全20施設)で応相談

**給与** 【保育士】185,280円～【児童指導員】180,140円～

**待遇** 昇給1・賞与2・交通費支給・社保完備・健康診断(入社時・定期)・永年勤続表彰・資格取得支援制度・産休・育休・介休・時短制度・研修制度・退職金(正社員のみ)

◎入社日応相談(来年度から勤務希望の方も歓迎)

**応募** **TEL03-5913-5811** (株)プロケア 採用担当 **小嶋・永井**  
(本社)中野区中野4-11-10ア-パネット中野ビル

**葛飾柴又の塗装屋さん**

地元で創業30年。気軽に相談! 迅速な対応! 地元だから顔が見えて安心!

**外壁塗装**

屋根 外壁 木部 鉄部

**見積無料**

国家資格取得者が直接施工・管理致します

**株式会社 たつみ住研**

**0120-973-877**

葛飾区柴又5-31-15  
mail: info@tatumi-j.co.jp  
http://www.tatumi-j.co.jp

第2回かつしか文学賞大賞作品「天晴れ オコちゃん」舞台公演のキャストを募集します。

詳しくは、区ホームページ、かつしかシンフォニーヒルズ情報誌ミル9月号をご覧ください。【担当課】文化国際課 ☎5670-2259



# お知らせ

## 消費生活対策審議会を傍聴できます

【日時】 9月11日(木)  
午前10時～正午  
午前9時40分までに直接会場へ。

### 【会場】

ウィメンズバル  
(立石5-27-1)

【付議案件】 消費者施策に関する意見聴取

### 【担当課】

消費生活センター  
☎(5698)2316

## 地域活動団体が行う事業への補助申請(後期)を受け付けます

区民との協働によるまちづくりを推進するため、地域活動団体が自主的・主体的に取り組んでいる社会貢献事業に対し、その経費の一部を補助します。

### 【対象】

一年以上継続した活動実績のある団体(法人格の有無を問わない)

【募集要項・申請書配布場所】 地域振興課(区役所4階405番)、区民事務所、区民サービスコーナー

区ホームページからも取り出せます。

【補助額】

補助対象事業経費の2分の1以内(限度額30万円)

【審査】

審査会による審査を経て、補助の可否と補助額を決定します。

【申請期間・申請方法】

柴又及び交流館(柴又5-1)

9月12日(金)30日(火)に申請書を持参か郵送(必着)

【申請・担当課】

〒124-8555葛飾区役所地域振興課

☎(5654)8219

## フリーマーケットの出店者を募集します

### 消費生活展

【日時】

10月11日(土)・12日(日) 午前10時～午後3時(雨天中止)

【対象】

区内在住の方(営利・営業目的を除く)

▽11日 11店舗

▽12日 22店舗

【出品物】

日用品・衣類など(食料品、医薬品、電化製品、貴金属、美術品、骨董品、動物、植物などを除く)

【申込方法】

往復ハガキに「フリーマーケット」、希望日(いずれか一日)・出品物・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月15日(月・祝)(必着)まで(1世帯1枚、重複申込無効、多数抽選)。

当選者は、9月26日(金)の事前説明会に必ず出席してください。

【会場・申し込み・担当課】

〒124-0012立石5-27-1ウィメンズバル内消費生活センター

☎(5698)2316

【日時】

10月19日(日)

午前11時～午後3時

【会場】

柴又及び交流館(柴又5-1)

33-8)

【対象】

区内在住・在勤16歳以上の方(営利・営業目的を除く)19店舗

【出品物】

日用品・衣類・創作品など(医薬品、食料品、その場で試せない電化製品を除く)

【費用】 500円

【申込方法】

9月20日(土)当日午後2時までに、柴又及び交流館へお越しください。午後2時から抽選を行います(多数抽選)。

当選者は抽選日に行なう説明会に必ず出席してください。

【その他】 主催/柴又どんたく実行委員会

【担当課】 生涯学習課

☎(5654)8476

## 葛飾区育児休業代替任期付職員(福祉Ⅱ類)募集

【職務】 保育士・児童指導員

【募集人数】 40人程度

【対象】

平成7年4月1日までに生まれ、次のいずれかに該当する方

▽保育士の資格を有し、都道府県知事の登録を受けている方か、採用日までに登録を受ける見込みの方

▽児童指導員の資格を有する方

【採用予定時期】

平成27年4月1日以降

【勤務場所】

区立保育園・児童館

児童指導員の資格のみの方は、児童館です。

【募集要項・申込書配布場所】

人事課・人材育成課(立石5-27-1ウィメンズバル内)・区民事務所・区民サービスコーナー・図書館・学び交流館

区ホームページからも取り出せます。

【申込方法】

所定の申込書と52円・82円の切手各1枚を持参か簡易書留で郵送(封筒に「採用選考申込書在中」と朱書き)。

【申込締切日】

10月9日(木)・10日(金)

▽郵送

10月10日(金)(必着)

【選考日・選考方法】

10月25日(土) 課題式作文

10月25日(土)か26日(日) 面接

【申し込み・担当課】

〒124-8555葛飾区役所人事課

☎(5654)8151

## 区立保育園臨時職員(保育補助)の登録を受け付けています

【勤務内容】

保育園での補助業務(園児の着替え、食事の補助、おむつ交換など)

【勤務場所】

区立保育園

【勤務日時】

原則、月・金曜日の週5日 午前8時30分～午後5時15分(7時間45分勤務)

【報酬など】

時給920円(交通費あり) 週の勤務時間が20時間以上の場合は雇用保険加入。

【申込方法】

市販の履歴書を持参か郵送。郵送の場合は封筒に「臨時職員登録希望」と記入。履歴書を提出した時点で登録となり、必要に応じて電話でご連絡します。詳しくはお問い合わせください。

【申し込み・担当課】

〒124-8555葛飾区役所保育管理課(区役所4階401番)

☎(5654)8267

## 消費生活相談 高齢者被害特別相談

医療費の還付金詐欺や、証券会社をかたる不当請求などの被害が心配な方はご相談ください。

【日時】

9月10日(水)～12日(金) 午前9時～午後4時30分。直接会場へ(電話相談も可)。

【対象】

区内在住の方

【相談専用電話】

☎(5698)2311

【会場・担当課】

消費生活センター(立石5-27-1ウィメンズバル内)

【分譲マンション管理アドバイザー派遣料の全額を補助します】

(財)東京都防災・建築まちづくりセンターの「分譲マンション管理アドバイザー制度」相談コースを利用した場合にアドバイザー派遣料を補助します。

【対象】

区内の分譲マンションの管理組合か区分所有者

【補助額】

2万1600円

同一マンションで、年度内に1回の補助が受けられます。

【担当課】

住環境整備課

☎(5654)8352

## 平成27年度分特別区民税・都民税封筒の広告を募集します

納税通知書などを送るときに使用する封筒の裏面に掲載します。

【広告の概要】

左表の通り

【対象】 税関係機関、金融機関、その他公共的な事業を行う事業者

【申込方法】 所定の申込書と掲載案を、9月16日(火)までに持参か郵送で(多数抽選)。電子申請可。

事前にお問い合わせください。

【日時】

9月10日(水)～12日(金)

午前9時～午後4時30分。直接会場へ(電話相談も可)。

【対象】

区内在住の方

【相談専用電話】

☎(5698)2311

【会場・担当課】

消費生活センター(立石5-27-1ウィメンズバル内)

【分譲マンション管理アドバイザー派遣料の全額を補助します】

(財)東京都防災・建築まちづくりセンターの「分譲マンション管理アドバイザー制度」相談コースを利用した場合にアドバイザー派遣料を補助します。

【対象】

区内の分譲マンションの管理組合か区分所有者

【補助額】

2万1600円

同一マンションで、年度内に1回の補助が受けられます。

【申し込み・担当課】

〒124-8555葛飾区役所保育管理課(区役所4階401番)

☎(5654)8267

## 広告の概要

封筒の種類	規格	料金	印刷枚数	配布開始時期
納税通知書	裏面の2分の1面 左または右 7.5cm×7.5cm	15万円	12万枚	平成27年6月
税額通知書	裏面の2分の1面 上または下 9.5cm×19cm	8万円	4万枚	平成27年5月
申告書	裏面の2分の1面 左または右 7.5cm×9.5cm	6万円	6万枚	平成27年2月

## 空間放射線量の定点測定結果

【測定日】 8月25日(月)

測定場所	所在地	測定結果
立石七丁目公園	立石7-12-4	0.06
宝町公園	宝町2-8-2	0.07
白ゆり公園	水元5-5-20	0.08
したて公園	東水元3-21-6	0.09
東水元公園	東水元2-8-6	0.11
にいじゅくプレイパーク	新宿5-21-10	0.13
高砂七丁目公園	高砂7-8-13	0.06
柴又とまり木 児童遊園	柴又6-10-15	0.08
細田一丁目児童遊園	細田1-21-9	0.08
松南公園	新小岩3-27-2	0.06
木根川中央公園	東西つ木3-47-1	0.06

【単位】 マイクロシーベルト/時  
【測定方法】 地上1mの地点で、10秒毎に5回測定した値の平均  
【測定箇所】 にいじゅくプレイパークは土で、その他は校庭や園庭と同じダスト舗装です。  
【測定機器】 シンチレーション式サーベイメーター (ALOKA社 TCS-172B)  
【担当課】 環境課 ☎5654-8236

### 官公署だより

東京拘置所矯正展(入場無料)

【日時】 10月4日(土)9時30分～15時(内容)篠田麻里子さん(モデル・女優)ティープカット、ちびっこ刑務官制服試着・撮影、刑務所製品販売、性格検査、バザーなど

【会場・問い合わせ】 東京拘置所(小菅1-35-1) ☎(3690)6681

【期間】 9月8日(月)～12日(金)8時30分～19時

【問い合わせ先】 高砂区・障害者の人権あんしん相談電話 ☎0570(003)110

【問い合わせ】 東京法務局 ☎(5213)1234

## 特別養護老人ホーム開設説明会

### 平成27年6月1日 開設予定 葛飾区宝町1-2-8

## 社会福祉法人アストリー

### 説明会場のご案内

- 高砂地区センター 9/16(火) 18:30～19:30
- 新小岩北地区センター 9/20(土) 10:00～11:00
- 四つ木地区センター 9/24(水) 18:30～19:30
- 青戸地区センター 9/28(日) 10:00～11:00
- 水元地区センター 9/30(火) 18:30～19:30

説明会お申込み・お問合せ  
03-5822-7304  
担当: 荒井・歌代

開設準備室: 中央区東日本橋2-16-4 NSビル 6F

凡例 日日時 会会場 対象 定員 内容 師講師 費用 持ち物 保育 他その他 方申込方法 申 申込先 問問い合わせ先 担担当課



凡例

日時 会場 対象 定員 内容 講師 費用 保持物
保育 他その他 方 申込方法 申込み先 問い合わせ先 担当課

電話番号の表記のない記事に関する
問い合わせは、はなしようぶコールへ。

区の手続きや催し物の問い合わせ、がん検診の申し込みは
はなしようぶコール ☎(6758)2222
午前8時～午後8時 年中無休 FAX(6758)2223

住まいにお困りの母
子家庭の方へ

居室の提供、お子さんの
養育相談などを行う母子生
活支援施設への入所を支援
します。所得に応じて使用
料の負担があります。入所
を希望する方はお問い合わせ
ください。

【対象】 18歳未満のお子さ
んを扶養している母子家庭
【入所期間】 原則2年間
【担当課】 子育て支援課
☎(5654)8276

高齢者向け優良賃貸
住宅

バリアフリー構造で、緊
急通報装置と手すりを備え
た、60歳以上の方が安全・
安心に住めるように建てら
れた民間賃貸住宅です。家
賃補助があります。住宅に
よっては空き室があります。
詳しくは各管理会社にお問
い合わせください。

【対象】 次の全てに該当する方
▽60歳以上の方
▽単身者、または60歳以上
の配偶者が親族と同居して
いる方
▽都内在住の方
▽自立した日常生活を営め
る健康な方(同居する方の
支援を得て自立できれば
可)

【契約家賃】
1K～2DK
6万6千円～10万7千円
別途共益費などが8千円
～1万9千円掛かります。
【補助限度額】
月額2万5600円

【対象】 区内在住で、世帯全員が70
歳以上、または身体障害者
手帳2級以上をお持ちの方
がいる世帯で、住宅の持ち
主か、修繕について家主の
承諾を得ることのできる賃
貸住宅(公営を除く)にお住
まいの方
【修繕内容】 作業時間が2
時間程度の軽微な修繕(材

所得によって異なります。

【対象住宅】
① エスタシオン高砂
(高砂5-4-18)
② ウイング水門
(小菅4-22-8)
③ さくら式番館
(南水元1-14-2)
④ ヴィレッジ花水木
(奥戸5-21-12)
⑤ グランドソレイユ
(亀有1-13-4)
⑥ せせらぎ
(細田5-18-13)
⑦ ブロック喜仙館
(柴又5-29-6)
⑧ ボナール立石
(立石3-8-4)
⑨ あづみの家
(東水元1-17-8)
⑩ オアシスガーデン
(四つ木5-2-10)

【管理会社・問い合わせ】
①～⑧ ㈱岡田不動産
☎(3659)1321
⑨ ㈱日商ベックス上野店
☎(5816)0551
⑩ ㈱パワーズアンリミテッ
ド ☎(3356)0808

高齢の方・障害のあ
る方へ 住宅を無料
修繕します

【対象】
区内在住で、世帯全員が70
歳以上、または身体障害者
手帳2級以上をお持ちの方
がいる世帯で、住宅の持ち
主か、修繕について家主の
承諾を得ることのできる賃
貸住宅(公営を除く)にお住
まいの方
【修繕内容】 作業時間が2
時間程度の軽微な修繕(材

【対象】
区内在住で、世帯全員が70
歳以上、または身体障害者
手帳2級以上をお持ちの方
がいる世帯で、住宅の持ち
主か、修繕について家主の
承諾を得ることのできる賃
貸住宅(公営を除く)にお住
まいの方
【修繕内容】 作業時間が2
時間程度の軽微な修繕(材

【対象】
区内在住で、世帯全員が70
歳以上、または身体障害者
手帳2級以上をお持ちの方
がいる世帯で、住宅の持ち
主か、修繕について家主の
承諾を得ることのできる賃
貸住宅(公営を除く)にお住
まいの方
【修繕内容】 作業時間が2
時間程度の軽微な修繕(材

救急医療情報キット
を配布しています

区では、ひとり暮らしの高
齢者などに治療中の病気や
かかりつけの医療機関を救
急隊に知らせることのでき
る救急医療情報キットを無
料で配布しています。

【対象】 区内在住65歳以上
で次のいずれかに該当する
か準ずる状況の方
▽ひとり暮らしの方
▽日中または夜間に、一人
になる方
▽同居する家族が認知症な
どで、ひとり暮らしと同様
の状況にある方

【配布場所】
高齢者支援課(区役所2階
201番)、高齢者総合相
談センター、葛飾区医師会
所属医療機関
【お問い合わせ】
救急医療情報書き換えを
お願いします

【対象】
区内在住で、世帯全員が70
歳以上、または身体障害者
手帳2級以上をお持ちの方
がいる世帯で、住宅の持ち
主か、修繕について家主の
承諾を得ることのできる賃
貸住宅(公営を除く)にお住
まいの方
【修繕内容】 作業時間が2
時間程度の軽微な修繕(材

【対象】
区内在住で、世帯全員が70
歳以上、または身体障害者
手帳2級以上をお持ちの方
がいる世帯で、住宅の持ち
主か、修繕について家主の
承諾を得ることのできる賃
貸住宅(公営を除く)にお住
まいの方
【修繕内容】 作業時間が2
時間程度の軽微な修繕(材

子育て支援講座

乳幼児期における親
と子のコミュニケーション
シヨク

子どもの気持ちに寄り添
った子育て方法や、今と昔
の子育ての違いなどをお話
します。
日 9月12日(金)午後1～3時
対 0～5歳のお子さんを子
育て中の保護者(祖父父母も
可)50人 師 阿部千恵子氏(N
PO法人日本子育てアドバ
イザー協会所属子育てアド
バイザー) 保 6カ月～就学
前のお子さん10人 方 9月8
日(月)午前9時から新宿保育
園窓口か、電話かファクス
(お子さんを含む参加者全
員の氏名、住所・電話番号・
保育希望の有無を記入)で、
9月10日(水)(必着)まで(先
着順)。会 申 岡 区 立 新 宿 保
育園(新宿4-4-16) ☎
(3607)2470 FAX(3
607)2475 担 地 域 教
育課

【対象】
区内在住で、世帯全員が70
歳以上、または身体障害者
手帳2級以上をお持ちの方
がいる世帯で、住宅の持ち
主か、修繕について家主の
承諾を得ることのできる賃
貸住宅(公営を除く)にお住
まいの方
【修繕内容】 作業時間が2
時間程度の軽微な修繕(材

【対象】
区内在住で、世帯全員が70
歳以上、または身体障害者
手帳2級以上をお持ちの方
がいる世帯で、住宅の持ち
主か、修繕について家主の
承諾を得ることのできる賃
貸住宅(公営を除く)にお住
まいの方
【修繕内容】 作業時間が2
時間程度の軽微な修繕(材

催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

催し
催し
催し

シニアフェア
どなたでも参加できます。
日時 9月10日(水) 午前10時～午後5時
11日(木) 午前9時～午後4時
会場・担当課 シニア活動支援センター (立石6-38-11)
☎ 5698-6201
主なイベント
10日
▶オープニング「葛飾エイサーわかち」による演舞
午前10時～10時20分
▶記念講演「介護予防のまちづくり～人生90年時代の健康づくり～」
午前10時30分～正午(定員80人程度)
講師/河合恒氏(東京都健康長寿医療センター研究所主任研究員)
▶ペーパークイリング
筒状の紙を組み合わせて小物を作ります。 午前10時30分～正午
▶回想法体験 午前10時30分～正午・午後1時30分～3時
▶ちぎり絵体験 午後1～2時・2時15分～3時15分(午前10時
30分から受け付け。各回先着20人。費用300円)
▶たらいさお ふれあいコンサート
午後1時30分～3時(定員80人程度)
▶思い出の歌を歌おう 午後2～3時(先着30人)
11日
▶自主グループの発表会(歌やフラダンスなど)
午前10時～午後4時
▶防犯寸劇(井伊加減一座) 午前10時～10時30分～
▶スカルプケア 午前10時～正午(先着14人)・午後1～4時(先着18人)
(午前9時15分から受け付け)
▶災害に備えよう(保存食の試食など) 午前11時～正午
▶あなたの脳年齢はいくつ?マス計算・数字盤にトライ
午後1時30分～2時・2時30分～(各回20人程度・20分)
▶新聞ちぎり絵 午後1時30分～(先着10人。費用50円)
10日・11日
▶自主グループの作品展示(絵や書道など)
10日 午前10時30分～午後5時 / 11日 午前9時～午後4時
▶障害者施設利用者の手作りパン・せんべいなどの販売
午前11時30分～(売り切れ次第終了)
▶喫茶コーナー 正午～午後3時30分
シニア活動支援センターはシニアフェア準備のため9月9日(火)は休館、10
日(水)・11日(木)は午後5時に閉館します。9日(火)～11日(木)のお風呂は休みます。

認定こども園の特徴
幼児教育・保育を一体的
に提供
満3歳以上のお子さ
んは、保護者が働いて
いることに関係なく入園でき、
教育と保育を一緒に受け
ることが出来ます。また、
保育が必要な場合は0歳
の場などに参加できま
す。
認定こども園について
子ども・子育て支援新制度の取り組みの一つに、認
定こども園(幼稚園と保育所の機能を併せ持つ施設)の
普及があります。
区内初の認定こども園が4月に開設しました。また、
平成27年4月には、新たに2カ所開設する予定です。
新制度については、区ホームページ(トップ↓子ど
も・子育て支援新制度)もご覧ください。
認定こども園の特徴
幼児教育・保育を一体的
に提供
満3歳以上のお子さ
んは、保護者が働いて
いることに関係なく入園でき、
教育と保育を一緒に受け
ることが出来ます。また、
保育が必要な場合は0歳
の場などに参加できま
す。



### ふれあいレクリエーション農園 サツマイモ

区内の農家が育てたサツマイモの収穫を体験できます。

【収穫時期】 10月中旬  
【収穫場所】 東金町・高砂  
【費用】  
1区画(20株分)3500円  
【共催】 JA東京スマイル  
【申込方法】 往復ハガキに「サツマイモ」・氏名(団体名および代表者名)・住所・電話番号・収穫場所(第2希望まで)・区画数・大人と子どもそれぞれの参加人数を書いて、9月18日(必着まで)(多数抽選、収穫場所の変更・区画制限の場合あり、団体優先)。

【申し込み・担当課】  
〒125-0062青戸7-2-1テックノプラザかつしか内産業経済課  
☎(3638)5554

### 講座・講演会

#### 江戸川を守る会設立50周年記念式典 江戸川の清流を守る会

【日】10月25日(土)▽記念式典  
午後2時〜2時40分▽記念講演/午後2時50分〜3時50分  
【会】市川市文化会館(市川市大和田1-1-5)。  
車でのお来場はご遠慮ください。  
【定】300人  
【C.W.】C.W.ニコル氏(二財)・C.W.ニコル氏(二財)・C.W.ニコル氏(二財)の森財団理事長  
【方】メールか往復ハガキ(住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号、メールアドレス)を記入し申し込みの方を記入

#### 食品衛生実務講習会

食中毒予防、食品衛生に関する情報などをお話しします。

【日】9月12日(金)午後2〜4時  
【会】テックノプラザかつしか(青戸7-2-1) 対食品関係企業営業担当者や給食施設の食品衛生責任者の方など450人程度  
【方】電話で9月11日(木)まで。【申】保健所生活衛生課 ☎(3602)1242

#### かつしか下町寄席

区民大学単位認定講座。落語を通して、江戸東京の下町の暮らしと文化を学びます。

【日】9月20日(土)午後2時〜3時30分  
【定】90人  
【費】1300円  
【方】往復ハガキに「下町寄席」参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、9月9日(火)まで(多数抽選)。  
【会】〒125-0063白鳥3-25-1 郷土と天文の博物館

#### ファシリテーションの基本と実践 徹底習得講座 全2回

人と人をつなげる技術、会議を効率化するテクニックなどをワークショップ形式で学びます。

【日】9月27日(土)・10月4日(土)  
午前10時〜午後3時30分  
【対】区内在住・在勤・在学の方  
20人  
【師】高野文夫氏(F.T.&

#### 区民文化祭参加者募集 将棋

【日】10月5日(日)午前10時〜午後5時  
【会】亀有地区センター1(亀有3-26-1)イトーヨーカドー駅前店7階  
【内】Aクラス(3段以上)・Bクラス(1級〜2段)・Cクラス(2級以下)・子どもクラス(小・中学生)  
【費】A〜Cクラス/事前申込1700円、当日受付1800円▽子どもクラス千円。いずれも食事付き。  
【方】葛飾区将棋連盟ホームページ(<https://site.s.google.com/site/katsuyouren/>)、メールアドレスかファクス(住所・氏名(フリガナ)・電話番号・年齢・クラス・今までの参加の有無を記入)で9月29日(月)まで。当日も午前9時20分から受け付けます。  
【申】鈴木佑二 ☎(3600)7287 FAX(3608)5157  
【E】[katsuyouren@gmail.com](mailto:katsuyouren@gmail.com)  
【担当】生涯学習課



布を裂いて横糸にするさき織りでトートバッグを作ります(ミシン使用)。

【日】9月24日(水)午後1〜4時  
【日】9月27日(土)午後1〜4時  
【日】10月11日(土)午後1〜5時  
【対】区内在住・在勤・在学16歳以上の方  
各回8人  
【費】2100円  
【方】往復ハガキに「トートバッグ」①か②・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月12日(金)(必着)まで(多数抽選)。  
【会】〒125-0063白鳥3-25-1 郷土と天文の博物館

【日】9月29日(月)午前10時〜午後3時  
【対】区内在住・在勤・在学16歳以上の方  
10人  
【費】1200円  
【方】往復ハガキに「布ぞうり」・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、9月17日(水)(必着)まで(多数抽選)。

【日】9月27日(土)・10月4日(土)  
午前10時〜午後3時30分  
【対】区内在住・在勤・在学の方  
20人  
【師】高野文夫氏(F.T.&

このマークがあるものはパソコン携帯電話から電子申請で申し込みができます(一部、携帯電話からは申請できないものがあります。場合抽選します。ハガキ、ファクスによる申し込みは原則1人1枚です。詳しくは区ホームページをご覧ください。)

#### 区民文化祭参加者募集 将棋

【日】10月5日(日)午前10時〜午後5時  
【会】亀有地区センター1(亀有3-26-1)イトーヨーカドー駅前店7階  
【内】Aクラス(3段以上)・Bクラス(1級〜2段)・Cクラス(2級以下)・子どもクラス(小・中学生)  
【費】A〜Cクラス/事前申込1700円、当日受付1800円▽子どもクラス千円。いずれも食事付き。  
【方】葛飾区将棋連盟ホームページ(<https://site.s.google.com/site/katsuyouren/>)、メールアドレスかファクス(住所・氏名(フリガナ)・電話番号・年齢・クラス・今までの参加の有無を記入)で9月29日(月)まで。当日も午前9時20分から受け付けます。  
【申】鈴木佑二 ☎(3600)7287 FAX(3608)5157  
【E】[katsuyouren@gmail.com](mailto:katsuyouren@gmail.com)  
【担当】生涯学習課

【日】10月17日(金)午前10時〜午後4時  
【会】金町地区センター1(東金町1-22-1) 対15歳以上の方  
35人  
【費】1500円  
【方】動きやすい服装(ズボン・靴下)。  
【方】日本赤十字社東京都支部ホームページ(<http://www.tokyo.jrc.or.jp/>)か往復ハガキに、「基10-5金町」・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・性別・電話番号を書いて、9月29日(月)(必着)まで(多数抽選)。  
【申】〒169-8540新宿区大久保1-2-15日本赤十字社東京都支部救護課 ☎(52273)6746  
【担当】福祉管理課

【日】10月18日(土)午後2〜4時  
【定】80人  
【師】宮間純一氏(宮内庁書陵部) 費200円  
【方】往復ハガキに「歴史教養」、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、10月7日(火)(必着)まで(多数抽選)。  
【会】〒125-0063白鳥3-25-1 郷土と天文の博物館

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

【日】10月4日(土)午後4〜6時  
【天】雨天決行  
【定】30人(小学3年生以下は保護者同伴)  
【師】大沢夕志氏・大沢啓子氏(コウモリの会評議員)  
【方】9月7日(日)午前9時から電話で(先着順)。  
【会】水元水元かわせみの里(水元公園8-13) ☎(3627)5201  
【担当】公園課

区内では、過去3年間、毎年約100人の方の尊い命が自殺で失われています。自殺の背景には、さまざまな悩みがいくつも重なり、複雑に絡み合っています。身近にいる人の様子がいつもと違うと感じたら、周囲の人が気にかけることが大切です。  
【担当課】保健予防課

#### 相談窓口を活用しましょう

困っている人が問題を抱え込まないよう、相談窓口を紹介しましょう。

- このころの相談はお近くの保健センターへ
- ▷青戸保健センター (青戸4-15-14 健康プラザかつしか内) ☎3602-1284
  - ▷新小岩保健センター (西新小岩4-21-12) ☎3696-3781
  - ▷小菅保健センター (小菅2-19-21) ☎3602-8403
  - ▷金町保健センター (金町4-18-19) ☎3607-4141
  - ▷水元保健センター (東水元1-7-3) ☎3627-1911
  - ▷高砂保健センター (高砂3-26-9) ☎3672-8135

- 自殺を考えるほどつらい悩みはまずお電話ください
- ★東京都自殺相談ダイヤル 年中無休 午後2時〜翌午前5時30分 ☎0570-087-478
  - ★東京自殺防止センター 年中無休 午後8時〜翌午前6時 毎週火曜日は午後5時から ☎5286-9090
  - ★いのちの電話 年中無休 24時間 ☎3264-4343
  - ★よりそいホットライン 年中無休 24時間 通話料無料。暮らしや性別の悩みも対応。 ☎0120-279-338 お住まいの場所や悩みに合った相談窓口を探せます
  - ★いのちと暮らしの相談ナビ (<http://www.lifelink-db.org/>)

## 気づいてください!

### 体と心の限界サイン

#### 自殺を防ぐために

**声をかける**

自殺を考えている人は、孤立感を感じたり視野が狭まったりしています。「心配している」という気持ちを伝えましょう。

**話を聴く**

相手の話をじっくり聴いてみましょう。話を聴くだけでも、相手の気持ちを和らげることがあります。

がんばれ! 命を粗末にするな!

夜、眠れている? 疲れていない?

毎月10日は「ノーテレビ・ノーゲームデー」です。

テレビやゲームを休み、家族で会話や触れ合いの時間をつくりましょう。【担当課】地域教育課 ☎5654-8589



### 暮らしを彩るパソコン教室 10月分

【**日**内費下表の通り**区**区内在住・在勤・在学の方**定**各コース6人(新宿図書センター・お花茶屋図書館は、初めてのiPadコースを除き各コース10人) **時**新柴又教室とウインドウズ8.1体験コースはノートパソコン**方**電話、ハガキかファクス(希望番号・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・ファクス番号を記入)で、9月16日(火)(必着)まで(多数抽選。申込少数のコースは中止の場合あり)。**申**問〒124-0012立石3-30-18 NPO法人ユニコムかつしか「暮らしを彩るパソコン教室」係 ☎6905-8080 FAX6657-6185 **担**生涯学習課

コース名	新宿図書センター(新宿3-7-1)		お花茶屋図書館(お花茶屋2-1-15)		たつみ憩い交流館(西新小岩2-1-4)		新柴又教室(鎌倉3-24-5)		費用(教材費込み)
	番号	期日	番号	期日	番号	期日	番号	期日	
初めてのパソコン全4回	01	10/4~25土午前	21	10/3~24金午前	41	10/1~22水午前	81	10/3~24金午前	4,600円
初めてのiPad全4回	02	10/21・28火午前・午後	22	10/5・12日午前・午後	42		82		4,600円
インターネット入門全4回 ※	03	10/1~22水午前	23	10/4~25土午前	43	10/2~23木午前	83	10/6~27月午前	5,400円
ワード入門全4回 ※	04	10/5~26日午前	24	10/4~25土午後	44	10/6~27月午前	84	10/7~28火午前	5,400円
エクセル入門全4回 ※	05	10/3~24金午後	25	10/1~22水午前	45	10/3~24金午前	85	10/1~22水午前	5,400円

午前/午前10時~正午(新宿図書センターのみ午前10時15分~午後0時15分)、午後/午後1時30分~3時30分。使用ソフト/ウインドウズ7、オフィスは2013年版。 ※のコースはローマ字入力ができる方が対象。

上記コース以外に「アルバム作り」「旅行案内状作り」「ウインドウズ8.1体験」など他の講座も開催します。詳しくは暮らしを彩るパソコン教室ホームページ(<http://uc-k.net/kpc/>)をご覧ください。

シニアのためのゆっくり・じっくりパソコン教室 10月分は、9月15日号でお知らせします。

### シニア観光ボランティアガイド養成講座 全9回

柴又の歴史や名所、ガイドのマナーなどを学び、今後の活動に生かします。  
【10月19日】12月14日(日) 午前10時~正午(11月9日・23日、12月7日は午前10時~午後1時) **会**シニア活動支援センター(立石6-38-11) **他**区内在住・在勤でおおむね50歳以上の方30人費2千円(保険料900円程度別途必要) **方**往復ハガキに「観光ガイド」・住所・

### シニア活き活き教室 都立農産高校生とシニアの交流

高校生と一緒に押し花で「花と緑のはがきコンクール」の応募作品を作ります。  
【9月26日(金)午後2~3時】 **会**亀有学び交流館(お花茶屋3-5-6) **区**民大単位認定講座。開催から50年を迎える東京オリピックを振り返り、オリピックの歴史などを学びます。  
【10月3日】24日(金)午前10時~正午 **区**区内在住55歳以上の方80人 **師**後藤藤光氏(明治大学政治経済学部准教授)、佐野慎輔氏(産経新聞社特別記者兼論説委員)、和田浩一氏(フェリス学院大学国際交流学部教授)、真田久氏(筑波大学体育専門学群学群長) **費**500円 **方**往復ハガキに「オリピック」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月16日(火)(必着)まで(多数抽選) **会**申〒124-0012立石6-38-11 **担**シニア活動支援センター

### シルバーカレッジ オリピックの歴史と理想 全4回

区民大単位認定講座。開催から50年を迎える東京オリピックを振り返り、オリピックの歴史などを学びます。  
【10月3日】24日(金)午前10時~正午 **区**区内在住55歳以上の方80人 **師**後藤藤光氏(明治大学政治経済学部准教授)、佐野慎輔氏(産経新聞社特別記者兼論説委員)、和田浩一氏(フェリス学院大学国際交流学部教授)、真田久氏(筑波大学体育専門学群学群長) **費**500円 **方**往復ハガキに「オリピック」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月16日(火)(必着)まで(多数抽選) **会**申〒124-0012立石6-38-11 **担**シニア活動支援センター

### 中途視覚障害者のための生活講座 全2回

【10月30日(木)午後1時~3時30分】利用できるサ  
【10月30日(木)午後1時~3時30分】利用できるサ  
【10月30日(木)午後1時~3時30分】利用できるサ

### 認知症サポーター養成講座

認知症について学び、理解を深めます。  
【10月8日(水)午後2時~3時30分】 **会**南綾瀬地区センター(堀切7-8-22) **区**区内在住・在勤・在学の方15人 **師**森山繁氏(高齢者総合相談センター堀切所長) **方**

### 皆既月食観察会

満月が地球の影に入ってか  
【10月8日(水)午後7~9時】 **定**50人 **方**往復ハガキに「月食」、参加者全員の氏名・住所・電話番号を書いて、9月24日(水)(必着)まで(多数抽選) **会**申〒125-0063白鳥3-25-1 **郷**土と天文の博物館

### わがまち楽習会 野菜・草花栽培

野菜・草花栽培の基礎を学びます。  
【10月5日(日)午前10時~正午】 **会**都立農産高等学校(西亀有1-28-1) **定**50人 **費**300円 **他**共催/花のまちづくり協議会 **方**往復ハガキに「花まち」・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、9月15日(月・祝)(必着)まで(多数抽選) **申**担〒124-8555葛飾区役所生涯学習課

### 健康・介護予防 胃がん・大腸がん検診

年度内に各1回受診できます。  
【胃がん・大腸がん共通会場・検診日・定員】  
▽保健所(青戸4-15-14健康プラザかつしか内)

電話番号の表記のない記事に関する問い合わせは、はなしようぶコールへ。  
区の手続きや催し物の問い合わせ、がん検診の申し込みは **はなしようぶコール** ☎(6758)2222 午前8時~午後8時 年中無休 FAX(6758)2223

10月18日(土)・23日(木)・24日(金)・29日(水)、11月17日(月)・26日(水) 各日100人  
▽金町保健センター(金町4-18-19)  
10月27日(月)、11月12日(水) 各日100人  
▽新小岩保健センター(西新小岩4-21-12)  
10月17日(金)、11月21日(金) 各日50人  
▽小菅保健センター(小菅2-19-21)  
10月16日(木) 50人  
▽水元保健センター(東水元1-7-3)  
11月27日(木) 50人  
【受付時間】午前9時~10時30分

【対象】区内在住の平成27年3月31日現在35歳以上(昭和55年3月31日以前生まれ)の方  
胃の手術を受けた方、過去に胃の検査を受診し具合が悪くなった方、妊娠中の方は受診できません。痛み、吐き気などがある方は医療機関で検査をお受けください。  
【内容・費用】胃のレントゲン撮影(バリウムを使用) 千円

【対象】区内在住の平成27年3月31日現在40歳以上(昭和50年3月31日以前生まれ)の方  
【内容・費用】便潜血反応検査 500円  
平成25年4月2日~26年4月1日に40・45・50・55・60歳になった方は、5月末に発送した無料クーポン券で平成27年1月までに

受診してください。  
【申込方法】はなしようぶコールか、ハガキ(希望検診名「胃がん」「大腸がん」・検診日と会場(第2希望まで)・住所・氏名(フリガナ)・性別・生年月日・年齢・電話番号を記入)で、希望検診月の前月の15日(必着)まで(多数抽選)。  
受診票は検診月の前月末に発送します。  
【申し込み・担当課】〒125-0062青戸4-15-14健康プラザかつしか内保健所健康推進課

【対象】区内在住の平成26年12月31日現在30歳以上(昭和59年12月31日生まれまで)の方で、大正・昭和の奇数年生まれの女性  
【費用】▽視触診検査 無料  
▽マンモグラフィ検査(40~68歳で視触診検査の結果が「異常なし」の方) 千円  
次の生年月日の方は、7月末にお送りした受診票で検診を受けられます。  
・昭和28年4月2日~32年4月1日  
・昭和33年4月2日~37年4月1日  
・昭和38年4月2日~42年4月1日

【対象】区内指定医療機関(マンモグラフィ検査は保健所・保健センター)  
【申込方法】はなしようぶコールか、ハガキ(希望検診名「乳がん」「子宮がん」・「乳がん・子宮がん両方」・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・年齢・電話番号を記入)で、12月31日(水)(消印有効)まで。受診票は、2週間ほどでお送りします。  
【申し込み・担当課】〒125-0062青戸4-15-14健康プラザかつしか内保健所健康推進課



がん検診受付中

胃がん検診(35歳以上) 大腸がん検診(40歳以上) 乳がん検診(30歳以上) 子宮がん検診(20歳以上)
詳しくは、はなしょうぶコール ☎6758-2222へお問い合わせください。

20・30歳代健康診査
申し込みを受け付けています

区内在住の20〜39歳(昭和50年4月1日〜平成7年3月31日生まれ)の方
平成26年度に、区の母親健康診査または勤務先などで同様の健康診査を受診した方および受診予定の方は受けられません。

【健診期間】

9月1日(月)〜10月31日(金)
(医療機関の休診日を除く)

【健診場所】

区内指定医療機関

【健診内容】

身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査・胸部エックス線撮影

【申込方法】

ハガキに「20・30歳代健診」住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を書いて、9月30日(火)消印有効)まで。受診票は2週間ほどで送ります。

【申し込み・担当課】

〒125-0062 青戸4-15-14 保健所健康推進課 ☎(3602)1268

友遊クラブ

全10回

グループで、日常生活では行わない動きや記憶力・判断力を養うプログラムを行い、脳を活性化します。

【申込方法】

9月1日〜27年2月18日の第1・3(水)午前10時〜11時30分。シニア活動支援センター▽四つ木コース/10月6日〜27年3月16日の第

凡例

日時 会場 対象 定員 内容 費用 持ち物 申込方法 申込先 申し込み 問い合わせ先 担当

休日応急診療

中学生以下の方が受診する際は、保護者の同伴をお願いします。

◆医療機関などの案内

東京都医療機関案内サービスひまわり ☎5272-0303
東京消防庁救急相談センター(24時間対応) ☎#7119または☎3212-2323
本田消防署 ☎3694-0119 / 金町消防署 ☎3607-0119

◆平日夜間診療所(小児科)

平日夜間こどもクリニック(立石5-15-12立石休日応急診療所) ☎3694-9550
(受付時間)月〜金曜日 午後7時30分〜9時45分

◆休日診療所(内科・小児科)

立石休日応急診療所(立石5-15-12葛飾区医師会館内) ☎3694-9550
金町休日応急診療所(東金町1-22-1金町地区センター内) ☎3627-0022
(受付時間)日曜日・祝日 午前10時〜11時30分、午後1時〜3時30分・5時〜9時30分
土曜日 午後5時〜9時30分

◆休日当番医(診療時間)午前9時〜午後5時

Table with 5 columns: 月日, 医療機関名, 診療科目, 所在地, 電話番号. Lists various clinics and their services for weekends.

◆休日歯科当番医(診療時間)午前9時〜午後4時

Table with 5 columns: 月日, 医療機関名, 所在地, 電話番号. Lists dental clinics for weekends.

◆休日当番接骨院(開院時間)午前9時〜午後5時

Table with 5 columns: 月日, 接骨院名, 所在地, 電話番号. Lists chiropractic clinics for weekends.

◆休日対応薬局(開局時間)午前9時〜午後5時30分

Table with 5 columns: 月日, 薬局名, 所在地, 電話番号. Lists pharmacies for weekends.

1・3(月)(11月3日・27年1月5日を除く) 午後2時〜3時30分。四つ木地区センター(宝町1-1-22)。各コースとも同じ内容です。

1・4(水) 午前10時30分〜正午。区内在住55歳以上の方30人。高橋多喜子氏(淑徳大学教育学部教授) 費4600円。往復ハガキに「音楽療法」住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月16日(火)まで(多数抽選)。

名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月16日(火)まで(多数抽選)。

介護予防教室 空手ストレッツ
椅子に座りながら、空手の動きを取り入れた体操を行います。

介護者教室
訪問入浴サービス・マッスルスーツ体験
訪問入浴介護の実演や介助動作補助装置(マッスルスーツ)の着装体験を通して、安全な入浴介助方法を学びます。

介護者教室
認知症と間違えやすい病気 家族の気持ちで早期受診
認知症に関する注意点を専門医から学びます。

介護者教室
エンディングノート
遺言や相続などの準備について学びます。



# 地域に出向く保健所・保健センターへ!

(平成27年4月から)

【担当課】 保健所地域保健課

☎ 3602-1231

## 保健師が地域に出向く きめ細かなサービスを 進めていきます

### 保健サービスの 向上をめざして

開設から約40年を経過した小菅保健センター(小菅2-19-21)と高砂保健センター(高砂3-26-9)は、バリアフリー化に対応していないなどの課題を抱えています。

また、少子高齢化が進展する中、一人一人に合ったきめ細かな保健サービスが求められています。

このため、小菅・高砂保健センターを見直し、両センターで行っている保健サービスを近隣の南綾瀬および高砂地区センターや堀切および高砂区民事務所窓口で実施する予定です。

### 結果

- 乳幼児健診や健康講座などがバリアフリー化された施設で利用できます。
- 公共施設の有効活用につながります。

気軽に健康相談ができる「電話相談窓口」を開設します。

相談内容に応じて迅速に保健師がご家庭を訪問し、相談に応じます。

継続して相談が必要な方は、その地域を受け持つ保健師に引き継ぎ、途切れなく支援します。

地区センターなど身近な公共施設で健診や健康相談を行います。

### 今後の保健センターの体制

青戸保健センター(青戸4-15-14)は区西部、金町保健センター(金町4-18-19)は区東部、新小岩保健センター(西新小岩4-21-12)は区南部、水元保健センター(東水元1-7-3)は区北部における保健サービス提供の拠点とします。

### 跡地の活用

● 小菅保健センター  
今後予定している子育て支援施設の代替地として活用後、地域ニーズに応じた新たな活用を図ります。

● 高砂保健センター  
障害児関連施設として活用を予定しています。

## 9月は健康増進普及月間・食生活改善普及運動月間 健康寿命を延ばしましょう

健康寿命を延ばすためには、適度な運動・バランスの良い食事・禁煙といった生活習慣が大切です。

生活習慣を改善して、できることから健康づくりを始めましょう。

【担当課】 保健所健康推進課  
☎ 3602-1268

### 葛飾区の65歳健康寿命

65歳健康寿命とは、65歳の方が何らかの理由で要介護認定を受ける年齢を平均的に表したものです。平成24年の葛飾区の65歳健康寿命は、男性80.3歳、女性82.6歳です。

(東京都保健福祉局調べ)

### 1に運動



#### +10(プラス・テン)で健康寿命を延ばしましょう

普段から元気に体を動かすことで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、\*ロコモティブシンドローム、うつ、認知症になるリスクを下げることができます。

まずは、今より10分多く体を動かすことを心掛けましょう。

\*運動機能の衰え・障害により、要介護になるリスクが高まる状態のこと。

### 2に食事



#### 塩分を減らすポイント

生活習慣病を予防するためには、日頃から塩分を取り過ぎないことが大切です。

漬物、つくだ煮、魚や肉の塩蔵品や練り製品などは塩分が多いため、量を控えたり、食べる頻度を減らしたりしましょう。

また、血圧を下げる働きがあるカリウムを多く取ることもお勧めです。カリウムは、野菜や果物などに多く含まれているので、野菜は毎食、果物は毎日1回程度、食べるようにしましょう。

### しっかり禁煙



#### 禁煙は健康づくりの第一歩

喫煙をすると、血液中の善玉コレステロールが減少し、中性脂肪や悪玉コレステロール、血糖値が増加するため、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)になりやすい傾向があります。健康診査の結果を見て危険信号を感じた方は、健康のために、まず禁煙をお考えください。

### 健康づくりのヒントがここに!

#### 健康大学 公開講座

区民大学単位認定講座。  
健康に過ごすために役立つ話を聞いてみませんか。

【日時・内容・講師】

▷ 9月12日(金)午前10時~正午「上手な野菜のとりかた」饗場直美氏(神奈川工科大学教授)

▷ 9月17日(水)午後1時30分~3時30分「三日坊主克服法!健康行動変容」竹中晃二氏(早稲田大学人間科学学術院教授)

いずれも直接会場へ。

【会場】 健康プラザかつしか(青戸4-15-14)

【定員】 各日100人程度 【担当課】 保健所健康推進課

\*\*\*\*\*

#### かつしか 健康 食育フェア

健康づくり推進員、葛飾区食育推進ネットワークなどの活動を紹介し、皆さんの健康づくりを応援します。お子さんが楽しめるコーナーもあります。

【日時】 10月19日(日) 午前10時~午後3時。直接会場へ。

【会場】 健康プラザかつしか(青戸4-15-14)

【内容】 ◎かつしかはつらつ体操 ◎腸の話、糖尿病講演会

◎クッキー作り教室 ◎筋肉量、体脂肪、血管年齢測定

この他、健康づくりに役立つコーナーがたくさんあります。

【担当課】 保健所健康推進課

### 「食育(食生活)実態調査」にご協力ください

区では、平成27年度の「葛飾区食育推進計画」の改定に向け、無作為に選ばれた区内在住20歳以上の方1,700人を対象に「食育(食生活)実態調査」を行います。9月上旬頃に対象の方に調査票を送付しますので、同封の返信用封筒で返送をお願いします。

【担当課】 保健所健康推進課