

もっと便利に!

かつしかの公共交通

区内の移動におけるさまざまな課題解決を図り、誰もが快適で便利な公共交通の実現に向けて取り組んでいます。

バス交通網の充実

細田・奥戸周辺地域をもっと便利に!

循環バス路線の導入

【担当課】 交通政策課 ☎03-5654-8397



区では、バス事業者と協働して、社会実験などの取り組みを行い、ここ10年で新たに9つのバス路線を開通してきました。

令和元年度より、区内移動の更なる利便性向上を図ることを目的に区内循環バス導入などの検討を始めており、現在、細田・奥戸地域と新小岩駅を結ぶ(仮称)細田循環路線の運行に向けた準備を進めています。今後、沿線地域の住民アンケートや説明会を行い、令和3年春ごろの運行をめざします。

運行経路(案)



バスの利用をもっと身近に!

バス利用者用自転車駐輪場(サイクル&バスライド)の整備

【担当課】 交通政策課 ☎03-5654-8397



この看板が目印です

バスをもっと便利に利用できるようにするため、バス停付近にバス利用者が無料で利用できる自転車駐輪場を整備しています。登録は不要です。

詳しくは、区ホームページをご覧ください。



▲区ホームページ

バス停・利用できる路線	駐輪場所在地
「亀有新道」 小54系統、新小52乙系統、新小53系統	白鳥4-12地先
「亀有新道入口」 草39系統、小54系統	奥戸7-19地先
「奥戸運動場」 SS08系統、新小58系統	細田1-16地先
「細田三丁目」 小54系統、新金01系統	東水元4-4-7 小合上町児童遊園内
「水元小学校」 金61系統	東水元6-1地先
「水元五丁目」 金61系統	西水元1-1地先 東武バスセントラル葛飾車庫内
「葛飾車庫」 綾23系統、有25系統、有27系統	西水元4-6地先
「大場川水門」 金62系統	

鉄道網の拡充

区の南北を結ぶ旅客鉄道開設に向けて

新金貨物線の旅客化

【担当課】 交通政策課 ☎03-5875-7986

南北方向の鉄道網の充実を図るため、新小岩と金町を結ぶ新金貨物線の旅客化を検討しています。

令和元年度には新金貨物線旅客化整備基金を新設しました。今後は、この基金を計画的に積み立てながら多角的に検討を進め、関係機関との協議など、旅客化の実現に向けて更なる取り組みを進めていきます。



▲現在の新金貨物線



未来に向けて
基金の積み立て
をスタート!



催しなどは新型コロナウイルス感染防止対策をとって実施します。来場などの際はマスクの着用をお願いします。発熱や咳などの症状がある場合は、参加をお控えください。なお、状況により中止や延期とする場合があります。

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

お知らせ

葛飾区社会教育委員の会議を傍聴できます
 東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を契機とした文化の創造と継承について協議します。
【日時】 9月25日(金)
 午後2～4時
 午後1時45分までに直接会場へ(先着順)。
【会場】
 区役所4階教育委員会室
【定員】 10人程度
【担当課】 生涯学習課
 ☎03(5654)8512

葛飾区障害者施策推進協議会を傍聴できます
 障害者施策推進計画の進捗状況などを協議します。
【日時】 10月12日(月)
 午前10時～正午
【会場】 ウェルピアかつしか(堀切3・34・1)
【定員】 10人
【申込方法】 電話かつしか(推進協議会傍聴)・住所・氏名・電話番号(ファクス番号)を記入し、9月30日(水)午後5時まで(多数抽選)。
【申し込み・担当課】
 ☎03(5654)8301
 FAX03(5698)1531

国民健康保険料 後期高齢者医療保険料 特別区民税・都民税 合同納付相談
【日時】 9月27日(日)
 午前9時～午後4時30分
【会場・担当課】
 ▼国民健康保険料・後期高齢者医療保険料
 国保年金課
 (区役所3階315番) ☎03(5654)8213
 ▼特別区民税・都民税
 税務課
 (区役所3階321番) ☎03(5654)8280

葛飾区環境基本計画 策定委員会委員を募集します
 「葛飾区環境基本計画(令和4～13年)」の策定に当たり、策定委員会(全6回予定)で計画内容を検討します。
【対象】
 区内在住18歳以上で平日の日中2時間程度の会議に出席できる方2人程度
【任期】
 12月～令和3年11月(予定)
【申込方法】 募集案内に添付の申込書と作文「人と自然が共存できる持続可能なまちを築くために取り組むべきこと」(800字程度)を、9月30日(水)(必着)までに持参か郵送。
 募集案内は区ホームページからも取り出せます。
【選考方法】
 書類選考の上、10月21日(水)に面接。
【募集案内配布・申し込み・担当課】
 〒124-8555葛飾区役所環境課(区役所4階410番) ☎03(5654)8227

小管水再生センターに係る都市計画案の作成に向けた説明会を開催します
 下水道処理施設の範囲変更について東京都都市整備局より説明します。
【日時】 9月23日(水)
 午後7時～8時30分
 直接会場へ。
【会場】 南綾瀬地区センター(堀切7・8・22)
【担当課】 都市計画課
 ☎03(5654)8328

重症心身障害児者通所事業 令和3年4月からの利用者を募集します
 生活介護や児童発達支援を受けられます。
【対象】
 重症心身障害のある方
【実施施設】
 ▼東大和療育センター分園
 よつぎ療育園(東四つ木4・44・1・101)
 ▼北療育医療センター
 (北区十条台1・2・3)
 ▼北療育医療センター城北

生産緑地地区変更の都市計画案を閲覧できます
 変更案に対する意見書を提出できます。
【公盆日】 9月16日(水)

縦覧・意見書提出期間
 9月16日(水)～30日(水)
【意見書提出方法】
 意見書(様式自由)に「生産緑地地区の変更案」・住所・氏名・意見を書いて、持参か郵送。
【縦覧場所・意見書提出先】
 〒124-8555葛飾区役所都市計画課(区役所3階302番)
【担当課】 産業経済課
 ☎03(3838)5554

第二期葛飾区子ども子育て支援事業計画 音声版(デジタル版) CDを作成しました
【貸出場所】 図書館、男女平等推進センター図書資料室(立石5・27・1ウィメンズパル内)
【その他】 区政情報コーナー(区役所3階304番)では、一部220円で販売しています。
【担当課】 子育て支援課
 ☎03(5654)8294

産後ケア デイケア利用者募集
 産後のお母さんの心とからだの休息や赤ちゃんのケアを、日帰りで受けることができます。助産師による個別相談も実施します。
【日時】 10月5日(月)
 午前10時～正午、午後1～3時
【対象】 区内在住の生後1～4カ月未満のお子さんと母親各回6組
【申込方法】
 9月17日(木)午前8時30分から電話で(先着順)。
【会場・申し込み・担当課】
 青戸保健センター(青戸4・15・14健康プラザかつしか内)
 ☎03(3602)1284

新しい乳・子医療証(淡い緑色)を発送しました
 9月23日(水)までに届かない場合はお問い合わせください。
 有効期限が切れた医療証は、お近くの児童館か子育て支援課(区役所4階40番)から再発行をお願いします。

元校長先生とスワールカウンセラーによる小学校ってこんなところ教室 全2回
 小学校の様子や子どもが入学までに身に付けたいことなどを学びます。お子さんは小学校生活の体験もできます。
【日時】
 日11月7日(土)午前9時30分～11時・14日(土)午前10時～11時30分
【会場】 新小岩北地区センター(東新小岩6・21・1) 対区内在住で、令和3年度に小学校へ入学予定のお子さんと保護者35組。14日は保護者のみの参加となります。
【申し込み】 6カ月以上就学前のお子さん20人(方ハガキに「小学校ってこんなところ教室」・住所・参加者全員の氏名(フリガナ)・電話番号、保育を希望する方はお子さんの名前(フリガナ)と生年月日を書いて10月2日(金)(必着)まで(多数抽選)。
 申込〒124-8555葛飾区役所地域教育課 ☎03(5654)8589

原爆と人間展
 原爆被害の状況や被爆者の証言などを展示します。
【日時】
 日9月17日(木)・20日(日)午前9時～午後9時(17日は午前11時から、20日は午後3時まで)。
【会場】 会館有地区センター(亀有3・26・1リリオ館7階) 他主催/葛飾原爆被爆者の会(葛友会) 担総務課 ☎03(5654)8136

立石図書館 バリアフリー映画会
 音声ガイド・字幕付きで映画を上映します。
【日時】
 日10月18日(日)午後2時～4時15分。直接会場へ(先着順)。
【会場】 対中学生以上の方30人(内夢追いかけて(2003年制作)三浦友和主演) 他サポートなどが必要な方

関係機関のお知らせ
公証週間 無料電話相談
 10月1日(木)～7日(水)
【内容】 遺言・任意後見など公正証書の作成相談
【電話番号】 ▼日本公証人連合会 ☎03(3502)8239 (午前9時30分～正午・午後1時～4時30分) ▼葛飾公証役場 ☎03(6662)9631 (土・日曜日を除く午前10時～正午・午後1～4時)

かつしか伝統工芸市 in 柴又
 葛飾区の伝統工芸品の販売・実演を行います。
【日時】
 日9月19日(土)・20日(日)午前10時～午後3時(荒天中止)
【会場】 柴又観光案内所隣(柴又7・1・5) 担商工振興課 ☎03(3838)5587

このマークのあるものは、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。

このマークのあるものは、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。

このマークのあるものは、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。

このマークのあるものは、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。

このマークのあるものは、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。

広告 内容については広告主にお問い合わせください。

初心者対象 手結びのきもの着付教室
2ヵ月全8回 受講料無料
 ※但し教材費として6,900円必要

■カリキュラム 主催 彩きもの学院
 ゆかたの着方と半幅帯、普段着の着方、名古屋帯のお太鼓結び、フォーマルの着方、袋帯の二重太鼓結び(全て手結びで行います。) ※着物・長襦袢・帯の貸し出し有り(有料)

校	10月生		11月生		時間	会場
	コース	開講日	コース	開講日		
松戸	水曜	10/7	火曜	11/10	A	松戸駅歩3分
銀座	水曜	10/7	金曜	11/13	B	銀座駅歩3分
新宿	金曜	10/9	木曜	11/12	C	新宿駅歩5分

■A(10:30～12:00) B(14:00～15:30) C(19:00～20:30)
 ■定員/各時間5名 ※3密を避けて少人数・コロナ対策の上で開催いたします

お申し込みはフリーダイヤルにて ☎0120-073005
 彩きもの学院 松戸校 〒271-0092 松戸市松戸1281-29 松戸東洋ビル5F TEL 047-368-4711



(3)

本紙はUD(ユニバーサルデザイン)フォントを使用しています。

区民相談 10月分		※電話での相談も可 ビデオ通話での相談も可 ※利用可能なビデオ通話アプリ (Face Time/Google Duo/Skype)	
法律相談	火～金曜 午後1時～4時40分 金町・新小岩北地区センターでの相談は休止しています。	区民相談室 予約が必要です。 相談日の2週間前の午前8時30分から受け付け。	☎03 - 5654 - 8612 ～5
不動産取引相談	10/13・27(火) 午後1時～3時50分		
登記・測量相談	10/15(木) 午後1時～3時45分		
遺言書・遺産分割協議書の書き方相談	10/6・20(火) 午後1～4時		
税金相談	水曜 午前10時～午後3時40分		
成年後見センター出張相談	10/13・27(火) 午前10時～正午		
人権身の上相談	休止しています		
行政相談	休止しています		
年金・社会保険・労働問題相談	休止しています		
建築・リフォームなんでも相談	10/2・16(金) 午後1～4時		
青少年の生活相談	10/5・19(月) 午後1～4時 10/12・26(月) 午前10時～午後4時		
住宅修繕相談	月～金曜 午前8時30分～午後5時		
区政・一般相談	月～金曜 午前8時45分～午後5時		
交通事故相談	月～金曜 午前8時45分～午後5時		
福祉サービス苦情調整	金曜 午後1時30分～3時30分	福祉管理課(要電話予約) ☎03 - 5654 - 8243	
精神保健相談	精神科医が相談に応じます。	保健センター(7面上欄参照) (要電話予約)	
健康に関する相談	月～金曜 午前8時30分～午後8時	健康ホットラインかつしか (電話相談のみ) ☎03 - 3602 - 1244	
患者からの医療相談	月～金曜 午前9時～午後5時	患者相談窓口(電話相談のみ) ☎03 - 3602 - 1226	
55歳以上の就業相談・あっせん	月～金曜 午前9時～午後5時	ワークスかつしか(シニア活動支援センター内) ☎03 - 3692 - 3181	
消費生活相談	月～金曜 午前9時～午後4時30分	消費生活センター(ウィメンズパル内) ☎03 - 5698 - 2311	
内職相談	火・木曜 午前10時～午後4時	しごと発見プラザかつしか(テクノプラザかつしか内) ☎03 - 5680 - 8765	
就職相談	月～金曜 午前10時～午後7時(要予約) 10/3・17(土) 午前10時～午後5時(要予約)		
中経小企業相談	月～金曜 午前10時～午後5時	産業経済課(テクノプラザかつしか内) (要電話予約) ☎03 - 3838 - 5556	
事業承継に関する税務相談	月～金曜 午前10時～午後4時		
NPO活動に関する相談	一般相談 月～金曜、第1・3土曜 午前8時30分～午後5時 専門相談(税理士・弁護士・社労士による相談)は予約が必要です。 出張相談 10/21(水) 午後2～4時	ボランティア・地域貢献活動センター(ウェルピアかつしか内) ☎03 - 5698 - 2511	
手話相談	月～金曜 午前9時～午後5時	障害福祉課(区役所2階201番) FAX03 - 5698 - 1531	
教育相談	月～金曜 午前9時～午後5時 来所は要電話予約	総合教育センター ☎03 - 5668 - 7603	
いじめ相談	月～土曜 午前8時30分～午後5時		
子ども発達	月～土曜 午前8時30分～午後5時	子ども総合センター ☎03 - 3602 - 1386 ☎03 - 3602 - 1388	
妊娠・出産どうしようコール	月～金曜 午前8時30分～午後5時	☎03 - 3602 - 1391	
児童虐待通報	月～土曜 午前8時30分～午後5時	☎03 - 3602 - 1389	
若者相談	10/6(火) 午前10時～午後5時 10/13(火) 午前10時～午後5時 10/23(金) 午前10時～午後4時 10/27(火) 午前10時～午後5時	水元地区センター 金町地区センター 区民相談室 亀有東集い交流館 (要電話予約) ☎03 - 6823 - 1848	
悩みごと相談(女性対象)	月・火・木・金曜 午前10時～午後5時 水曜 午後1～8時(午後5時以降は電話相談のみ・男性からの相談も可)	男女平等推進センター(要電話予約) ☎03 - 5698 - 2213	
女性に対する暴力相談	月・木曜 午前10時～午後5時	男女平等推進センター(要電話予約) ☎03 - 5698 - 2211	
法律相談(女性対象)	火曜 午後1時30分～4時30分		
外国人の入国・在留・帰化・就労など手続き相談(日本語対応)	10/9(金) 午後1～4時 外国人を雇用している事業者も利用できます。 在留カードをご持参ください。		
外国人生活相談 Foreign Resident's Advisory Desk 外国人生活咨询室(Consultation by telephone is also possible/也可以电话咨询)	10/5・12・19・26(月) 午後0時30分～4時30分 10/5・12・19・26(Mon) 0:30pm～4:30pm 10月5日・12日・19日・26日(星期一)、 中午12時30分、至下午4時30分	区民相談室 Katsushika City Office ☎03 - 5654 - 8617	

安心!お手軽! オンライン相談を実施しています

ビデオ通話アプリを使用した相談です。
詳しくは区ホームページをご覧ください。【担当課】 すぐやる課



▲区ホームページ

法律相談(弁護士)

相続・離婚・金銭トラブルなど
火～金曜日(祝日を除く) 午後1時～4時40分

遺言書・遺産分割協議書の書き方相談(行政書士)

第1・3火曜日(祝日を除く) 午後1～4時

【使用アプリケーション】

- ▶ Face Time(フェイスタイム)
 - ▶ Google Duo(グーグルデュオ)
 - ▶ Skype(スカイプ)
- いずれかのアプリを準備してください。



【相談方法】

- 1 予約電話 ☎03 - 5654 - 8612～5
相談日の2週間前の午前8時30分から受付します。
- 2 相談日当日
予約した時間になると指定したアプリケーションに相談員からビデオ通話がかかってきます。

区民のひろば

掲載の決まり

次の項目に当てはまらない場合は、掲載できません。
▽文化芸術・スポーツ活動などを区内で行っている自主的な団体であること
▽1回当たりの費用は2千円以内、入会金は備品など経費相当分であること
▽営利、交際、相談、勧誘、売名行為、政治・宗教活動ではないこと
▽広報紙に掲載する問い合わせ先の方・団体の代表者は葛飾区民であること
▽個人指導の活動ではないこと
▽催し物は、掲載希望月の2カ月前までに申し込むこと
※会員募集の掲載は、申し込み順に掲載します。再申し込みは掲載後に受け付け、再掲載は前回掲載後6カ月を経過してからです。

- 区は内容に関与しません。
- 催し物
 - 50代からの初心者英会話無料体験会 10月1日・8日(木)10時 堀切地区センター 070(3840)6
 - 中山070(3840)6
 - 185
 - 会員募集
 - 社交ダンス(初心者歓迎) 月3～4回(月18時30分～月21時) 1回千円
 - シニア活動支援センター 1回千円
 - 鹿島080(2025)6528
 - 区民のひろば
 - 掲載の決まり
 - 次の項目に当てはまらない場合は、掲載できません。
 - ▽文化芸術・スポーツ活動などを区内で行っている自主的な団体であること
 - ▽1回当たりの費用は2千円以内、入会金は備品など経費相当分であること
 - ▽営利、交際、相談、勧誘、売名行為、政治・宗教活動ではないこと
 - ▽広報紙に掲載する問い合わせ先の方・団体の代表者は葛飾区民であること
 - ▽個人指導の活動ではないこと
 - ▽催し物は、掲載希望月の2カ月前までに申し込むこと
 - ※会員募集の掲載は、申し込み順に掲載します。再申し込みは掲載後に受け付け、再掲載は前回掲載後6カ月を経過してからです。
 - 区民のひろば
 - 車椅子ダンス あなたも社会貢献しませんか 月2回(木)13時～15時 ウェルピアかつしか 月500円 野村080(5180)8979
 - 日本舞踊(新舞踊) (火)14時～ 東四つ木地区センター 月3千円・月4回5千円 齊藤03(3692)4683
 - 大正琴 第4(土)10時～末広集い交流館 月2500円 入会2千円 鱈石03(3608)2185
 - 詩吟の練習仲間、集まろう 月2回(水)13時～ 亀有地区センター 月1500円(見学無料) 鳥山090(5179)0559
 - 水彩画を楽しく習いましょう 月2回(火)9時30分～ ウィメンズパル 月2500円 入会千円 荒木090(4548)4056
 - 楽しい書道しませんか 第1(日)9時30分～ 金町地区センター 月2千円(毎月の手本代含む) 小沼090(8894)7005
 - 楽しい短歌始めてみませんか 第2(土)14時～ さくらみち集い交流館 月1500円 澤口090(1700)183
 - オリンピックに向けて英語を! 月4回・時間曜日忘れない 恩田宅(青戸3丁目)月4千円 入会2千円(本代含む) 恩田080(4439)5016
 - イギリス英語(初級・中級) 月4回(火)14時～(時間曜日忘れない) 奥宮宅(東四つ木)月6千円 奥宮080(6787)3647

8月の特殊詐欺被害は7件、約1,430万円です。犯人は自分の声が録音されることを嫌います。留守番電話を使って被害を防ぎましょう。
【問い合わせ】 ▶ 亀有警察署 ☎03 - 3607 - 0110 ▶ 葛飾警察署 ☎03 - 3695 - 0110 【担当課】 生活安全課

催しなどは新型コロナウイルス感染防止対策をとって実施します。来場などの際はマスクの着用をお願いします。発熱や咳などの症状がある場合は、参加をお控えください。なお、状況により中止や延期とする場合があります。

凡例

日時 会場 対象 定員 内容 講師 費用 持ち物
 保育 他その他 方申込方法 申込先 問合わせ先 担当課

講座・講演会

自然学習講座
 秋の自然観察とスケッチ教室

身近な自然を感じ、自然物のスケッチのコツを学びます。

10月11日(日)午後1時～3時

(雨天決行)定員20人(小学3年生以下は保護者同伴)方
 9月17日(木)午前9時から電話で(先着順)。会申水元かわせみの里(水元公園8・3) ☎03(3627)5201 担環境課

区民科学教室
 身近に生えている草木で染めに挑戦しよう

10月10日(土)午前9時30分～正午 対区内在住16歳以上の方12人 費5000円方往復ハガキに「区民科学教室」住所・氏名・電話番号を書いて、9月24日(木)必着まで(多数抽選)。会申〒125・051 新宿6・3・2 未来わくわく館 ☎03(5876)6790 担指導室

国際ガールズデー企画
 女の子たちの今セカイとニッポン

区民大学単位認定講座。日内▽10月11日(日)講義「メディアの中の少女たち」▽10月18日(日)映画「アツラ」と私とスカート」の上映。いずれも午後1時～3時。定員25人保1歳以上就学前のお子さん5人方往復ハガキに「ガールズ」住所・氏名

年齢、保育希望の方はお子さんの氏名と年月齢を書いて、9月29日(火)必着まで(多数抽選)。会申〒124・012 立石5・27・1 ウィメンズ・パル内人権推進課 ☎03(5698)2211

読み聞かせボランティア講座(入門編) 全5回

区民大学単位認定講座。講座終了後に児童館や図書館などでボランティア活動をさせていただきます。

日会内左表のとおり対区内在住で、小学校・幼稚園・保育園などで読み聞かせを始めたばかりの方または予定のある、本講座未受講の方20人方往復ハガキに「読み聞かせ(入門編)」住所・氏名(フリガナ)・電話番号・読み聞かせをしている場所(予定可)を書いて、9月30日(水)必着まで(多数抽選)。会申〒125・042 金町6・2・1 中央図書館 ☎03(3607)9201

市民後見人養成講座
 受講説明会

認知症などによって判断能力が十分でない方を地域で支える「市民後見人」の養成講座(全5回)を、令和3年1月22日～2月19日(金)に開催します。

参加を希望する方は、次のいずれかの日程の説明会に出席してください。後日、書類選考と面接の上、受講者を決定します。

9月29日(火)、10月8日(木) 日会内左表のとおり対区内在住で、20～65歳の方10人。この他にも要件があります。詳しくはお問い合わせください。方電話で各実施日前日の午後5時まで。会申葛飾区成年後見センター(堀切3・34・1 ウェルピアかつしか内) ☎03(5672)2833 担福祉管理課

若者相談オンライン
 講演会 ひきこもり
 の状態にあった支援方

多種多様なひきこもり状況の段階や変化に合わせた家族の関わり方についてお話しします。

10月10日(土)午後1時～2時 対パソコン・タブレットなどでYouTubeを閲覧できる方方9月17日(木)～10月8日(木)午後5時までにメール(葛飾区若者相談講演会・住所・氏名・電話番号を記入)で。申問(公社)青少年健康センター ☎03(6823)1848 担子ども支援課

人権について考えよう
 これからの未来のために 全3回

区民大学単位認定講座。人権・同和問題について考え、人権意識を深めます。

日会内左表のとおり対区内在住・在勤・在学・事業者の方25人保1歳以上就学前のお子さん3人方電話またはハガキ・ファクス(人権講座・住所・氏名(フリガナ)・電話番号、保育希望の方はお子さんの氏名と年月齢を記入)で、9月30日(水)必着まで(多数抽選)。会申〒124・012 立石5・27・1 ウィメンズ・パル内人権推進課 ☎03(5654)8148 FAX03(5698)2315

日程	内容
10/14(水)	コロナ禍の中で考える人権～より良い暮らしのために～
10/19(月)	ネットと差別扇動～フェイク、ヘイト、部落差別～
10/29(木)	高齢者と人権～認知症と介護を通じた人権について～

いずれも午後2～4時

布ぞうり教室

古布を使用した布ぞうりを作ります。

9月28日(月)午前10時～午後3時 会かつしかエコライブラザ(立石1・9・1) 対区内在住・在勤・在学16歳以上の方12人 費千円方9月17日(木)午前9時から電話

健康・介護予防

介護予防教室
 おうちでできる
 フレイル予防

自己チェックの方法や自宅でできる体操を学びます。

10月7日(水)午後2時～3時30分 会奥戸くつろぎの郷(奥戸3・25・1) 対区内在住65歳以上の方20人方9月17日(木)午前9時から電話で(先着順)。申高年齢者総合相談センター奥戸 ☎03(5670)5212 担高齢者支援課

もの忘れ相談会

最近物忘れがひどくなった方や、認知症の相談をしたい方の悩みに専門医などが応じます。

10月15日(木)午後2～4時 会金町地区センター(東金町1・22・1) 対認知症の心配がある区内在住の方、またはその家族3人方電話で9月25日(金)午後5時まで(申込多数の場合、相談内容により決定)。申高年齢者総合相談センター金町 ☎03(3826)5031 担高齢者支援課

骨密度検診・栄養指導 10月分

腕にエックス線を照射し骨密度を測定した後に、管理栄養士がカルシウム量のチェックと、ご希望の方に個別に栄養指導(30分程度)を行います。

10月8日(木)午前9～11時、午後1～3時 会健康プラザかつしか(青戸4・15・14) 対区内在住18歳以上の方30人 費1200円方9月17日(木)午前8時30分から電話で(先着順)。申健康づくり課 ☎03(3602)1268

認知症サポーター スキルアップ講座 軽度～中等度における対応方法を学ぶ

10月3日(土)午後2～4時 対認知症サポーター養成講座を受講した方15人方9月18日(金)午前9時から電話で(先着順)。申高年齢者総合相談センター堀切(堀切2・66・17 葛飾ロイヤルケアセンター内) ☎03(3697)7815 担高齢者支援課

すくすく歯育て

～10カ月頃からは、コップ飲み挑戦～

コップを使うことで、唇などの口周りの機能が発達し、食べ物を上手に食べたり飲んだりできるようになります。歯が増えてくると、母乳や哺乳瓶でミルクなどを飲み続けることが、むし歯の原因になることがあるため、少しずつコップ飲みの練習をはじめましょう。

【担当課】健康づくり課 ☎03-3602-1268

コップの選び方

- 飲み口 広い物
- ふち 薄い物
- 底 浅い物



コップ飲みのポイント

飲ませる時の姿勢

水分を摂るときは、少し前傾姿勢の方がむせずに飲めます。

- ① タオルなどで腰や背中を安定させる
- ② 足の裏がしっかりと床などについた状態にする

飲ませ方

- ① 上唇に水面を触れさせる
- ② 上唇が閉じて、すすむのを待つ
- ③ コップを傾ける
- ④ 上下の唇でコップのふちを挟めたら、コップを離す

コップはお子さんにとって難しい道具です。お子さんへの声掛けを忘れず、ゆっくり気長に練習しましょう。暑い時期は無理をせず、水分補給を優先してください。

お子さんのお口や歯みがきに関する相談は健康づくり課へお問い合わせください。

歯やお口についての
 その他の情報は
 こちらから



高齢者クラブの仲間と地域活動をしてみませんか

区内各地域には、おおむね60歳以上の区民30人以上で構成される高齢者クラブがあります。各クラブは、地域の実情や会員の要望などに合わせて活動をしています。地域で活動をしたい、同世代の方と交流をしてみたいと考えている方は、高齢者クラブにご加入ください。

【担当課】 高齢者支援課

主な活動

1 社会奉仕活動

▶ 友愛活動

一人暮らしや寝たきりの高齢者を訪問して安否確認の声掛け、傾聴活動、簡単な家事援助など

▶ 地域福祉活動

福祉施設への定期的訪問、地域の道路や公園などの清掃、花壇づくり、保育園・小学校などを訪問して交流・伝承活動など

2 生きがい活動

カラオケ、輪踊り、史跡・施設見学会、地域史の学習、合唱、健康マージャン、パソコン教室、絵手紙など

3 健康づくり活動

ウォーキング、輪投げ、グラウンドゴルフ、ストレッチ体操、健康体操、脳トレ、健康をテーマとした学習会など

「高齢者クラブでいつまでも生き生きと」

葛飾区高齢者クラブ連合会 細谷五郎会長

現在、区内では147クラブ、約9,800人の会員が、自身の健康のための文化・スポーツ活動や学習活動の他、高齢者が地域で孤立しないネットワークづくりに取り組んでいます。

また、区内の高齢者クラブをまとめている葛飾区高齢者クラブ連合会では、各クラブとの連絡調整、クラブ指導者の育成、会員の健康・安全・生きがいにつながる各種事業を行っています。

退職後や子育てを終えて何か活動したいという方はお気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ】 葛飾区高齢者クラブ連合会 ☎03 - 5671 - 3088



高齢者のフレイル予防

～ブレイン(認知機能・精神機能)・フレイル編～

【担当課】 高齢者支援課

「フレイル」とは、筋力や活動量、認知機能の低下などにより、要介護状態に陥りやすい虚弱な状態のことです。年齢を重ねても元気に過ごすためには、フレイルについて理解し、早期発見することで、正しい対処・予防をすることが重要です。

フレイル予防には身体(フィジカル)、口腔機能・栄養(オーラル)、認知機能・精神機能(ブレイン)、社会地域活動(ソーシャル)の4要素「POBSフレイル予防」が重要となります。

今回は、「POBSフレイル予防」の4要素のうちの、認知機能・精神機能(ブレイン)についてご紹介します。

このようなことはありませんか

「もの忘れ」と「認知症」には、次のような違いがあります。

もの忘れ

- ◆もの忘れを自覚している
- ◆体験したことの一部を忘れる
- ◆ヒントがあれば思い出す
- ◆日常生活に支障はない
- ◆判断力は低下しない



(例)朝食に何を食べたか思い出せない
 区が実施する介護予防事業(下記参照)に参加してみましょう。
 もの忘れ相談会も実施しています(4面参照)。

認知症

- ◆もの忘れの自覚がない
- ◆体験したこと自体を忘れる
- ◆ヒントがあっても思い出せない
- ◆日常生活に支障がある
- ◆判断力が低下する



(例)朝食を食べたことを覚えていない
 かかりつけの医療機関や高齢者総合相談センター(区内14カ所)に相談してください。

ブレイン・フレイル予防に役立つ介護予防事業

●もの忘れ予防健診

【問い合わせ】 高齢者支援課 ☎03 - 5654 - 8597

区内指定医療機関で健診を行い、認知症の早期発見・支援につなげます。

令和2年4月1日時点で区内在住68～75歳の方に受診券を送付しています。健診は11月30日(月)まで実施しています。

●友遊クラブ

【問い合わせ】 シニア活動支援センター ☎03 - 5698 - 6201

指体操やレクリエーションを行い、脳の活性化を図ります。

●脳トレ学園

【問い合わせ】 シニア活動支援センター ☎03 - 5698 - 6201

簡単な計算や音読などの学習と記憶力、判断力を養うプログラムを組み合わせて行います。

●回想法教室

【問い合わせ】 シニア活動支援センター ☎03 - 5698 - 6201

テーマに沿って自分の体験を語り合い、過去の出来事に思いを巡らせることで、脳の活性化を図ります。

ひょっとして認知症かな? チェック

【問い合わせ】 高齢者支援課 ☎03 - 5654 - 8597

簡単な質問に答えて、認知症の疑いがあるか確認することができます。チェックをして、気になる点があれば医療機関を受診してください。

チェックは区ホームページ(トップ→くらしのガイド→高齢者福祉→認知症)または葛飾区総合アプリ内から利用できます。



▶家族や身近な方がチェックすることもできます。



経済・生活支援関連情報

新型コロナウイルス

休業・失業などでお困りの方はご相談ください。要件や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

個人の方

内容	問い合わせ	
生活相談がしたい	自立相談支援	
離職などにより住居を失った・失うかもしれない	住居確保給付金 家賃相当額(上限あり)を家主などに支給	
休業・失業などで減収し、生活資金を借りたい	緊急小口資金等の特例貸付 新規・延長申請の期限は9月30日(水)までです。	
税・保険料の納付相談	特別区税(特別徴収義務者を含む)	税務課 ☎03 - 5654 - 8280
	国民健康保険料、後期高齢者医療保険料	国保年金課 ☎03 - 5654 - 8213
	介護保険料	介護保険課 ☎03 - 5654 - 8249
	国税	葛飾税務署 ☎03 - 3691 - 0941
小・中学生の子どもがいて、生活が困窮している	就学援助制度 給食費や学用品費を援助(現年所得でも審査可)	葛飾年金事務所 ☎03 - 3695 - 2181
		学務課 ☎03 - 5654 - 8459

事業者の方

内容	問い合わせ
運転資金が足りない 申込期間を令和3年3月31日(水)まで延長	新型コロナウイルス対策緊急融資 本人負担利率0%・信用保証料全額補助
雇用を維持できない	雇用調整助成金
売上げが半減し、事業継続が難しい	持続化給付金 法人200万円、個人事業者100万円
地代・家賃の支払いを軽減したい	家賃支援給付金
国や都、区の支援策について知りたい	事業者支援電話相談

新型コロナウイルスに関する健康相談

帰国者・接触者電話相談センター

咳や発熱、強いだるさなどがある方はご相談ください。

葛飾区

月～金曜日(祝日を除く)午前8時30分～午後5時15分
☎03 - 3602 - 1376

東京都

月～金曜日/午後5時～翌午前9時
土・日曜日、祝日/終日
☎03 - 5320 - 4592

新型コロナウイルス感染症相談電話

上記に該当しない場合の健康相談ができます。

葛飾区

月～金曜日(祝日を除く)午前8時30分～午後5時15分
☎03 - 3602 - 1399

保健センター(7面上欄参照)でも相談ができます。

東京都

多言語による相談(日・英・中・韓)
毎日(午前9時～午後10時)
☎0570 - 550571(ナビダイヤル)

聴覚障害のある方など
FAX 03 - 5388 - 1396

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、発熱などの症状がある方は、受診する前に各医療機関へ必ず電話でご相談ください。

区の独自給付

東京都の要請に基づき営業時間を短縮している区内中小企業などの方へ

協力金5万円を追加支給します

申請方法など詳しくは決まり次第、広報かつしかや区ホームページでお知らせします。

【対象】 9月1日～15日の期間中、午前5時～午後10時に営業を短縮している、酒類の提供を行う飲食店・カラオケ店

【給付要件】

- ▶ 東京都の営業時間短縮に係る感染拡大防止協力金の交付決定を受けていること
- ▶ 感染症拡大防止対策ステッカーの交付決定を受けていること

ステッカーの交付については、区ホームページをご覧ください。

【担当課】 商工振興課 ☎03 - 3838 - 5559



▲ステッカーについて

広告 内容については広告主にお問い合わせください。

私たちの永代供養墓は永遠に
移転、合祀、合葬をしないスタイルです。

最後は土に還る

●墓じまいをお考えの方に最適です。
●後継者でお悩みの方、子供や家族に負担をかけたくない方に最適です。

生前の
宗旨・宗派は
問いません

樹木葬 ※以後費用(墓地代・永代供養料・永代管理料)の負担は一切ございません
お一人様 9.8万円より 夫婦墓 30万円より (その他、家族墓・個人墓・相墓などもございます)

お墓のことならどんなことでもお答えします。
困ったらお気軽にお電話ください。

◆美木のもり……永蔵寺/茨城県稲敷郡美浦村木原1941
◆印旛のもり……円通寺/千葉県佐倉市市来163

0120-053-083 受付時間 9:00～17:00
販売受託:有限会社 五光 千葉市中央区道場北2丁目3番14号 印旛のもり 永遠の会 検索

(7)

健康部(保健所)
 (代)☎03-3602-1222
 青戸4-15-14

青戸保健センター
 ☎03-3602-1284
 青戸4-15-14

金町保健センター
 ☎03-3607-4141
 金町4-18-19

新小岩保健センター
 ☎03-3696-3781
 西新小岩4-21-12

水元保健センター
 ☎03-3627-1911
 東水元1-7-3

インフルエンザ予防接種費用を助成します

インフルエンザの重症化を防ぐと同時に、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時期に流行した場合の医療崩壊を防ぐためにも、インフルエンザ予防接種を受けましょう。
 【担当課】 保健予防課 ☎03-3602-1238

高齢の方へ **今年度は無料です**

【対象】 区内在住で次のいずれかに該当する方
 ▶接種日時点で、65歳以上(昭和30年12月31日以前生まれ)の方
 ▶令和2年12月31日現在、60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能などの障害(身体障害者手帳1級相当)がある方

【接種期間】 10月1日(休)～令和3年1月31日(日)

【助成額】 全額助成

【申込方法】

①平成29～31年度に区の接種票で接種を受けた方、および新たに65歳になる方(昭和30年生まれの方)

9月下旬に接種票を送付しますので、申し込みは必要ありません。

②①以外の方

令和3年1月14日(休)までに次のいずれかの方法で申し込みください。

▶電話 ☎03-5944-8886

午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

▶郵送

ハガキに「インフルエンザ予防接種」・住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を書いて、保健予防課(〒125-0062青戸4-15-14健康プラザかつしか内保健予防課)に郵送。

③公害医療手帳をお持ちの方

9月下旬から接種に関する案内を送付します。

お子さんをお持ちの方へ **新しく助成が始まります**

【対象】

区内在住の生後6カ月～中学3年生のお子さん

【接種期間】

10月1日(休)～令和3年1月31日(日)

【助成額】

1回当たり1,000円

予防接種料金から助成額を差し引いた金額が自己負担額になります。

【助成回数】

▶接種日時点で、生後6カ月～12歳のお子さん

2回分助成

▶接種日時点で、13～15歳のお子さん

1回分助成

【申込方法】

区内実施医療機関に直接予約してください。接種予診票は、実施医療機関に置いてあります。実施医療機関は、区ホームページ(9月下旬掲載)をご覧ください。



10月1日(休)から

ロタウイルスワクチン予防接種が定期予防接種になります

【担当課】 保健予防課 ☎03-3602-1238

ロタウイルスワクチンの定期予防接種化に伴い、無料で接種できます。

【対象】 令和2年8月1日以降に生まれ、令和2年10月1日以降に予防接種をするお子さん

【接種方法】

生後2カ月頃に、接種予診票を発送します。予診票に同封の実施医療機関に予約の上、接種予診票を持参して接種してください。

ワクチンの接種間隔の規定改正について

異なるワクチンを接種する場合の接種間隔の規定改正があります。詳しくは、かかりつけ医にお問い合わせください。

休日応急診療 必ず事前に電話の上、マスク着用で受診してください。

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。
 車で来診される場合は、診療所の駐車場または近隣の有料駐車場をご利用ください。

◆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 ☎03-5272-0303
 東京消防庁救急相談センター(24時間対応) ☎7119または☎03-3212-2323
 本田消防署 ☎03-3694-0119/金町消防署 ☎03-3607-0119

◆平日夜間診療所(小児科)

平日夜間こどもクリニック(東金町1-22-1金町地区センター内金町休日応急診療所)
 ☎03-3627-0022 (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)

金町休日応急診療所(東金町1-22-1金町地区センター内) ☎03-3627-0022
 (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

※立石休日応急診療所は休診しています。

◆休日当番医(受付時間)午前9時～11時30分、午後1時～4時30分

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
9/20	新葛飾ロイヤルクリニック	内	堀切2-66-17	03-3697-8333
	矢作クリニック	内	新宿2-2-14	03-3607-2516
	ツルヤ外科内科クリニック	内、外	亀有3-18-1-2階	03-5876-6722
	なかむら耳鼻科小児科	耳鼻咽	柴又1-41-11-1階	03-5648-8741
	土屋クリニック	産婦	高砂8-25-1	03-3607-2203
9/21	葛飾にいじゅくクリニック	内、消内、皮	新宿6-2-15	03-3600-7060
9/21	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	03-5698-3688
9/21	茅野外科内科	内、外	西亀有2-37-3	03-3602-0357
9/21	伊藤メディカルクリニック	形外、内、麻	堀切4-57-5	03-3602-4205
9/21	佐久間医院	耳鼻咽	東新小岩1-7-10	03-3694-3811
9/21	黒木整形外科内科クリニック	整、内、外、放、リハ	細田3-29-15	03-3672-9611
9/22	ヴァンシス金町内科クリニック	内、胃	金町6-2-1-2階	03-5876-9416
	茅野外科内科	内、外	西亀有2-37-3	03-3602-0357
	やたクリニック	内、外、胃	新小岩1-18-6	03-5661-1505
	佐久間医院	耳鼻咽	東新小岩1-7-10	03-3694-3811
	小宅産婦人科医院	産婦	西水元1-29-17	03-3609-0415
9/22	黒木整形外科内科クリニック	整、内、外、放、リハ	細田3-29-15	03-3672-9611

◆休日歯科当番医(診療時間)午前9時～午後4時

月日	医療機関名	所在地	電話番号
9/20	カワダ歯科	西亀有3-38-14	03-3690-0118
	近藤歯科医院	立石5-14-1	03-3693-3265
9/21	山中歯科医院	新宿4-3-17	03-3826-1044
9/22	なかい歯科医院	立石6-20-11	03-5698-8418
	マサシ歯科医院	新宿5-21-15	03-5699-1182
9/22	大谷歯科医院	立石6-21-11	03-3691-9399

◆休日当番接骨院(開院時間)午前9時～午後5時

月日	接骨院名	所在地	電話番号
9/20	土屋整骨院	亀有4-31-18	03-3603-3229
	吉原接骨院	東新小岩5-17-14	03-3697-3260
9/21	ウオチ接骨院	東水元1-11-8	03-5660-4080
9/22	長谷部整骨院	宝町1-25-11	03-3693-2965
	有馬接骨院	東四つ木2-8-12-111	03-3696-8186
9/22	三浦接骨院	細田5-10-9	03-3673-6598

◆休日対応薬局(開局時間)午前9時～午後5時30分

月日	薬局名	所在地	電話番号
9/20	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	03-3694-0435
	さくら薬局	亀有3-18-1-1階	03-5629-3226
	水戸薬局本店	高砂5-36-7	03-3607-2562
	しろくま薬局	柴又1-41-10	03-6231-3672
9/21	秋山薬局第三支店	小菅2-20-13	03-3603-0301
9/21	秋山薬局第二支店	堀切4-58-24	03-3690-5377
9/22	なの花薬局青戸店	青戸6-17-17	03-5629-5862
	なの花薬局金町店	金町6-2-1-2階	03-3609-8301

新型コロナウイルス感染症相談 ▶咳や発熱、強いだるさなどがある方 ☎03-3602-1376 ▶一般相談 ☎03-3602-1399
 いずれも月～金曜日(祝日を除く)/午前8時30分～午後5時15分。左記以外の時間は、都の窓口(☎03-5320-4592)にご相談ください。

かわせみ フェスティバル

【日時】 9月27日(日)午前11時～午後2時(雨天決行)
【会場・問い合わせ】 水元かわせみの里
(水元公園 8 - 3)
☎03 - 3627 - 5201

【担当課】 環境課

●トンボクラフト作り

木の枝などの自然物を使ってトンボの模型を作ります(材料がなくなれば次第終了)。



●むかし遊びコーナー

ベーゴマや竹とんぼなど、昔ながらの遊びが体験できます。

●生きもの観察会

水元かわせみの里周辺をスタッフが案内します。

【時間】 午前11時から、午後1時から(各回30分程度)
各回の開始時間までに、直接会場へ。



展示コーナー

- 水元公園にすんでいる生き物
- カワセミが飛来する近隣の公園紹介
- 葛飾区生物多様性推進協議会 活動紹介パネル



9月21日(月・祝)～30日(水)

秋の全国交通安全運動

9月30日(水)は「交通事故死ゼロを目指す日」です。一人一人が交通ルールを守り、正しいマナーで交通事故を防止しましょう。

【問い合わせ】 ▶葛飾警察署 ☎03 - 3695 - 0110
▶亀有警察署 ☎03 - 3607 - 0110

【担当課】 交通政策課交通安全対策担当

●子どもを始めとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保

道路への飛び出しや道路で遊ぶことはとても危険です。保護者の方は、お子さんから目と手を放さないでください。

自転車に乗るときは、暗くなったらライトを点灯させ、反射材用品を身に着け「自分の存在をアピール」しましょう。



●高齢運転者などの安全運転の励行

高齢の方は加齢に伴う身体機能の変化を考慮し、スピードを控えたゆとりのある運転をしましょう。また、安全運転支援装置などを搭載した車両の活用をお考えください。

●夕暮れ時・夜間の交通事故防止と飲酒運転などの危険運転の防止

飲酒運転は絶対にやめましょう。運転者以外の酒類の提供者や車両の同乗者も罰せられます。自転車も飲酒運転の対象です。

●二輪車の交通事故防止

交差点を通過する時は安全確認をしっかり行い、カーブの手前では十分に速度を落としましょう。車の間のすり抜けや無理な追い越しは大変危険です。

粗大ごみの申し込みが大変混雑しています



【担当課】 清掃事務所
収集の車両や人員を増やして対応していますが、申込日から収集までに3週間程度お待ちいただいている状況です。再使用(下記不用品交換)なども検討し、処分する際は日数に余裕を持って申し込みください。

粗大ごみは、収集・持込ともに事前申込が必要です

【申込受付】

▶インターネット(毎日/24時間受け付け(年末年始、メンテナンス日を除く))

<https://sodai.tokyokankyo.or.jp/>

▶電話 ☎03 - 5296 - 4400(毎日/午前8時～午後7時(年末年始、メンテナンス日を除く))

※電話が大変混み合っています。インターネットの利用をお願いします。



▲粗大ごみ受付センター

不用品交換情報をご利用ください

区内在住・在勤の方が家庭で不用となった品物や譲ってほしい品物の情報を登録すると、区の施設や区ホームページ(トップ→暮らしのガイド→ごみ・リサイクル→ごみ減量・3Rの取り組み)で情報提供されます。希望する品物があった場合は、情報の登録者と品物の受け渡しについて直接連絡し、交渉してください。

【情報登録方法】

所定の申込書を持参か郵送、ファクスで。電子申請可。

申込書は区ホームページからも取り出せます。

【申込書配布・申し込み・担当課】

〒124 - 8555 葛飾区役所リサイクル清掃課
(区役所4階409番)

☎03 - 5654 - 8273 FAX03 - 5698 - 1534



▲区ホームページ

税・保険料などのお支払いは 便利な 口座振替で!

口座振替を利用すると払い忘れが防げます。詳しくはお問い合わせください。

【担当課】 収納対策課
☎03 - 5654 - 8186

広告 内容については広告主にお問い合わせください。

かかりつけの歯医者さん... いますか?
健康はお口から!!
むし歯、歯周病、がんなどの早期発見、早期治療のために
成人歯科健診を受けましょう!!
実施中! 12月まで! 9月1日(火)～12月25日(金)
対象者 葛飾区在住の今年度、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる方(葛飾区より受診券が送付されます)
実施場所 区内協力歯科医療機関
健診内容 歯、歯肉、口腔粘膜、顎関節の診査
健診費用 無料
歯、歯ぐき、あご
ひよつとしてがん?
詳しくはホームページで
<http://www.katsushika-da.com>
公益社団法人葛飾区歯科医師会

庭木1本からお手入れOK!
お客様へのお約束
☆土日でもOKです
☆トイレはお借りしません
☆お茶はご遠慮します
生垣剪定幅1m(高さ2m)通常2,000円が先着10名様限定1,000円(税別)
(株)ガーデンエクスプレス 営業時間9～17時
☎0120-61-4128 見積無料
葛飾堀切店 葛飾区堀切5-50 葛飾水元店 葛飾区水元1-4