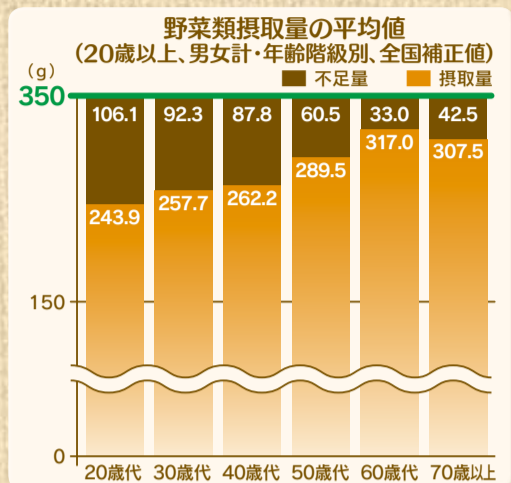


いろいろ 食べて 元気

現代の日本人は食の欧米化が進み、栄養バランスが崩れやすい食生活になっています。特に野菜の摂取量は不足していて、1日に必要な摂取目標量(350g)に達していません。中でも働き手である20～40歳代は、外食などで好きな物だけを食べる機会が多いため特に不足しています(平成24年国民健康・栄養調査報告)。
【担当課】保健所健康推進課 ☎3602-1268



1日に必要な野菜は **350g**
全国の20～40歳代の
野菜摂取量平均は **約250g**

あと**100g**
足りない…



一品だけの食事になっていませんか?

ご家庭でもできます! 栄養バランス習慣

主食(ごはん)・主菜(おかず)・副菜(野菜料理)をそろえよう!



たくさんの食材を食べよう!

葛飾区でも、毎日1回以上外食をする割合は20～40歳代で約4割となっています。毎日2回以上外食する方はそうでない方より肥満が多く見られ、エネルギーや塩分の取り過ぎや、野菜不足になりがちです(平成25年3月葛飾区保健医療実態調査報告書)。



今までの食事に、野菜料理を一皿(品)加えてもOK!

みそ汁は 臭は多め、汁は少なめに

主食はごはん・パンなど、主菜は肉・魚・卵料理など、副菜は野菜・海藻料理などをいいます。

区では、栄養バランスの良い食事をお手伝いします

かつしかの元気食堂

9月22日(月)サービス開始

「かつしかの元気食堂」認定店

- ★葛飾区役所食堂(モデル実施) 立石5-13-1 ☎3695-1111 内線3853
- ★下町カフェ あみちえ 立石3-15-4 ☎3695-0925
- ★寿美鮎 立石8-3-6 ☎3691-9968
- ★+choice(ぶらすちょいす) 青戸5-14-5-102 ☎5680-5994
- ★カフェ&レストラン みずも 青戸7-2-1 テクノプラザかつしか内 ☎5680-8616
- ★大衆割烹 のぼる 西新小岩1-8-4 ☎3696-4051
- ★味処 ひき多 西新小岩1-9-2 ☎3696-4503

「かつしかの元気食堂」に興味があり、登録したい飲食店経営者の方はお問い合わせください。【担当課】保健所健康推進課 ☎3602-1268

オープン記念キャンペーン

シールラリー開催

かつしかの元気食堂で食事するとシールがもらえるよ! シール台紙は、かつしかの元気食堂か保健所健康推進課(青戸4-15-14健康プラザかつしか内)でもらおう。シールを2店舗以上から集めよう。台紙に7枚貼ったら、お好きなかつしかの元気食堂で飲み物1杯や小鉢1品などをサービスします!

配布・交換期間

9月22日(月)～12月26日(金)

「かつしかの元気食堂」って

栄養バランスが良いメニュー・野菜たっぷりメニュー・15種類以上の食材を使ったメニュー・塩分を控える注文ができるなどのサービスを選べる飲食店です。

区では「かつしかの元気食堂」認定店を増やし、元気食堂が皆さんの身近な食堂になるようにしていきます。

かつしかの元気食堂オープンを記念して講演会と栄養相談を開催します! 詳しくは **8面** へ

障害のある方へ 手当・医療費助成の申請はお済みですか

下表に該当する方で、手当や医療費助成を受けていない方は申請できます。いずれの制度も所得制限などがあります。所得超過により、心身障害者福祉手当・重度心身障害者手当・心身障害者医療費助成制度(以下㊟)の受給資格が消滅した方は、平成25年1～12月の所得(平成26年度住民税算定基礎所得額)が基準内であれば再度申請できます。詳しくはお問い合わせください。

【担当課】 障害福祉課(区役所2階201番) ☎ 5654-8301

手当の名称	対象者		制限など (次のいずれかに該当するときは、受給できません)	手当月額
	障害程度	年齢		
特別障害者手当	著しい重度の障害があるため、日常生活で常時特別な介護が必要な方(所定の診断書などにより判定)	20歳以上	▷施設入所者 ▷入院3カ月以上の方 ▷福祉手当(経過措置)受給者 ▷原爆被爆者介護手当受給者は併給調整あり	26,000円
障害児福祉手当	重度の障害があるため、日常生活で常時介護が必要な児童(所定の診断書などにより判定)	20歳未満	▷施設入所者 ▷障害を事由とする公的年金受給者	14,140円
重度心身障害者手当	心身に重度の障害を有するため、常時、複雑な介護が必要な方(東京都心身障害者福祉センターで判定)	新規申請時 65歳未満	▷施設、国立保養所などに入所している方 ▷入院3カ月以上の方	60,000円
心身障害者福祉手当	A 身体障害者手帳 1・2級 愛の手帳 1～3度 脳性まひ 進行性筋萎縮症	新規申請時 20歳以上 65歳未満	▷施設入所者 ▷難病患者福祉手当受給者	15,500円
	B 身体障害者手帳 3級 愛の手帳 4度 戦傷病者手帳 特～3項症	新規申請時 65歳未満	▷施設入所者 ▷児童育成手当(障害手当)、難病患者福祉手当受給者	7,750円
	外出支援分 身体障害者手帳 ▷下肢・体幹・移動機能障害 1～3級 ▷視覚障害 1・2級 ▷内部障害 1級 ▷下肢障害が4級以上で上肢・内部・平衡機能障害のいずれかが3級以上 愛の手帳 1・2度	手帳取得時 65歳未満	▷施設入所者	2,500円

制度の名称	対象者	内容
心身障害者医療費助成制度 (㊟)	次の全てに該当する方 ▷健康保険に加入している64歳までの方 ▷身体障害者手帳1・2級の方(内部障害を含む場合は1～3級の方)か愛の手帳1・2度の方 生活保護受給中の方、中国残留邦人等支援給付受給中の方、規則で定める施設に入所している方は除きます。	㊟受給者証を医療機関の窓口に表示することにより、保険診療の自己負担分の医療費の全額または一部を助成します。都外の医療機関で㊟受給者証が使用できない場合は、障害福祉課で医療費助成の申請ができます。

65歳以上の方でも、転入した方など対象となる場合もありますので、お問い合わせください。

現在㊟受給者証をお持ちの方へ **9月は㊟受給者証の更新月です**

有効期間が平成26年9月1日～27年8月31日までの㊟受給者証を、8月21日(休)ごろにお送りします。所得制限により対象外となる方には、その旨通知します。新しい受給者証が8月中に届かない場合はお問い合わせください。

非常勤職員募集

詳しくはお問い合わせください。

職種・勤務内容	募集人数	対象	勤務期間	勤務日時	報酬など	申込方法	選考日・選考方法	申し込み・担当課
教育心理専門相談員 教育相談、いじめ・不登校の未然防止、発達検査などアセスメントの実施。	4人	次のいずれかに該当する方 ▷学校心理士、臨床発達心理士、臨床心理士などの資格を有する方 ▷大学院、研究機関において、幼児・児童・生徒の教育相談、臨床心理に関する研究・実践の経験を有する方(WISC-IVなどの心理検査ができることが望ましい)	9月上旬～平成27年3月31日(更新可)	週2～4日 午前9時～午後5時15分(月に1～2回土曜日勤務あり)	▷週2日勤務 月額109,200円 ▷週3日勤務 月額163,800円 ▷週4日勤務 月額218,300円 交通費・有給休暇あり。健康保険・厚生年金・雇用保険加入(勤務日数により変更あり)。	市販の履歴書(「教育心理専門相談員希望」と記入)、作文「教育心理専門相談員の役割について」400字程度、応募資格を証する書類の写し、返信用封筒(82円切手貼付、宛先記入)を、8月15日(金)(必着)までに持参か郵送。	書類選考の上、8月22日(金)(予定)に面接	〒125-0053 鎌倉2-12-1 総合教育センター ☎5668-7602
看護師 発達に課題のある児童の療育補助	1人	看護師の資格を有し、幼児の発達支援や健康管理に対する専門的見識および能力を有する方	9月1日～平成27年3月31日	週4日 午前8時45分～午後5時15分	月額202,900円 交通費・有給休暇あり。健康保険・厚生年金・雇用保険加入。	市販の履歴書、応募資格を証する書類の写し、返信用封筒(82円切手貼付、宛先記入)を、8月15日(金)(必着)までに郵送。	書類選考の上、面接・筆記選考(選考日は後日お知らせします)	〒124-0006 堀切3-34-1 ウェルピアかつしか内 障害者施設課 ☎5698-1324

空間放射線量の定点測定結果

【測定日】 7月25日(金)

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	0.08
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	0.07
木根川中央公園	東四つ木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
【測定箇所の土質】 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)
【問い合わせ】 環境課 ☎ 5654-8236

広告 内容については広告主にお問い合わせください

リフォームなんでも相談会

8/9(土)～11(日) 8/15(土)～17(日)

住友不動産 開催時間10:00～16:00 入場無料・ご予約不要

西新小岩の家

葛飾区 西新小岩4丁目41-6

週末リフォーム相談会

毎週金、土、日開催中

住友不動産 開催時間10:00～16:00 入場無料・ご予約不要

立石の家

葛飾区立石5丁目23-3 (葛飾区役所そば)

新築そっくりさん 夏のそっくり博

8/16(土)・17(日)

住友不動産 開催時間10:00～17:00 入場無料・ご予約不要

かつしかシンフォニーヒルズ

葛飾区立石6丁目33-1 (お車でどうぞ)

～本館2階ギャラリー1～

【完全定価制】の新築そっくりさん!! (追加料金無し) ※お客様の要望による工事内容の変更がない場合に限ります。

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

葛飾区で創業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

空間放射線量測定器の貸し出し(予約不要)・持ち込み食品等の放射性物質検査(要予約 ☎ 5654-8579)を行っています。

詳しくは区ホームページをご覧ください。【担当課】 放射線対策担当課 ☎ 5654-8588

お知らせ

子ども・子育て会議を傍聴できます

平成27年度から5年間を計画期間とする「(仮称)葛飾区子ども・子育て支援事業計画」について審議します。これまでに開催した会議の資料は、区ホームページでご覧になれます。

【日時】
8月18日(月)午後2～4時

【会場】
健康プラザかつしか
(青戸4-15-14)

【定員】 15人

【保育】
満1歳～就学前のお子さん5人

【申込方法】
電話で8月11日(月)まで(多数抽選)。

【申し込み・担当課】
制度改革担当課
☎(5654)8593



広島・長崎原爆死没者へ黙とうのお願い

原爆死没者の冥福を祈り、世界の恒久平和の実現を祈念するため、原爆が投下された時刻にそれぞれ1分間の黙とうをお願いします。

【日時】
▽広島市
8月6日(水)午前8時15分
▽長崎市
8月9日(土)午前11時2分

【担当課】 総務課

高齢の方・障害のある方へ申請した月の分から紙おむつなどを支給または補助します

紙おむつの支給
申請後に郵送するパンフレットからご希望のおむつなどを選んで注文してください。

高齢の方
次の全てに該当する方
▽65歳以上で常時失禁状態にあり、要介護度2以上の方
▽本人および同居する世帯員全員の住民税が非課税の方
障害のある方
区内在住3～64歳で常時失禁状態などにあり、次のいずれかに該当する方
▽身体障害者手帳1・2級か愛の手帳1・2度をお持ちの方
▽脳性まひか進行性筋萎縮症の方
手続きの際、身体障害者手帳か愛の手帳・印鑑をお持ちください。本人(20歳未満の方は扶養義務者)の所得制限などがあります。

おむつ使用料の一部を補助します

紙おむつの支給対象の方で、入院などにより区が支給する紙おむつが使用できない方が対象です。

高齢の方は要介護度によって補助額が異なります。8月はおむつ使用料の請求月です

現在、おむつ使用料の補助を受けている方は、8月20日(水)までに請求してください。対象者には請求書を

送付します。

【請求に必要な物】
▽領収書(4～7月分のおむつ使用料の金額、本人の氏名および品名などが書いてある物)
▽本人名義の口座番号が分かる物
▽印鑑

【申請・請求方法】
所定の申請書・請求書を窓口か郵送で提出してください。

詳しくはお問い合わせください。

【申請書配布・申し込み・担当課】
〒124-8555葛飾区役所(区役所2階201番)
高齢者支援課
☎(5654)8259
障害福祉課
☎(5654)8301

外出が困難な方へ出張美容サービスをご利用ください

申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

【対象】
区内在住の満65歳以上で介護保険サービスを利用していない方 40人程度

【持ち物】 介護保険証

【申込方法】 8月6日(水)午前9時から、電話かファクス(「サポーター」・住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で(先着順)。

【申し込み】
葛飾区社会福祉協議会かつしかボランティアセンター(ウエルピアかつしか内)
☎(5698)2511
FAX(5698)2512

【担当課】 高齢者支援課

介護支援サポーター
介護保険施設で、話し相手やレクリエーションの手伝い、掃除などの軽作業を行います。活動時間に応じてポイントを受け取り、ポイントは年度末に交付金(年間最大5千円)と交換できます。

サポーターに参加する方は、制度説明会・基礎研修会への参加が必要です。

【日時】
9月17日(水)午前10時～正午

【会場】
水元ふれあいの家(水元1-26-20)

【対象】
区内在住の満65歳以上で介護保険サービスを利用していない方 40人程度

【持ち物】 介護保険証

【申込方法】 8月6日(水)午前9時から、電話かファクス(「サポーター」・住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で(先着順)。

【申し込み】
葛飾区社会福祉協議会かつしかボランティアセンター(ウエルピアかつしか内)
☎(5698)2511
FAX(5698)2512

【担当課】 高齢者支援課

65歳以上の元気な方へ介護支援サポーターを募集します

介護保険施設で、話し相手やレクリエーションの手伝い、掃除などの軽作業を行います。活動時間に応じてポイントを受け取り、ポイントは年度末に交付金(年間最大5千円)と交換できます。

サポーターに参加する方は、制度説明会・基礎研修会への参加が必要です。

【日時】
9月17日(水)午前10時～正午

【会場】
水元ふれあいの家(水元1-26-20)

【対象】
区内在住の満65歳以上で介護保険サービスを利用していない方 40人程度

【持ち物】 介護保険証

【申込方法】 8月6日(水)午前9時から、電話かファクス(「サポーター」・住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で(先着順)。

【申し込み】
葛飾区社会福祉協議会かつしかボランティアセンター(ウエルピアかつしか内)
☎(5698)2511
FAX(5698)2512

【担当課】 高齢者支援課

在宅高齢者の搬送システム事業を開始しました

近年、高齢の方が増加し、在宅療養生活を送る方が増えています。

区では、葛飾区医師会と協働し、区民の皆さんが安心して在宅療養生活を送れるよう「かつしか在宅医療サポーター搬送入院システム」を開始しました。この事業は、在宅療養中に、東京消防庁の救急車を呼ぶまでの程度ではないが、医療機関での治療などを必要とする場合に、区内の2カ所の病院が所有する救急車で区内の収容協力医療機関(16病院と4有床診療所)に無料で搬送するものです。

かかりつけ医と収容協力医療機関の医師などが連携し、在宅療養をしている方やご家族の意思を尊重した、適切な医療を提供できるように取り組めます。

事業を利用できる方
次の全てに該当する方
▽区内在住で、葛飾区医師会に本事業の利用を登録している「かかりつけ医」がいる方
▽訪問診療や訪問看護などを受けて在宅療養をしている方か、かかりつけ医が利用を認めた方
▽かかりつけ医から病気について十分な説明を受けている方
▽本事業の利用登録同意書を提出している方
事業の利用を希望するには、かかりつけ医にご相談ください。

かかりつけ医がいない場合は、葛飾区医師会事務局 ☎(3691)8536 にお問い合わせください。

【担当課】
保健所地域保健課
☎(3602)1231

災害時における緊急輸送業務に関する協定を締結しました

区は、災害発生時に、傷病者などの緊急輸送業務に関する協定を、イムス葛飾ハートセンター(堀切3-30-1)、第一病院(東金町4-2-10)、平成立石病院(立石5-1-9)と締結しました。

区では、災害時に迅速かつ適切な治療を行うため、傷病者の搬送方法が課題となつていきます。この協定の締結により、寝台などの対応が必要となる重症者の搬送について、この

官公署だより
白澤卓二先生の「免疫力を高める暮らし」アンチエイジングの基本

【日時】10月10日(金)14時30分～16時(会場)江戸東京博物館(墨田区横網1-4-1)

【対象】都内在住の方450人(申し込み往復ハガキかインターネットで8月31日(日)まで(多数抽選。同時に2人まで申し込み可)【申し込み・問い合わせ】(公財)東京税務協会 〒164-0001 中野区中野4-6-15 (http://www.zelkyo.or.jp) ☎(3622)8)7994

大井競馬場イベント
ばんえい競馬・十勝物産展
およそ1トンの「ばん馬」が子どもたちの綱引き対決

おわびと訂正
7月25日号1面の「葛飾区立図書館マップ」にある地区図書館の金曜日の開館時間に誤りがありました。正 午前10時～午後8時 誤 午前9時～午後8時
おわびと訂正
【担当課】 中央図書館
☎(3607)9201

臨時福祉給付金、子育て世帯臨時特例給付金を装った「振り込め詐欺」にご注意ください。
【問い合わせ】 葛飾区給付金コールセンター ☎0120-627-200 【担当課】 臨時福祉給付金室・子育て支援課児童手当係

広告 内容については広告主にお問い合わせください

サービス付き高齢者向け住宅
訪問看護・訪問介護・通所介護併設
コンフォートフォレスト 新柴又
葛飾区柴又5-8-13
北総線「新柴又駅」より徒歩2分

東京都医療・介護連携型モデル事業
協力医療機関(鈴木医院)の全面協力により
介護・医療の両面をバックアップ

内覧 随時受付中
03-5612-1771

平成26年8月8日 入居開始
月額利用料 ¥155,000～
家賃 ¥65,000～ 共益費 ¥15,000～
食費 ¥45,000 生活支援費 ¥30,000～

入居一時金・礼金・更新料なし

Confort (株)コンフォート 中央区東日本橋2-16-4 NSビル6F

「災害時における緊急輸送業務に関する協定」を締結しました

区は、災害発生時に、傷病者などの緊急輸送業務に関する協定を、イムス葛飾ハートセンター(堀切3-30-1)、第一病院(東金町4-2-10)、平成立石病院(立石5-1-9)と締結しました。

区では、災害時に迅速かつ適切な治療を行うため、傷病者の搬送方法が課題となつていきます。この協定の締結により、寝台などの対応が必要となる重症者の搬送について、この

適切な医療を提供できるように取り組めます。

事業を利用できる方
次の全てに該当する方
▽区内在住で、葛飾区医師会に本事業の利用を登録している「かかりつけ医」がいる方
▽訪問診療や訪問看護などを受けて在宅療養をしている方か、かかりつけ医が利用を認めた方
▽かかりつけ医から病気について十分な説明を受けている方
▽本事業の利用登録同意書を提出している方
事業の利用を希望するには、かかりつけ医にご相談ください。

かかりつけ医がいない場合は、葛飾区医師会事務局 ☎(3691)8536 にお問い合わせください。

【担当課】
保健所地域保健課
☎(3602)1231

おわびと訂正
7月25日号1面の「葛飾区立図書館マップ」にある地区図書館の金曜日の開館時間に誤りがありました。正 午前10時～午後8時 誤 午前9時～午後8時
おわびと訂正
【担当課】 中央図書館
☎(3607)9201

平成27年4月に区立小・中学校へ入学する お子さんと保護者の皆さんへ

【担当課】 学務課 (区役所 4階428番)
▷学校選択制について ☎5654-8457
▷就学時健康診断について ☎5654-8462

入学準備のために

冊子「小学校案内」・「中学校案内」

8月末に対象の家庭に配布します。各学校の教育活動や特色、学校公開などの行事予定、中学生の標準服などを掲載しています。9月上旬から、区ホームページでもご覧になれます。

学校公開・入学説明会

開催日などは「学校案内」をご覧ください。各学校へお問い合わせください。「葛飾教育の日」(原則、毎月第2土曜日の午前)の授業も地域に公開しています。

各学校のホームページ

学校の特色や学校生活の様子が分かります。区ホームページ(トップ→施設案内→教育施設)からご覧になれます。

学校選択制

入学する学校を選べます

指定された通学区域校だけでなく、保護者やお子さんが入学したい学校を選ぶことができます。

原則として徒歩で通学可能な範囲で選んでください。車での送迎や自転車通学は認めていません。

【対象】

区内在住で平成27年4月に小・中学校に入学するお子さん

小学校を選ぶとき

指定された通学区域と、その隣接する通学区域の学校、小中一貫教育校から選べます(隣接する通学区域校は、小学校案内・希望調査票で確認できます)。

中学校を選ぶとき

区内全ての区立中学校(24校)から選ぶことができます。

小中一貫教育校については区ホームページをご覧ください。



手続き

10月上旬に希望調査票を郵送します。記入して学務課まで持参か郵送してください。

【提出期限】 10月20日(月)

葛飾区立小学校に通学しているお子さんは学校から配布しますので、記入して学校へ提出してください。

手続きをしない場合は、指定された通学区域校に入学することになります。区立の学校へ入学を希望しない方も必ず希望調査票を提出してください。

各学校の受け入れ可能人数を超えた場合は、通学区域外からの希望者を対象に公開抽選を実施します。

就学時健康診断について

【対象】 新小学1年生

10月上旬に郵送する就学時健康診断通知書に記載の通学区域校で受診してください(学校選択制の希望校と異なる場合があります)。

保護者の方へ

学校を選ぶのは、新小学・中学1年生の入学時に一度だけです

入学後は理由なく学校を変更することはできないため、学校公開などを通して実際に学校の様子に触れ、家庭でよく相談して選択してください。

学校の部活動は、諸事情により休・廃部する場合があります。部活動を選択理由とする場合は、事前に学校に問い合わせるなど詳しく調べることが大切です。

選択した学校の教育方針をご理解いただき、学校行事などにご協力をお願いします。

外国籍のお子さんをもつ保護者の方へ

外国籍のお子さんが、新入学生として区立小・中学校に入学するには手続きが必要です(葛飾区立の小学校に在籍中で、平成27年4月に新小学1年生になるお子さんを除く)。

お子さんの在留カードか特別永住者証明書を持って、9月26日(金)までに学務課へお越しください。

東日本大震災で被災し、住民票を異動しないで葛飾区に居住している方へ

平成27年度から葛飾区立小・中学校への就学を希望される場合は、手続きが必要です。学務課までお問い合わせください【☎5654-8457】。

郷土と天文の博物館 イベント

いずれも【会場・担当課】郷土と天文の博物館(白鳥3-25-1) ☎3838-1101

特別展「街歩きアーカイブPart2」は9月15日(月・祝)まで開催
特別展記念イベント
紙で楽しむかつしかのまち

区内在住の漫画家、かつしかけいたさんが描いたかつしかのまちの風景のぬり絵とペーパークラフト作り(飛び出す絵)をします。

【日時】8月16日(土)
午前11時～午後4時。直接会場へ。

【対象】小・中学生100人(先着順)
【講師】葛飾探検団
【費用】大人100円



夏休みの自由研究特別教室 かつしかの歴史を学ぼう



区内の遺跡から出土した埴輪などの出土品を展示します。葛飾の古代や戦国時代の歴史を学んでみませんか。

葛飾考古学クラブの会員が葛飾の歴史を解説します。

【日時】8月17日(日)
午前11時～午後4時。直接会場へ。
【費用】大人100円、小・中学生50円

知りたい! 教えて! 夏休み 税金教室

【担当課】 税務課

クイズや映像で楽しみながら税金について学ぶイベントです。夏休みの自由研究や税の作文の事前学習にご利用ください。

【日時】 8月22日(金)
▷小学生対象 午前10時～11時30分
▷中学生対象 午後1時30分～3時
【会場】 葛飾税務署(立石8-31-6)
【対象】 小・中学生 各回30人程度(保護者の見学可)

【申込方法】 電話で8月19日(木)まで(先着順)。
【申し込み・問い合わせ】 葛飾租税教育推進協議会事務局(葛飾税務署内) ☎3691-0941



▲ピンクのステッカーが目印

赤ちゃんの駅が増えました

子育て支援課

就学援助費
1学期分を振り込みます
【振込予定日】
8月15日(金)
支給金額・費目などは、学年や認定区分・申請月によって変わります。結果通知に同封の支給額一覧表をご覧ください。
26年度就学援助費をまだ申請していない方で、希望される方は申請してください。
【担当課】 学務課
☎(5654)8457

そとさく教室

美術の専門家が教えます。区内左表の通り会▽水元学び交流館(南水元2-13)▽柴又学び交流館(柴又5-33-8)直接会場へ(先着順)。対小学生各回36人
担生涯学習課 ☎(5654)8476

児童扶養手当を受給している方へ

4〜7月分を支給します。個別の通知はしません。

【振込予定日】
8月8日(金)

【担当課】
子育て支援課

☎(5654)8298

水元会場	柴又会場	内容
8/16(土)	8/23(土)	落ちたら大変ビー玉転がしゲーム
10/11(土)	9/27(土)	プラスチック・針金などでつくる昆虫作り
11/1(土)		ファッション自動車を作ろう
	11/22(土)	クリスマス飾り

いずれも午前9時～正午

第2回かつしか文学賞作品集を区政情報コーナー(区役所3階304番)・かつしかシンフォニーヒルズ(立石6-33-1)・

区内契約書店などで好評発売中です(1冊1,000円)。【担当課】文化国際課 ☎5670-2259

凡例

- 日 日 時
- 保 保 育
- 会 会 場
- 対 対 象
- 定 定 員
- 申 申 込 先
- 申 申 込 先
- 内 内 容
- 師 師 講 師
- 費 費 用
- 持 持 ち 物
- 担 担 当 課

電話番号の表記のない記事に関するお問い合わせは、はなしようぶコールへ。



はなしようぶコール ☎(6758)2222
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
午前8時～午後8時 年中無休 FAX(6758)2223

凡例

- 日時
- 会場
- 対象
- 申込方法
- 定員
- 申込先
- 講師
- 費用
- 持ち物
- 担当課



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)。

(全○回)とある講座は、全ての日程に参加してください。費用の記載がない事業は無料です。多数抽選の記載がある事業は、定員を超えた場合抽選します。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。



ごみ集積所のルール

守って安全・快適な暮らし

区内には約23,000カ所の資源・ごみ集積所があります。それぞれの集積所を気持ちよく利用できるよう、ご協力をお願いいたします。
【担当課】 清掃事務所

収集曜日の朝、8時までにごみ出しを！

ごみの収集は午前8時から行っています。

ごみの収集日は地域によって種類が異なりますので、資源とごみの収集カレンダーや転入時に配布している資源・ごみ収集曜日一覧表、区ホームページなどを確認してください(資源・ごみは年末年始を除き、月～土・祝日も収集しています)。



△収集作業の様子



夜間に出されたごみは猫などによる散乱被害だけでなく、放火犯罪につながる恐れがあります。

集積所をきれい・安全に保つためにも、資源・ごみをきちんと分別した上でお出しください。また、収集後のごみ出しはご遠慮ください。

<ごみが散乱した集積所

ご利用ください！防鳥ネット・資源回収用具

カラスや猫などによる資源・ごみの散乱防止や集積所美化のため、2棟以上でお使いの集積所に、防鳥ネットや資源回収コンテナなどの用具を無料でお渡しします。

お渡しした用具は集積所をご利用の皆さんで設置・管理をお願いします。

〈用具の種類〉

防鳥ネット	資源回収用具			
	ネット		コンテナ	
	ペットボトル(青)	食品トレイ(緑)	缶(青)	瓶(黄)

- ・集積所の規模により、ネットのサイズ・コンテナの個数が異なります。
- ・個人や集積所以外での利用、事業者専用での利用の場合は貸し出しできません。

〈使用上の注意〉

- ▶用具は通行などに支障がないように、収集が終わり次第、速やかに片付けましょう。
- ▶用具は清潔に保ち、破損などに注意してください。
- ▶ネットを電柱・ガードレールなどの公共物に縛り付けて使用するのはやめましょう。

【申込先】

清掃事務所 (立石5-13-1 区役所敷地内) ☎ 3693-6113

事業者の皆さんへ

事業系のごみは自己処理することが義務付けられています。民間の許可業者へ処理を依頼してください。

1回の排出量が90リットルを超えない事業系のごみは、事業所名を明記した区発行の事業系有料ごみ処理券を貼付することで、集積所に出すこともできます。

事業系有料ごみ処理券は、10・20・45・70リットルがあります。



△事業系有料ごみ処理券

引火性のあるごみの分別にご協力を！

スプレー缶・カセットボンベ・使い捨てライターなどは必ず使い切り、中身の見える袋に入れて、別のごみと分けて燃やさないごみの日に出してください。

中身を完全に使い切らないまま出すと、清掃車や処理施設での火災発生の原因となります。

中身を使い切れないうちは、缶やボンベに表示されているメーカー、販売元、製造元までお問い合わせください。

花火やマッチなどは、必ず使い終わってから、燃やすごみの日に出してください。未使用の花火やマッチなどの処分は、専門業者に依頼してください。

詳しくは清掃事務所へお問い合わせください。



△車両火災発生の様子



△燃えた車両から見つかったライターやガス缶

注意！

次のような場合は、収集ができません！

- ▶分別されていない
- ▶事業系ごみで1回の排出量が90リットルを超えている
- ▶事業系ごみで有料処理券が未貼付・不足している
- ▶家庭のごみで1回の排出量が45リットル袋3袋を超えている
- ▶テレビ・粗大ごみなど

収集できないごみは、理由を記したシールを貼付してお知らせします。正しい方法でごみを出しましょう！

資源・ごみに関する相談は、清掃事務所へ ☎ 3693-6113

日時	内容
8/30(土)	午前10時～正午 男はつらいよ 寅次郎夕焼け小焼け
	午後1時～2時45分 釣りバカ日誌 3
	午後3～5時 男はつらいよ 寅次郎の休日

直接会場へ。先着順。

6/15(土) ☎ (3690) 7/6(土) ☎ (3690) 7/6(土) ☎ (3690) 7/6(土) ☎ (3690)

お花茶屋図書館 一日映画会

催し

1 担公園課

夜に活動する生き物を観察



自然学習講座 ナイトウォッチング

講座・講演会

昭和の葛飾を何う会

(堀切・南綾瀬地区)

堀切・南綾瀬地区の昭和に関する記憶をお聴かせください。昔の暮らしや街の様子など、どのような事でも結構です。伺ったお話は、現在作成中の葛飾区史の資料として活用します。

日時	対象	会場
8/24(日)	午前10時～正午 堀切地区の様子をお話くださる方	堀切地区センター (堀切3-8-5)
	午後2～4時 南綾瀬地区の様子をお話くださる方	南綾瀬地区センター (堀切7-8-22)

昭和の写真展 葛飾の風景

堀切・南綾瀬地区の懐かしい風景の写真などを展示します。

【日時】 8月9日(土)～21日(木)午前9時～午後9時 (16日(土)は午後5～9時)
【会場】 堀切地区センター (堀切3-8-5)

いずれも

直接会場へ。【担当課】 総務課 ☎ 5654-8444

すぐ聞く！すぐ行く！すぐ対応！ 皆さんからの相談に迅速に対応します。

すぐやる課 ☎ 5654-8448 月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時

高次脳機能障害 講演会

交通事故や脳卒中などの後に起こり得る高次脳機能障害について、脳の仕組みや症状、支援のポイントを学びます。

8月30日(土)午後3時30分～5時 区内在住・在勤の方80人 師渡邊修氏(東京慈恵会医科大学附属第三病院リハビリテーション科医師) 電話予約・住所・氏名・電話番号を記入して、8月22日(金)必着まで多数抽選。

申込地域活動支援センター(堀切3-34-1ウエルピアかつしか内) ☎(5698) 1336 FAX(5698) 1337

年金講座

区民大学単位認定講座。社会保険労務士が、年金について解説し、疑問にお答えします。個別に年金相談も行います。

9月13日(土)午前10時～午後0時30分 柴又学び交流館 柴又5-33-8 区内在住・在勤・在学の方40人 往復ハガキに「年金講座」住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、9月2日(火)必着まで(多数抽選)。

個別相談希望の方は、基礎年金番号が分かる書類(年金手帳など)と本人確認書類(保険証など)を併せて、東京都社会保険労務士会葛飾支部 ☎124-8555 葛飾区役所生涯学習課

伝統工芸 ベトナムアクセサリー作り講座

全3回

区民大学単位認定講座。9月11日・18日・25日の(木)午後2～4時 ウィメンズパル(立石5-27-1) 20人 師 山川金作氏(葛飾区認定伝統工芸士) 費 3,000円 往復ハガキに「ベトナム」希望品目(ペンダント・ネックレス・ブローチから1品か、またはイヤリング・ピアス・茶しやく・耳かきから2品)・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、8月25日(月)必着まで(多数抽選)。

申込 ☎124-8555 葛飾区役所生涯学習課

星の講演会 月のサイエンス



区民大学単位認定講座。月に関する最新の研究について、分かりやすく解説します。

9月6日(土)午後7時～8時30分 165人 師 杉田精司氏(東京大学教授) 費 2,000円 往復ハガキに「星の講演会9月」、参加者全員の住所・氏名・電話番号を書いて、8月22日(金)必着まで(多数抽選)。

申込 ☎125-0063 白鳥3-25-1 郷土と天文の博物館

区民文化祭参加者募集

日頃の活動の成果を発表しませんか

【担当課】生涯学習課

種目	日時・会場	内容・対象	費用	申込方法	申し込み
短歌大会	10/12(日) 午後1時～4時30分 亀有地区センター(亀有3-26-1イトーヨーカドー駅前店7階)	・講話 ・詠草に対する講評 講師/島崎榮一氏(鮎短歌会)	1,000円	封書に「自由題」の未発表作品1首(200字詰め原稿用紙使用)と1,000円の定額小為替を同封し、住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、8月31日(日)必着まで。	〒125-0042 金町4-4-12 葛飾短歌会事務局 村田泰代 ☎3607-0636
写真	10/4(土)～10/9(木) 午前10時～午後6時(4日は正午から、9日は午後5時30分まで) かつしかシンフォニーヒルズ(立石6-33-1)	題材は自由 単写の未発表作品で額に収めたもの(四つ切り～半切り) 1人3点以内 ご自身で作品の搬入・搬出を行ってください。	1点につき500円	封書に返信用封筒(82円切手貼付、宛先記入)を同封の上、8月15日(金)必着までに応募票を請求し、所定事項を書いて、8月30日(土)必着まで。	〒125-0062 青戸7-7-1 関谷 安弘 ☎3603-4688

暮らしを彩るパソコン教室 9月分

区内下表の通り区内在住・在勤・在学の方各コース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) 新柴又教室とウィンドウズ8.1体験コースはノートパソコン、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、8月15日(金)必着まで(多数抽選。申し込み少数のコースは中止の場合あり)。

コース名	会場	新柴又教室(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)
初めてのパソコン全4回	01	9/5～26(金)午前	9/3～24(水)午前	9/2～23(火)午前	9/4～25(木)午前	4,600円
初めてのiPad全4回	02	9/2(火)・4(木)午前 9/9(火)・11(木)午前	9/21(日)午前・午後 9/28(日)午前・午後	42	82	4,600円
インターネット入門全4回 ※	03	9/6～27(土)午前	9/5～26(金)午前	9/3～24(水)午前	9/5～26(金)午前	5,400円
ワード入門全4回 ※	04	9/7～28(日)午前	9/6～27(土)午前	9/5～26(金)午前	9/1～22(月)午前	5,400円
エクセル入門全4回 ※	05	9/3～24(水)午前	9/6～27(土)午後	9/4～25(木)午前	9/2～23(火)午前	5,400円
思い出アルバム作り全2回 ※	06	9/17・24(水)午後	9/4・11(木)午前	9/1・8(月)午前	9/3・10(水)午前	3,400円
新聞作りチャレンジ全2回 ※	07	9/19・26(金)午後	9/2・9(火)午前	9/22・29(月)午前	9/17・24(水)午前	3,400円
ウィンドウズ8.1体験 ※	08	9/18(木)午前	9/2(火)午後	9/15(月)祝午前	9/29(月)午前	1,600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/ウィンドウズ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 9月分

区内下表の通り区内在住55歳以上の方往復ハガキに希望番号(1会場につき1コース)・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、8月22日(金)必着まで(多数抽選)。

番号	コース	日程	費用(教材費込み)	定員(人)	時間・会場・申し込み
A※	パソコンでフォトブックを作ろう	9/1～22(月)	4,000円	各4	【時間】午前9時30分～11時30分(B・D・E・Gは午後1時30分～3時30分) 【会場・申し込み】〒124-0012 立石6-38-11 シニア活動支援センター内 シニアIT・活動情報サロン ☎3692-3180
B	楽しいぞ!始めてみようiPad	9/1～22(月)	4,000円		
C※	簡単!文書や明細表作成	9/2～23(火)	4,500円		
D※	パソコンプラザ(ワード入門講座の復習)	9/2・9(火)	2,000円		
E※	パソコンプラザ(エクセル入門講座の復習)	9/16・23(火)	2,000円	各3	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】〒125-0032 水元4-6-15 水元憩い交流館 ☎5660-3113
F※	使おう!楽しいインターネット検索	9/3～24(水)	4,500円		
G※	簡単!ダイアリーの作成	9/3～24(水)	4,500円		
H	やればできる初めてのパソコン	9/4～25(木)	5,100円		
い	始めよう、こんなに楽しいiPad	9/2・9・16・30(火)	4,000円	各3	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場】たつみ憩い交流館(西新小岩2-1-4) 【申し込み】〒124-0012 立石3-30-18 NPO法人ユニコムかつしか ☎6905-8080
ろ	ウィンドウズ8.1の基本操作と文字入力	9/3・10(水)	2,000円		
は※	楽しいインターネット検索(料理・旅行等)	9/17・24(水)	4,000円		
に※	パソコンプラザ(ワード入門講座の復習)	9/4・11(木)	2,000円		
ほ※	パソコンプラザ(エクセル入門講座の復習)	9/18・25(木)	2,000円	各3	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】〒124-0006 堀切1-23-6 堀切憩い交流館 ☎3691-9691 NPO法人キッツ ☎090-8743-5830 講習終了後、無料個別指導受講可
へ※	楽しい画像入り文書作成(ワード)	9/5～26(金)	4,500円		
301※	趣味のパソコン(ネットを楽しむ)	9/1～22(月)	5,400円		
302※	オフィス2013入門(エクセル編)	9/2～23(火)	5,400円		
303	初めてのパソコンウィンドウズ8.1	9/4～25(木)	4,600円	各3	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】〒124-0006 堀切1-23-6 堀切憩い交流館 ☎3691-9691 NPO法人キッツ ☎090-8743-5830 講習終了後、無料個別指導受講可
304※	オフィス2013入門(ワード編)	9/5～26(金)	5,400円		
1	ステップ・アップ(インターネットの活用方法・集計表等作成、画像処理、セキュリティ)	9/2・9・16・30(火)	4,000円		
2	パソコン入門・基礎(電源ON・OFF、パソコンの仕組み、インターネットの利用方法、文字入力基礎、挨拶状作成)	9/3～24(水)	3,000円		
3		9/4～18(木)	3,000円	各3	
4		9/5～19(金)			

使用ソフト/ウィンドウズ8.1 ※のコースはローマ字入力ができる方を対象としています。

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

凡例

- 日時 他会場 対象 定員 内容
- 備考 他会場 申込方法 申込先
- お問い合わせ先 費用 持ち物
- 担当課

電話番号の表記のない記事に関するお問い合わせは、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

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。

身体障害のある方へ
地域活動支援センターの
講座の利用者を募集します

身体障害のある方へ
地域活動支援センターの
講座の利用者を募集します
13日、11月3日は除く
区内在住で身体障害者手帳
をお持ちの18〜69歳の方4
人(費用1200円)往復ハガキ
に「身体パソコン」住所・
氏名・生年月日・電話番号
を書いて、8月25日(必着)
まで(新規申し込みの方
優先・多数抽選)
会場まで来られる方
100円(陶芸は3千円別
途必要)
希望コース番号・住所・氏
名・生年月日・電話番号を
書いて、8月21日(必着)
まで(多数抽選・1枚で複
数講座申し込み可。同一講
座は1コースのみ)
申込
〒124-0006 堀切3-34-1ウ
エルピアかつしか内地域活
動支援センター

シニア活き活き教室
都立農産高校生との交流

シニア活き活き教室
都立農産高校生との交流
高校生と一緒にイチゴジ
ヤムを作ります。
8月26日(火)午後2〜4時
会費有学級交流館(お花茶
屋3-5-6) 対区内在住
55歳以上の方10人(費用800
円)
申込
Mホームページ(http://
www.katushika-active.
com)か往復ハガキに「ジヤ
ム作り」住所・氏名(フリ
ガナ)・年齢・電話番号を
書いて、8月15日(必着)
まで(多数抽選)
申込
〒125-0002 青戸5-33-110
3 葛飾アクティブ・COM
(5680)2964
シ
ニア活動支援センター

Table with 5 columns: Course No., Date/Time, Content, Instructor, Capacity. Includes activities like Tai Chi, Calligraphy, Music, and Pottery.

身体障害のある方へ
初級パソコン講習会
全7回

身体障害のある方へ
初級パソコン講習会
全7回
キーボード操作や文字入
力を学びます。
9月22日〜11月17日(月)
午前10時〜11時30分(10月)

健康・介護予防
精神保健ケア相談会

健康・介護予防
精神保健ケア相談会
精神障害、精神疾患に関
する療養法やリハビリ、就
労復帰、生活支援などの相
談をお受けします。
毎月第2土曜日午後2〜
4時。直接会場へ。
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

食生活改善のために
野菜ソムリエに学ぶ

食生活改善のために
野菜ソムリエに学ぶ
野菜の美味しい食べ方や、
野菜を食事に取り入れる工
夫を学び、実際に調理しま
す。
9月5日(金)午前10時〜午
後0時30分
申込
〒145-0002 青戸5-33-110
3 葛飾アクティブ・COM
(5680)2964
シ
ニア活動支援センター

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回
高校生と一緒に回想法で
語り合います。
9月8日・29日、10月6
日・20日(月)午後1時30分
〜3時
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

健康大学
めざせ!健康の達人
全5回

健康大学
めざせ!健康の達人
全5回
区民大学単位認定講座。
グループでの体験学習を
通じて、実生活に役立つ知
識を学びます。
9月9日(火)午後1時30分
〜3時30分
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

初心者リンパ体操
全4回

初心者リンパ体操
全4回
リンパの流れをよくする
体操で、免疫力を高めまし
ょう。
8月16日(土)午後2〜4時

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回
高校生と一緒に回想法で
語り合います。
9月8日・29日、10月6
日・20日(月)午後1時30分
〜3時
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

介護予防教室
一人暮らしのお昼ごはん

介護予防教室
一人暮らしのお昼ごはん
お昼ごはんを作って、一
緒に食事を楽しみましょう。
9月1日(月)午前11時〜午
後2時
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

医療情報セミナー
乳がんの最新線

医療情報セミナー
乳がんの最新線
乳がんの診断から最新の
治療についてお話ししま
す。
8月16日(土)午後2〜4時

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回
高校生と一緒に回想法で
語り合います。
9月8日・29日、10月6
日・20日(月)午後1時30分
〜3時
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

健康大学
めざせ!健康の達人
全5回

健康大学
めざせ!健康の達人
全5回
区民大学単位認定講座。
グループでの体験学習を
通じて、実生活に役立つ知
識を学びます。
9月9日(火)午後1時30分
〜3時30分
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

初心者リンパ体操
全4回

初心者リンパ体操
全4回
リンパの流れをよくする
体操で、免疫力を高めまし
ょう。
8月16日(土)午後2〜4時

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回
高校生と一緒に回想法で
語り合います。
9月8日・29日、10月6
日・20日(月)午後1時30分
〜3時
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

健康大学
めざせ!健康の達人
全5回

健康大学
めざせ!健康の達人
全5回
区民大学単位認定講座。
グループでの体験学習を
通じて、実生活に役立つ知
識を学びます。
9月9日(火)午後1時30分
〜3時30分
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

初心者リンパ体操
全4回

初心者リンパ体操
全4回
リンパの流れをよくする
体操で、免疫力を高めまし
ょう。
8月16日(土)午後2〜4時

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回
高校生と一緒に回想法で
語り合います。
9月8日・29日、10月6
日・20日(月)午後1時30分
〜3時
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

健康大学
めざせ!健康の達人
全5回

健康大学
めざせ!健康の達人
全5回
区民大学単位認定講座。
グループでの体験学習を
通じて、実生活に役立つ知
識を学びます。
9月9日(火)午後1時30分
〜3時30分
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

初心者リンパ体操
全4回

初心者リンパ体操
全4回
リンパの流れをよくする
体操で、免疫力を高めまし
ょう。
8月16日(土)午後2〜4時

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回

都立葛飾総合高校生
と回想法のついで
全4回
高校生と一緒に回想法で
語り合います。
9月8日・29日、10月6
日・20日(月)午後1時30分
〜3時
申込
〒124-0001 小菅2-19-21 小菅保健センター

休日応急診療

休日応急診療案内
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
◆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
◆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
◆休日当番医(診療時間)午前9時〜午後5時
月日 医療機関名 診療科目 所在地 電話番号
8/10 南郷外科・整形外科医院 整 堀切3-17-13 3691-1613
梶原医院 内、小 宝町2-23-3 3691-1025
新小岩北口診療所 外、整、内、胃 西新小岩1-8-4 5670-2826
◆休日当番医(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
8/10 コジ歯科 歯科 お花茶屋2-5-16 3601-7051
しのはら歯科 歯科 東立石2-8-14 3694-1355
◆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
8/10 高木整骨院 整骨院 亀有2-20-11 3602-4505
有馬接骨院 接骨院 東四つ木2-8-12-111 3696-8186
◆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
8/10 おおうら薬局第一支店 立石7-6-1 3694-0435
フレンド薬局 西新小岩1-8-5 5670-9311
◆休日当番接骨院(開院時間)午前9時〜午後5時



かつしかの元気食堂 オープニング企画

【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
☎3602-1268

オープン記念講演会 あのタニタ食堂の秘密を聞いてみませんか

【日時】 9月20日(土) 午後1～3時
【会場】 東京聖栄大学(西新小岩1-4-6)
駐車場はありません。

【対象】 区内在住・在勤の方200人
【内容・講師】
▷「暮らしと健康パートナー『かつしかの元気食堂』」田所忠弘(東京聖栄大学健康栄養学部管理栄養学科教授)

▷「タニタの社員食堂健康セミナー 500kcalのまんぷく定食のコツ」株式会社タニタヘルスリンク管理栄養士

【申込方法】 往復ハガキに「元気食堂講演会」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別を書いて、8月20日(水)(消印有効)まで(1人1枚・多数抽選)。電子申請可。



元気食堂メニューイメージ

必ず返信先を記入してください

栄養相談コース 元気食堂でウエイトコントロール 全5回

健康のために何とか体重を減らしたい方に最適。東京聖栄大学の教員からアドバイスを受けて、5カ月間のウエイトコントロールに挑戦してみませんか。

日 時	会 場
9月20日(土) 午前11時45分～午後4時	東京聖栄大学(西新小岩1-4-6)
10月23日(木) 午前10時か午前10時45分から1時間程度	区役所食堂(立石5-13-1)
11月20日(木)	
12月18日(木)	
平成27年1月22日(木)	東京聖栄大学

区役所食堂会場では「元気がでるメニュー」を食べていただきます。各回参加後にアンケートに答えていただきます。

【対象】 区内在住でBMI(※)の値が25以上で食事や運動制限のない方10人

※BMI計算方法 BMI(体格指数) = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

【費用】 無料(昼食代は自己負担)

【申込方法】 往復ハガキに「ウエイトコントロール」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号・BMI・応募動機を書いて、8月20日(水)(消印有効)まで(1人1枚・多数選考)。電子申請可。

必ず返信先を記入してください

8月は「道路ふれあい月間」です

道路は皆さんの大切な公共財産です。
誰もが安心して利用できる道路にしましょう。

道路上に物を置いたままにすることは、法律で禁止されています!

道路上に商品や看板を置くことはできません。

商品や置き看板などで歩道がふさがれ、歩行者は危険な道を歩くことになり、特に、車椅子や目に障害のある方にとっては、とても危険です。



のぼり旗を道路上に置いたり、ガードパイプに取り付けることはできません。

歩行者の通行の妨げとなるばかりでなく、自転車・オートバイなどの視界をさえぎり、衝突などの交通事故の原因となります。

区では、パトロールなどにより、区が管理している道路上にある商品や置き看板などを自主的に撤去していただくようお願いしています。

安全で人に優しい道路にするため、皆さんのご協力をお願いします。

【担当課】 道路管理課 ☎5654-8381

そで看板・日よけを設置する場合は 道路の占有許可と占有料が必要です

道路は災害時における避難通路となりますので、道路の機能を妨げない範囲内で設置しましょう。

設置基準

そで看板

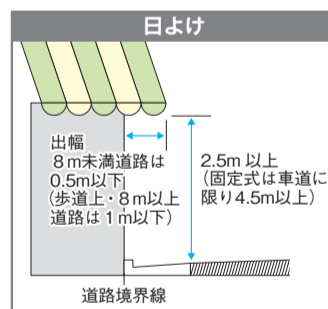
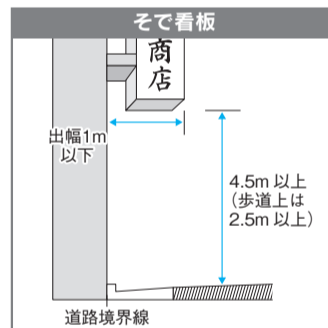
- ▷路面から看板の下端が歩道では2.5m以上、車道では4.5m以上です
- ▷道路境界線からの出幅は、1m以下です。(壁面看板は出幅は0.3m以下)

日よけ

- ▷路面から日よけの下端が2.5m以上です。(固定して取り付けた日よけは車道では4.5m以上)
- ▷歩道上または8m以上の道路では、道路境界線からの出幅は1m以下、8m未満の道路では0.5m以下です。

この基準に合致していないものは、改築の際、改善または撤去してください。

【担当課】 道路管理課 ☎5654-8379



消費生活情報

くらしのまど

扇風機を安全に使用するポイント

夏真っ盛り。省エネや節電のために扇風機を使うご家庭も多いのではないのでしょうか。扇風機は、不注意から思わぬ事故を招く恐れがあります。扇風機を安全に使用するために注意すべきポイントを紹介いたします。

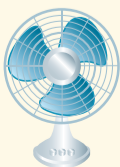
【担当課】 消費生活センター(立石5-27-1)ウイメンズパル内 ☎(5606)2311

幼いお子さんのいるご家庭では扇風機カバーを取り付けていても過信は禁物です!

幼児がカバーと扇風機の隙間から指を入れてしまい、回転中のファンと接触して負傷した事例があります。カバーのたるみやゴムの緩みがないか、確認してから使い、大人が扇風機から離れたときは必ず電源を切りましょう。

古い扇風機を使い続けていると危険です! 長期間使い続けることで部品が劣化し、漏電して火災が発生することがあります。NITEE(独立行政法人製品評価技術基盤機構)では、製造から30年を超えた扇風機を使用しないよう呼び掛けています。また、古い扇風機では電源が入っていないにもかかわらず、ファンが回らないことがあります。そのため、スイッチが切れている状態と勘違いして放置してしまうと、出火に至る恐れがあります。使用していないときは、必ず電源プラグをコンセントから抜くようにしましょう。

平成21年4月1日以降に製造された扇風機には「長期使用製品安全表示制度」が適用され、次の項目の記載が義務付けられています。
▽製造年月
▽設計上の標準使用期間
設計上の標準使用期間を超えて使うと、経年劣化による発火や、けがなどの事故に至る恐れがあります。異常な音や振動、臭いなどの変化に注意し、このような不具合が現れたら使用を中止しましょう。



長期使用の扇風機について
注意喚起を行っている主な製造事業者・問い合わせ先
消費者庁ホームページ
http://www.caa.go.jp/safety/pdf/140704kouhyou_3.pdf (ペーシ内の「6. 特記事項」を参照)

土曜日の消費生活電話相談

8月9日(土)
午前9時～午後4時30分
消費生活センター
☎(5606)2311