



## 東京2020 オリンピック・パラリンピックの 競技を体験し、魅力を伝えよう!

### 子ども広報とは...

区内在住の小学生が「子ども広報員」として地域社会の様子や課題などを取材・体験し「広報かつしか」の紙面を作成するものです。



左から【上段】市川瑞穂さん(小学4年生)、對馬光太郎さん(小学4年生)、横井颯良さん(小学6年生)、米澤綾乃さん(小学6年生)、廣瀬重さん(小学4年生)、高橋紗弓さん(小学5年生)【下段】遠藤翼さん(小学5年生)、平田暁士さん(小学6年生)、中森雄大さん(小学6年生)、西別府啓亮さん(小学5年生)、中森瑛士さん(小学4年生)

今年度は、子ども広報員がオリンピック・パラリンピック競技である、スポーツクライミングとボッチャを実際に体験し、競技の魅力を考えました。【担当課】 広報課 ☎03-5654-8116



### スポーツ クライミング



講師は  
東京2020オリンピック  
で銅メダルを獲得した  
野口啓代さん!

私たちが体感した競技の魅力を  
6・7面でお伝えします!

### ボッチャ



講師は2008年  
北京パラリンピックに  
出場した海沼理佐さん!





# 新型コロナワクチンのお知らせ

(3月16日時点での情報です)

## 3回目接種の集団接種(モデルナ)は直近の日程も予約できます

現在、4月8日(金)までの集団接種の予約枠をご案内しています。

予約サイトまたは葛飾区新型コロナワクチンコールセンターで予約してください。3回目接種は、2回目接種日の6カ月経過後から可能です。



区ホームページに予約空き情報を掲載しています

## これから1・2回目接種を希望する方へ

### 12歳以上の方

毎月、1・2回目接種の方向けの集団接種を実施しています。

予約サイトまたは葛飾区新型コロナワクチンコールセンターで予約してください。

#### 4月の実施予定(1・2回目セットの予約)

##### ●モデルナを使用

【対象】 12歳以上の方

【日程】 ▷ 1回目/4月23日(土)

▷ 2回目/5月21日(土)

【会場】 健康プラザかつしか(青戸4-15-14)

##### ●ファイザーを使用

【対象】 12～29歳の方

【日程】 ▷ 1回目/4月23日(土)・24日(日)

▷ 2回目/5月14日(土)・15日(日)

【会場】 葛飾区医師会館(立石5-15-12)

### 5～11歳の方

対象の方には、接種券(予診票)を発送しました。これから5歳になる方には順次発送します。

予約方法など、詳しくは接種券に同封の実施医療機関等一覧をご確認ください。

### 問い合わせ

葛飾区  
 新型コロナワクチンコールセンター

☎03-6625-7453

(毎日/午前9時～午後6時)

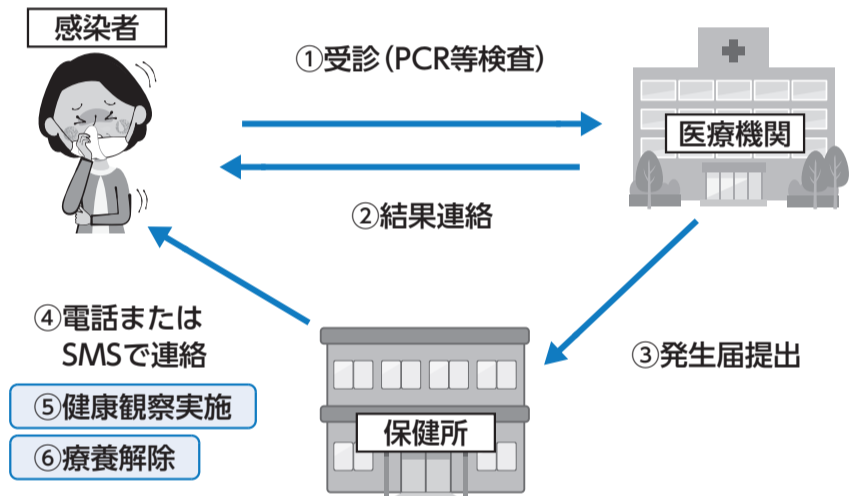
FAX03-4531-8196

(聴覚障害のある方など)

## 新型コロナウイルス感染症関連情報 ～自宅療養について～

自宅療養の方に安心して過ごしてもらえるよう、あらかじめ知っておいていただきたいことをまとめました。

### 感染から自宅療養・療養解除までの流れ



### 自宅療養する際に気をつけること

- ・療養期間中は外出を控える
- ・毎日、健康状態を確認する。血中の酸素飽和度(SpO<sub>2</sub>)を測定するパルスオキシメーターで、重症化の兆候を早期に発見できます
- ・症状が悪化した場合はすぐに保健所や、自宅療養者フォローアップセンター、かかりつけ医などに相談してください

※自宅療養者フォローアップセンターの連絡先は保健所から連絡します。

### 自宅療養者と同居している方

- ・同居している方も毎日、健康観察をする
- ・療養者とは部屋を分けて過ごす
- ・看病は限られた人です
- ・療養者も同居者もマスクを着用する
- ・小まめに手を洗い、換気、共用部を消毒する
- ・タオルや衣類は共用を避け、汚れたものは洗濯する
- ・ごみは密閉して捨てる



### 49歳以下で軽症・無症状の方

自身で健康観察

自宅療養サポートセンター(うちさぼ東京)では、困りごと相談や配食サービス・パルスオキシメーターの申し込みができます。  
 (☎0120-670-440)

### 5 健康観察実施

### 50～64歳の方

自宅療養者フォローアップセンターが健康観察

自宅療養者フォローアップセンターでは、健康観察や体調相談を実施しています。

### 65歳以上または基礎疾患のある方

自宅療養者フォローアップセンター、または保健所が健康観察

※65歳未満の無症状または軽症の方で、宿泊療養を希望される場合は、東京都宿泊療養申込窓口(☎03-5320-5997(毎日/午前9時～午後4時))へ申し込んでください。

保健所からの連絡はありません。療養期間の基準(下記参照)で判断してください。

自宅療養者フォローアップセンターから連絡

自宅療養者フォローアップセンター、または保健所から連絡

### 6 療養解除

#### 【療養期間の基準】

- ▶症状がある方  
 発症日を0日として10日間経過し、かつ症状が軽快してから72時間経過したとき
- ▶症状が出ていない方  
 陽性が確定したPCR等検査日を0日として7日間経過したとき

詳しくは、新型コロナウイルス感染症自宅療養者向けハンドブックをご覧ください。



4月1日(金)午前9時から!

## 電子雑誌閲覧サービスが始まります

お持ちの端末で「葛飾区立図書館電子書籍サービス」にログインするだけで約100誌の電子雑誌が閲覧できます。

利用方法など、詳しくは図書館ホームページをご覧ください。

### 【対象】

区内在住・在勤・在学中、葛飾区立図書館の利用登録がある方

### 【担当課】

中央図書館 ☎03-3607-9201



かつしか 図書館

検索

広告 内容については広告主にお問い合わせください。

## 東京都行政書士会葛飾支部会員

官公庁への代理申請・契約書の代理作成は、行政書士にご相談下さい。

宋民子(亀有1・26・2)	松崎基城(南水元1・8・17・40)	田中雄一郎(東新小岩4・2)	植原ひとみ(水元1・7・4・20)	鈴木恵子(堀切2・48・18)	川原美穂子(亀有2・58・1・210)	富井禎文(亀有1・10・11)	古谷武志(奥戸7・15・19)	外国人在留・帰化、相続・遺言、介護事業、入札参加、民事・商事
5680-6930	5699-1955	5654-9746	3609-4675	6319-5527	6314-5333	6336-6964	3692-0778	

(3)

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。

お知らせ

令和4年度 行政評価委員会委員を募集します

区が実施した事業について、取組内容や成果を区民視点で評価します。

【活動日程】 6月下旬～8月に6回、令和5年2～3月に1回(全7回。月～金曜日の日中2時間程度)

【会場】 原則、葛飾区役所(オンラインによる参加も可)

【対象】 区内在住18歳以上の方6人(報酬1回あたり) 6千円

【選考方法】 書類選考・面接(4月中旬～下旬)

【申込方法】 論文「区の魅力を高めるために、区がすべきこと」(800字程度・様式自由)と、住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いた紙を、4月8日(金)(必着)までに持参か郵送。電子申請可。

【申し込み・担当課】 〒124-8555葛飾区役所政策企画課(区役所6階608番) ☎03(5654)8143

【登記測量無料相談会】 土地・建物の調査、測量、境界問題、不動産の表示登記などの相談に土地家屋調査士が無料で応じます。

【日時】 4月1日(金) 午前10時～午後4時

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

直接会場へ。 【会場】 区役所2階区民ホール

【問い合わせ】 東京土地家屋調査士会葛飾支部(塚本) ☎03(3690)0116

【担当課】 すぐやる課

生涯学習援助制度 講師を招いて学習会を開きませんか

団体やサークルが学習会を開くときの講師謝礼を補助します(スポーツ・レクリエーション・娯楽を除く。ボランティア活動を目的とする場合は可)。

詳しくは、募集案内または区ホームページをご覧ください。

【対象】 次の全てに該当する団体

▽区内で活動する5人以上の自主的団体

▽区内在住・在勤・在学の方が半数以上いる

▽公共団体などから学習活動に関わる補助金を受けていない

▽営利・宗教・政治を目的としない

【補助内容・補助限度額】 講師謝礼額は区の基準により決定します。

月までに学習会を1回開催(3万円)

【募集案内・申請書配布場所】 生涯学習課、学び交流館、地区センター

【申請方法】 所定の申請書に団体の会則・会員名簿を添えて、4月1日(金)午前8時30分から持参か郵送(連続学習会コースは先着10団体)。

【申請・担当課】 〒124-8555葛飾区役所生涯学習課(区役所4階430番) ☎03(5654)8476

【区民借上保養施設】 利用は区内在住の方に限ります。詳しくは、区ホームページまたは施設利用案内をご覧ください。

【6月分ハガキ受付】 4月1日(金)～8日(金)に申込専用ハガキで(消印有効・1グループ1枚)。

1人利用の場合、ハガキ受付でのお申し込みはできません。空室受付をご利用ください(ただし、利用できる日に制限があります)。

【施設を利用できない日】 6月2日(木) 大滝ホテル

6月14日(火) ホテル一宮シーサイドオースカ

6月20日(月)～29日(水) 【5月分空室受付】 4月1日(金)は午前9時から電話のみ。4月2日(土)・3日(日)は午前11時から電話のみ。

4月4日(月)から利用日の前日までは、午前8時30分から電話か窓口で(土・日曜日、祝日は電話のみ)。

【申込専用ハガキ・施設利用案内配布場所】 区役所内旅行コーナー(区役所内郵便局上)、区政情報コーナー(区役所3階304番)、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、地区センター、学び交流館、図書館

区内に生息する飼い主のいない猫(申請前に手術した猫を除く)

【補助限度額(1匹当たり)】 ヲス 5千円

△メス 1万円 (補助対象は手術費用のみ)

【申請期間】 4月1日(金)～令和5年2月28日(火)

【申請方法】 個人申請 所定の申請書を持参か郵送。

個人申請は年間5匹まで補助します。

初めて申請する方は、印鑑(区内在勤・在学の方はそれが分かる物)をお持ちの上、窓口へお越しください。

△団体申請 申請前に、窓口で団体登録を行う必要があります。

団体責任者の印鑑と振込口座の写しをお持ちください。申請書は窓口で配布している他、区ホームページからも取り出せます。

【申請書配布・担当課】 〒125-002青戸4-15-14健康プラザかつしか内生活衛生課 ☎03(3602)1242

【縦覧期間】 3月31日(木) 4月1日(金)～4月14日(木)

【縦覧場所】 都市計画課(区役所3階302番) 土・日曜日は夜間・休日

助成条件など詳しくは募集要項をご覧ください。

【意見書の提出】 意見書は、本再開発事業に関係のある土地もしくはその土地に定着する物件について権利を有する方、または参加組合員が提出できます。

意見書(様式自由)に「東金町一丁目西地区第一種市街地再開発事業」・意見・住所・氏名・電話番号を書いて、4月28日(木)(消印有効)までに持参か郵送。

【意見書の提出先】 〒163-8001新宿区西新宿2-8-1東京都都市整備局再開発課(都庁第二本庁舎11階)

【担当課】 金町街づくり担当課 ☎03(5654)8346

【葛飾区アートイベント助成を実施します】 区内で開催されるアートイベントにかかる費用の一部を補助します。

【対象】 次の全てに該当する団体

▽活動拠点が区内にある

▽5人以上で構成され、過半数が区内在住・在勤・在学である

▽営利・宗教・政治を目的としない

【対象事業】 令和4年度中に実施・終了し、葛飾区の特徴を生かすなど、区が定める助成条件に該当する事業

【助成額】 助成対象経費の2分の1または助成対象経費の合計から他の助成金および収入を差し引いた額(上限50万円)

【区内左表のとおり対区内で創業をめざす方、創業から間もない方20人他協力(一社)東京都中小企業診断士協会城東支部(3月28日)午前9時から電子申請で(先着順)。

【担産業経済課】 ☎03(3838)5556

【日時】 4月23日(土) 午後2～4時

【会場】 新宿地区センター(新宿4-1-10)

【対象】 認知症の心配がある区内在住の方、またはその家族3組

【申込方法】 電話で4月8日(金)午後5時まで(多数の場合、相談内容により決定)。

【申し込み】 高齢者総合相談センター(新宿) ☎03(3826)8726

【担当課】 高齢者支援課

【日時】 4月25日(月)午前10時～午後3時

【会場】 かつしかエコライブラザ(立石1-9-1)

【対象】 区内在住・在勤・在学16歳以上の方12人(費千円)往復ハガキに「布ぞうり」・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、4月8日(金)(必着)まで(多数抽選)。

【申し込み】 〒124-8555葛飾区役所リサイクル清掃課 ☎03(5654)8273

Table with 2 columns: 日程, 内容. Rows include: 4/24(日) 経営の基礎知識、経営者マインド; 5/1(日) 成功する事業の考え方、つくり方; 5/15(日) 財務会計の基礎、資金調達; 5/22(日) 人材活用、ビジネスモデルの構築; 5/29(日) 事業計画の発表

いずれも午前9時30分～午後0時30分。



布ぞうり教室 古布を使って作ります。

演奏する楽器が異なるメンバーと、音を正確に合わせながら一つの音楽を作り上げていく吹奏楽。美しく、迫力ある演奏は聴く人を魅了します。

そんな吹奏楽の演奏を、1年を通して区内のホールやイベント会場などで聴かせてくれるのが葛飾吹奏楽団ジュニアバンドです。母体の葛飾吹奏楽団に「小中学生でも楽団に参加したい」との声が多く寄せられたことから、葛飾吹奏楽団設立30周年を迎えた平成17年に、小学3年生～中学生で構成される「葛飾吹奏楽団ジュニアバンド」が結成されました。現在は約20人が在籍し、毎週日曜日に総合教育センターで活動しています。また、定期演奏会「ハートフルコンサート」や区が開催する「子どもまつり」など、年間を通してさまざまな場所で演奏を披露しています。吹奏楽コンクール東京都予選には一般の部(大人の部)で参加しており、令和3年度は銀賞を受賞しました。

活動に興味のある方は、葛飾吹奏楽団ホームページ(<http://kassui.tokyo.jp>)をご覧ください。



葛飾吹奏楽団

葛飾吹奏楽団ジュニアバンド

**協働のまち葛飾**

地域の皆さん・事業者・区が「地域をより住みやすく、より良いまちにしよう」と考えて協力する「協働」の取り組みが、区内に広がっています。

【担当課】 政策企画課協働推進担当

☎03(5654)8177

葛飾を伝える隊

区ホームページやフェイスブック、ツイッターで発信している区の出来事の一部を紹介します。

南奥戸小で縄づくり体験授業



2月19日、南奥戸小学校で縄づくり体験授業が行われ、児童たちは授業を通して「大しめ縄神事」について学びました。約8mにもなるしめ縄をわらから作り鳥居に架ける、奥戸天祖神社の行事「大しめ縄神事」は、区の無形民俗文化財に登録されています。

市民消火隊感謝状贈呈式



2月20日、市民消火隊として長年地域の防災活動に尽力された皆さんと、令和3年12月の住宅火災で迅速な初期消火を行った四つ木町会市民消火隊の皆さんに感謝状を贈呈しました。市民消火隊は、防災市民組織の消火隊として地域の防災行動力向上のために活動しています。

東水元小と新潟県五泉市立橋田小の児童がリモートで交流



両校は、能代川サケ・マス増殖組合からサケの受精卵をもらい、水槽で飼育して稚魚まで育ててきました。2月22日、児童たちはリモート(ビデオ通話)で交流し、サケを育てた経験を通して学んだ事をお互いに発表しました。練習の成果を発揮し、上手に発表できました。

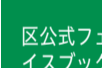
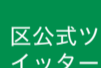
立石安心フェア



3月5日、京成立石駅周辺で防災イベント「立石安心フェア」が開催されました。東日本大震災の被災地(宮城県石巻市雄勝町)支援イベントや、地域防災クイズ、ラップライブなど、さまざまな催しが行われました。コロナ対策をしながらの開催でしたが、当日は盛り上がりを見せました。

ツイートランキング (2月16日～3月15日)

- 1位 南葛SCの選手による絵本の読み聞かせ
- 2位 南葛SCキックオフカンファレンス
- 3位 Jアラート全国一斉試験放送を実施



こんなときは

国民健康保険の届け出が必要です



国民健康保険に加入するときや、やめるときなどは、事由が発生した日から14日以内に国保年金課または区民事務所へ必ず届け出をしてください。【届け出・担当課】 国保年金課(区役所3階315番) ☎03-5654-8210

	届け出をするとき	届け出に必要な物
加入するとき	葛飾区に転入し、引き続き国保に加入するとき	必要な物はありません。転入の届け出の際に、加入を申し出てください。 ※外国籍の方で在留資格が「特定活動」の場合は「指定書」が必要です。
	職場の健康保険をやめたときや、扶養家族でなくなったとき	職場の健康保険をやめた日付を証明できる物(資格喪失証明書・退職証明書・離職票など)、扶養でなくなった日付を証明できる物(被扶養者資格喪失証明書など)
	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書または保護停止決定通知書
	国保加入者に子どもが生まれたとき	必要な物はありません。出生届を提出の際に、加入を申し出てください。
	職場の健康保険に加入していない外国籍の方が住民基本台帳に登録されたとき	パスポート、在留カード、特別永住者証明書など ※在留資格が「特定活動」の場合は「指定書」が必要です。
やめるとき	葛飾区外へ転出するとき	葛飾区の国民健康保険証
	職場の健康保険に加入したときや、扶養家族になったとき ※職場から区役所への連絡はありません。ご自身でやめる届け出が必要です。	葛飾区の国民健康保険証と、職場の健康保険に加入した日付(扶養認定された日付)を証明できる物(職場の健康保険証・資格取得証明書など)
	生活保護を受けるようになったとき	葛飾区の国民健康保険証と、保護開始決定通知書・保護変更決定通知書・保護受給証明書のいずれか
	国保加入者が死亡したとき	亡くなられた方の葛飾区の国民健康保険証 ※世帯主が亡くなられた場合は世帯員全員の国民健康保険証
その他	区内で住所・氏名・世帯主が変わったとき	葛飾区の国民健康保険証

- ▶ 同一世帯でない方の加入や変更の届け出には、委任状が必要です。
- ▶ 世帯主と異動する世帯員のマイナンバーを確認できる物(マイナンバー(個人番号)カード・通知カード・マイナンバーが記載された住民票の写しのいずれか)と、届出者の顔写真付きの本人確認書類(マイナンバー(個人番号)カード・運転免許証・パスポートなど)をお持ちください。高齢受給者証をお持ちの方(70～74歳までの方は、あわせてお持ちください)。
- ▶ 国民健康保険証は簡易書留郵便で送付します。即日交付を希望する場合は、本人確認書類を必ずお持ちください。
- ▶ 世帯主が葛飾区の国民健康保険以外の健康保険に加入しているときは、その保険の種類と扶養に入れられない理由をお尋ねします。
- ▶ 保険料のお支払いは、年金から天引きされる方を除いて、口座振替でのお支払いをお願いします。国民健康保険に加入する届け出の際は、キャッシュカード、または通帳および金融機関届出印をお持ちください。



## 寅さん記念館 山田洋次ミュージアム リニューアルオープン!

4月9日(土) 午前9時

寅さん記念館と山田洋次ミュージアムが新たな魅力を詰め込んで生まれ変わります。 【担当課】 観光課

**所在地** 柴又6-22-19

**開館時間** 午前9時～午後5時(最終入館午後4時30分)

**休館日** 第3火曜日(祝日の場合は直後の平日)

**入館料** 500円(中学生以下300円)

前売り・団体・シルバーなどの割引の他、山本亭とのセット券もあります。詳しくはお問い合わせください。



▲寅さん記念館ホームページ

**問い合わせ** ☎03-3657-3455

## リニューアルのポイント

寅さん記念館のプロローグでは洋画家の藪野健氏が描く絵画を投影し、映画『男はつらいよ』の世界へ誘います。



▲映像演出



▲松竹大船撮影所のジオラマ

山田洋次ミュージアムでは山田洋次監督の創作の原点である松竹大船撮影所のジオラマを設置

館内の展示物を使った謎解きゲームが常設に!子どもから大人、作品に詳しい方から初めての方まで楽しめます。(別途有料)



※画像はイメージです

## リニューアルオープン 記念イベント

4月9日  
から開催

### ■ 入館記念ノベルティ配布

無くなり次第終了!

- ▶リニューアルオープン記念デザインのオリジナルスタンプ(先着2,000人)
- ▶寅さん記念館プロローグ(藪野健氏の絵画)のポストカード(先着10,000人)



©松竹/高井ぶる

### ■ 常設謎解きオープン記念キャンペーン

無くなり次第終了!

謎解きゲーム参加者は、オリジナルグッズが当たるガチャガチャができます(先着1,000人)。

### ■ TORAsan cafeでのイベント

リニューアルオープン記念のスイーツメニューを販売します。

**開催期間** 5月8日(日)まで



葛飾柴又寅さん記念館/山田洋次ミュージアム©松竹株式会社

## 住民税非課税世帯等に対する 臨時特別給付金の申請を 受け付けています

申請は  
お早めに

【担当課】 福祉管理課

支給要件など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

### 【住民税均等割非課税世帯】

世帯員全員の住民税均等割が非課税の世帯のうち、給付金の支給対象となる可能性がある世帯へ案内を送付しました。支給要件を確認し、支給対象となる世帯の方は、お早めに同封の確認書を返送してください。

確認書を破損・紛失した場合や、支給要件に該当する世帯で案内が届いていない場合は、コールセンターへお問い合わせください。

### 【家計急変世帯】

新型コロナウイルス感染症の影響により令和3年1月以降の収入が減少し、住民税均等割非課税水準相当額以下となった世帯は、給付金の支給対象となる可能性があります。申請書類は、コールセンターへ請求するか区ホームページから取り出し、必要書類を同封の上、郵送してください。

### 【注意事項】

住民税均等割非課税世帯向けの給付金と家計急変世帯向けの給付金を重複して受給することはできません。

### 【問い合わせ】

葛飾区非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター

☎03-6837-8506

(月～金曜日(祝日を除く)/午前8時30分～午後5時)



▲区ホームページ

## 新型コロナウイルス感染症 生活困窮者自立支援金 コールセンターの 電話番号が変わります

【担当課】 福祉管理課

新型コロナウイルス感染症の影響で、総合支援資金(特例貸付)の再貸付などを活用してもなお生活困窮が続いている世帯に対し、就労による自立を促すため、また、それが困難な場合は生活保護の受給へ円滑に移行するため、新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金を支給しています。

対象など詳しくは、区ホームページをご覧ください。

### 4月1日(金)から、コールセンターの 電話番号が変わります かけ間違いにはご注意ください



▲区ホームページ

●葛飾区新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金コールセンター

【3月31日(木)まで】

☎03-4564-3340(月～金曜日/午前8時30分～午後5時)

4月1日(金)から

☎03-6838-9149 (月～金曜日/午前8時30分～午後5時)

# 私たちが考えたそれぞれの競技の魅力をお届けします！



## スポーツクライミング



### スポーツクライミングってどんな競技？

東京2020大会で初めて採用された競技です。人工壁に設置されたホールドと呼ばれる突起を持ちながら、自身の体1つで登ります。スピード・ボルダリング・リードの3種類の種目があり、東京2020大会では「コンバインド」という1人の選手が3種目行う複合種目が採用され、各種目の順位を掛け算して数字の小さい選手が上位になります。



#### ボルダリング

高さ5m以下に設定された複数の課題を登り、制限時間内にいくつ登りきれたか(完登数)を競う。



#### リード

高さ12m以上の壁に設定された課題を、ロープで安全を確認しながらどこまで高く登れたかを競う。



#### スピード

高さ15mの壁に設定された同一コースを2人同時に登り、速さを競う。世界記録は男子で5秒台、女子で6秒台。



### 講師は野口啓代さん！



**プロフィール**  
茨城県出身。小学5年生の時、家族旅行先のグアムでフリークライミングに出会う。クライミングを始めて1年で全日本ユースを制覇。2008年日本人初のボルダリングワールドカップ優勝。その後、国内外数々の大会で輝かしい成績を残し、ワールドカップ年間総合優勝を4度獲得、ワールドカップ通算21勝を数え「クライミング界の女王」と呼ばれる。葛飾区で事前キャンプを実施した東京2020大会で銅メダルを獲得し引退。現在は、自身の経験をもとにクライミングの普及に尽力している。

### 野口さんが魅せてくれました！



野口さん  
かっこいい！

銅メダル  
すごいな～



### 実際に体験したよ！

野口さんから丁寧な  
指導を受けたよ



難しい課題  
にも挑戦！

ゴールまで  
行けると  
達成感！



真剣な表情…

### スポーツクライミングを体験したい方は…

**東金町運動場スポーツクライミングセンター**  
(東金町8-31-1)

東京23区初のスピード・ボルダリング・リードの3種目の設備がある施設です。初めての方でも、スタッフが基本的なルールや登り方を教えます。毎月体験会も行っています！詳しくは施設のホームページをご覧ください。



### 東京2020大会記念銘板を設置しました！

【担当課】政策企画課 ☎03-5654-8154  
東京2020大会のマスコットなどを活用した記念銘板です。

#### 【設置場所】

- 東金町運動場スポーツクライミングセンター (東金町8-31-1 スポーツクライミング事前キャンプ地)
- 奥戸総合スポーツセンター (奥戸7-17-1 5人制サッカー事前キャンプ地)
- 水元総合スポーツセンター (水元1-23-1 パレーボール公式練習会場)



## ボッチャ



【担当課】広報課

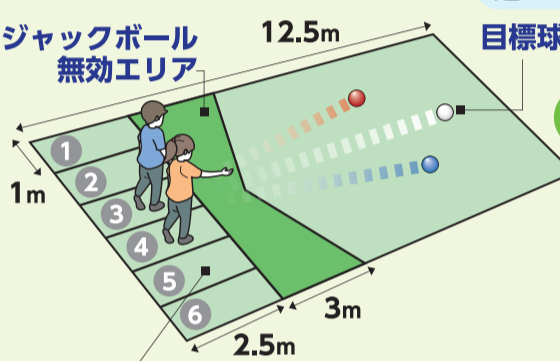


### ボッチャってどんな競技？

重度の脳性まひなどの障害のある方のためにヨーロッパで考案され、1988年のパラリンピックから正式競技となりました。大会などでは、障害の程度でクラス分け(BC1～BC4)をして順位を競います。近年では障害の有無に関わらず、老若男女誰でも楽しめるスポーツとして注目されています。カーリングに似た競技ですが、的の位置を自由に決められるので、奥深い戦術があり、最後まで白熱した戦いが繰り広げられます。



**ルール**  
ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールの的に、赤・青それぞれ6球ずつボールを投げたり転がしたりして、いかに近づけるかを競います。



上から投げてでも下から投げてでも、手で投げられない人は足で蹴っても良いんだって！

### スローイングボックス



### 海沼さんに質問しました！

- Q**海沼さんにとってボッチャはどういう競技ですか？  
**A**自分にとって大切な競技です。ボッチャを始めてから技術力を上げるために、練習の他に自分のことを分析して、自分を見つめ直し、色々なことに気付くことができました。
- Q**大会の試合直前にしていたことはありますか？  
**A**控室でメンタルトレーニングをしていました。お風呂に入っていることをイメージするなどリラックスして、自分を落ち着かせていました。
- Q**メンタルを鍛えるにはどうしたらいいですか？  
**A**まずは日常生活で目標を立て、自分を分析して知ることです。次に、日頃から身近な人に対して、素直になることや謙虚になること、人に感謝することで、自分の気持ちを整理できて、メンタルが鍛えられました。



### 私たちが考えるボッチャの魅力

- ただ投げるのではなく、位置を考えて投げるところ (市川瑞穂)
- 障害のある方、ない方関係なく同じように戦えるところ (高橋紗弓)
- 少しでもジャックボールに近づけられるように、戦略を考えるとところ (西別府啓亮)
- 挑戦をあきらめなければ、必ずできるようになるところ (中森瑛士)
- ルールは簡単だけど奥が深いスポーツ (中森鑑大)
- 自分のメンタルとの戦いが勝負の鍵になるところ (對馬光太郎)



### 講師は海沼理佐さん！



**プロフィール**  
葛飾区役所職員。2002年からボッチャを始め、国内外のさまざまな大会に出場。2004年に「日本ボッチャ選手権大会」で優勝。2008年には北京パラリンピックに出場し、団体10位の成績を収めた。現在は葛飾区ボッチャ協会に所属し、体験会や交流大会を行い、区のボッチャ普及に尽力している。

### 海沼さんが魅せてくれました！



海沼さん  
ジャックボールに  
びたりですご〜い！



### 実際に体験したよ！



狙いを定めて…

ランプを使って  
転がしてみたよ！



ランプ：ボールを投げるができない選手が使用する滑り台に似た道具

ミニゲーム  
頑張るぞ〜！

最後まで  
ドキドキ・  
ハラハラ！

得点の測り方も  
教えてもらったよ！

ミニゲーム  
の様子

### ボッチャを体験したい方は…

**レクリエーションボッチャ 一般開放**  
【日時】原則、毎週月曜日 午後4時30分～6時30分  
【会場】水元総合スポーツセンター(水元1-23-1)  
毎回指導員を配置して、ルール説明などを行うので、初めての方でも気軽に参加することができます。一部、会場や時間が異なる回があります。開催日など、詳しくは区ホームページをご覧ください。

**レクリエーションボッチャ教室(6月予定)**  
全4回の教室を通じて、障害のある方とない方が一緒に楽しみながらボッチャを学ぶことができます。詳しくは、広報かつしか4月15日号に折り込まれるスポーツかつしかなどでお知らせします。お問い合わせは右のQRコードからお願いします。



▲区ホームページ  
▲葛飾区ボッチャ協会 Facebook

### 野口さんに質問しました！

- Q**上手に登るコツはありますか？  
**A**どのように登るかを考え、自分の体を上手にコントロールすることが大事です。
- Q**競技生活中はどのような食事をしていましたか？  
**A**朝・昼・夜バランスよく食べていました。制限していた食べ物はなくて、たくさん食べても動いて消費していました。
- Q**スポーツ大会で負けて、悔しくて泣いてしまいます。野口さんはどうですか？  
**A**自分も負けて泣いたことはあります。負けて悔しいという気持ちが大事なので、泣いてもいいし、きちんと向き合って、次に活かしてください。
- Q**東京オリンピックで銅メダルを獲得してどのような気持ちですか？  
**A**金メダルをめざしていたので、獲れなかった悔しさとメダルを獲得したことの嬉しさの半々の気持ちです。

### 私たちが考えるクライミングの魅力

- 初めてでもコツをつかめば、登ることができるスポーツ。成功した時に達成感がある (平岡颯士)
- 大会によって与えられる課題が違うので、その課題を臨機応変にトライして成功するところ (米澤綾乃)
- 3種目、それぞれ違うルールで登るのが面白い！ (廣瀬暁)
- 同じ壁でも使うホールドの色により難しさが変わり、登り方も変わるところ (遠藤翼)
- 初めは簡単な課題をクリアしても、更に難しい課題を挑戦できること (横井颯良)

平岡颯士

米澤綾乃

廣瀬暁

遠藤翼

横井颯良



## 親子の手紙コンクールの入賞者が決まりました

「テレビやゲーム、インターネット、スマホを休んで、家族でいっしょにしたいこと・家族でやって楽しかったこと」をテーマとした親子の手紙コンクールに、区内在住・在学の小・中学生とその保護者から1,345作品の応募があり、6作品が入賞しました。

【担当課】 地域教育課 ☎03-5654-8589

入賞者は次のとおりです(敬称略)。

### 教育長賞

お母さんへ  
この間、公園でバドミントンをしたよね。  
シャトルを新しいものにしたら、すごい続いて気持ちよかったよね。  
晴れて暑かったけど、久しぶりに体を動かして楽しかったよ。  
お母さん、嫌といわずに遊んでくれてありがとう。

根本雄大(上平井中1年)

雄大へ  
普段はなかなか一緒に遊べなくて雄大からバドミントンしたい!と言われてお母さんびっくりしたよ。  
でも、嬉しくて子供のように夢中になって久しぶりに充実した時間だったね。また、スポーツしようね。

根本栄子(保護者)

### 優秀賞

#### ●小学校低学年の部

末房千英(葛飾小1年) 末房美奈子(保護者)  
徳永留嘉奈(葛飾小3年) 徳永理奈(保護者)

#### ●小学校高学年の部

松澤由奈(葛飾小5年) 松澤幸子(保護者)  
中山貫一郎(中青戸小6年) 中山日佐子(保護者)

#### ●中学生の部

小野雅弥(上平井中1年) 小野郁美(保護者)

入賞作品は、区ホームページ(トップ→くらしのガイド→教育・学校→地域教育→ノーテレビ・ノーゲームデー)からご覧になれます。

## 幼児教育・保育の無償化制度に係る預かり保育の助成金(1~3月分)の申請を受け付けます

### 【対象】

私立幼稚園・認定こども園の預かり保育を利用する児童のうち、保育の必要性の認定(新2号認定または新3号認定)を受けている児童の保護者

保育の必要性の認定については、保育課(☎03-5654-8278・9)にお問い合わせください。

### 【申請方法】

在籍園に申請書類を提出してください。提出期限は在籍園にお問い合わせください。

### 【申請書類】

- ▷葛飾区認可外保育施設等利用料助成金申請書  
在籍園、子育て支援課(区役所4階401番)で配布します。  
区ホームページからも取り出せます。
- ▷対象月数分の特定子ども・子育て支援の提供にかかる領収証兼特定子ども・子育て支援提供証明書  
各利用施設で発行します。

【担当課】 子育て支援課 ☎03-5654-8266

## 令和3年4月~4年3月分 幼児教育・保育の無償化制度に係る一時保育・病後児保育などの子育て支援サービスの助成金と一時預かりベビーシッター利用支援事業の申請を受け付けています

### 【対象】

▶一時保育・病後児保育など  
一時保育・病後児保育などを利用し、保育の必要性の認定(新2号認定または新3号認定)を受けている児童の保護者

保育の必要性の認定については、保育課(☎03-5654-8278・9)にお問い合わせください。

### ▶一時預かりベビーシッター

一時預かりベビーシッター利用支援事業を利用した0~2歳児クラスの児童の保護者

### 【申請方法】

所定の申請書を、4月12日(火)(必着)までに持参か郵送で。ただし、一時預かりベビーシッターの3月分のみ、4月28日(木)(必着)まで。

申請書は区ホームページからも取り出せます。

### 【申請書配布・申請・担当課】

〒124-8555葛飾区役所子育て支援課(区役所4階401番)  
☎03-5654-8277

■ ■ ■ ■ ■ ご利用ください ■ ■ ■ ■ ■

## 妊娠・子育て支援アプリ

【担当課】 情報システム課 ☎03-5654-8130

### 主な機能

**●電子母子手帳**  
お子さんの身長・体重などの記録や予防接種のスケジュール管理ができます。

**●各種お知らせ**  
妊娠中や出産後のお子さんの成長に合わせた申請・手続き、予防接種時期、講座や催し物などのお知らせが届きます。

**●施設マップ情報**  
保育園や保健センター、おむつ替えや授乳ができる場所などの施設が地図と連動して表示されます。

右下のQRコードから「ココシル」をインストールし、葛飾区総合アプリ内で利用できます。

## 就学援助費(3学期分)を振り込みます

支給金額・支給費目などは、学年や認定区分・申請月によって変わります。金額については送付する振込通知書をご確認ください。

なお、区立小・中学校に通う児童・生徒が令和3年10月16日以降に実施された修学旅行に参加した場合、修学旅行費を3学期分と合わせて支給します。

【振込完了予定日】 3月31日(木)  
【担当課】 学務課 ☎03-5654-8460

**消費生活情報**

### くらしのまぜ

4月から成年年齢が18歳に引き下げられます

民法が改正され、4月からは18・19歳の方も、法律上は成年として扱われることとなります。成年になると、自分の意思でさまざまな契約ができるようになります。

今回は、若者を狙う悪質業者とのトラブル事例とアドバイスを紹介します。

【担当課】 消費生活センター  
(立石5・27・1ウィメンズパル内)  
☎03(5698)2311

**事例①**  
SNSで知り合った人から「すぐに稼げるようになる」と投資セミナーに誘われた。オンラインで受講すると、最後に投資のコンサルタント契約の勧誘をされ、断れず契約した。契約金の50万円は消費者金融で借りるよう指示された。解約したい。  
**アドバイス**  
儲け話や投資に関する勧誘を受けても、事業者の実態や儲かる仕組みが分からない場合は、契約を断るべきです。SNSやマッチングアプリで知り合った人から儲け話をもち掛けられても信用しないようにしましょう。また、安易に借金をしてはいけません。

**事例②**  
SNSで「タレント募集」という広告を見て事務所に出向いた。面接を受ける社長やマネージャーと名乗る人物から、「採用するがレッスンを

成年になってから結んだ契約は「未成年者契約の取消し」ができません。しかし、電話勧誘販売や、販売目的を告げられずに呼び出されて契約した場合、クーリング・オフをすることがあります。また、中途解約や契約の取り消しができる場合があります。困ったときは、消費生活センターにご相談ください。



健康増進に関する記事に  
左記のマークを掲載しています

(9)

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  
会会場  
対対象  
方申込方法  
申申込先  
師講師  
費費用  
持持ち物  
担担当課

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)。

「全〇回」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、ファッ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。



## 生きがい支援講座 優しいヨガ 全8回



日 4月27日～6月29日の(水) (5月4日、6月1日を除く) 午前10時～11時30分 対 区内在住65歳以上の方24人  
費 3,000円 方 往復ハガキに「優しいヨガ」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月6日(水)(必着)まで(新規申し込みの方優先・多数抽選)。会申  
担 〒124-0012立石6-38-11シニア活動支援センター内地域包括ケア担当課 ☎03-5698-6201



## 筋力向上トレーニング 水曜コース 全21回



自分の体力に合わせたスロートレーニングで日常生活に必要な筋力を向上させます。  
日 4月27日～9月21日の(水) (5月4日を除く) 午前10時～11時30分 対 区内在住おおむね65歳以上の方40人(過去に筋力向上トレーニングを受講した方を除く) 方 往復ハガキに「筋トレ水曜コース」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、4月11日(月)(必着)まで(多数抽選)。会申担 〒124-0012立石6-38-11シニア活動支援センター内地域包括ケア担当課 ☎03-5698-6202



## 高齢者のフレイル予防 ～ソーシャル・フレイル編～

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。

フレイル予防には身体(フィジカル)、<sup>こうくう</sup>口腔機能・栄養(オーラル)、認知・精神機能(ブレイン)、社会地域活動(ソーシャル)の4つの要素が重要です。

今回は、社会地域活動(ソーシャル)について紹介します。

【担当課】 地域包括ケア担当課

### ソーシャル・フレイルとは

社会活動への参加や社会的交流に対する脆弱さが増している状態のことです。気力や活力を失くし、閉じこもりや孤立の原因となります。

### このようなことはありませんか!?

- コロナ禍で、外出が減ってきている
- 体を動かしたり、運動したりする機会が減ってきている



### 予防のポイント!!

回想法(思い出話)、脳トレを行ったり、筋トレや体操などの運動を一緒に行ったりすることで、閉じこもりや孤立の予防になります。

## ソーシャル・フレイル予防に役立つ介護予防事業を紹介します

原則として65歳以上の方であれば誰でも参加できます。会場や申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

### ●高齢者クラブ

地域に住む高齢の方々が集まり、生活を楽しく豊かなものにするため、自主的に組織された団体です。会員同士の親睦を深めながら、社会奉仕活動や健康増進、レクリエーション、地域社会との交流を中心とした活動をしています。

【問い合わせ】 葛飾区高齢者クラブ連合会 ☎03-5671-3088  
(月～金曜日(祝日を除く)/午前9時～午後2時)

### ●うんどう教室

区内5カ所の公園に設置した専用の「うんどう器具」を使用して「つまづき」「ふらつき」などの予防運動を実施しています。



▲うんどう教室の様子

### ●通所型住民主体サービス

区内の各地域で活動する自主グループなどが、介護予防活動の一つである通所型住民主体サービスを行っています。

▶ミニ・デイサービス 高齢者の介護予防および重度化防止のために、専門職による各種プログラムを受けることができます。

▶高齢者等サロン 健康体操や脳トレ、趣味活動などの介護予防活動を通して、高齢者が交流できる通いの場です。

詳しくは区ホームページ(トップ→くらしのガイド→高齢者福祉→介護予防事業→通所型住民主体サービスのご案内)をご覧ください。

### ●その他の介護予防活動

自主グループが筋トレ、脳トレ、回想法などの介護予防活動を行っています。

【担当課】 地域包括ケア担当課 ☎03-5698-6202

### ●ラジオ体操

ラジオ体操で、健康づくり・仲間づくりをしませんか。ご自身の体調に合わせて楽しみましょう。詳しくは、お問い合わせください。

【担当課】 生涯スポーツ課 ☎03-3691-7111

広告 内容については広告主にお問い合わせください。

## 植木・植栽・外構工事

どんな相談でも  
お見積り無料!!

植木工事

- 伐採 1本1,000～
- 剪定 1本1,000～
- 草刈 1平米150～

植栽各種ご提案

外構工事

- フェンス・ウッドデッキ
- 駐車場・ブロック
- 外構の修繕リフォーム
- その他各種ご提案

ハヤブサグリーン

東京都足立区島根 2-22-10

03-6874-8963

## 雨漏検査!!

難解な雨漏りを即解決

特殊検査液で雨漏り  
原因をピンポイント解明  
壁、天井のしみを  
みつけたらまず、ご一報下さい

検査・修繕 見積無料

修繕費の無駄はカット

03-5876-5801

株式会社サーベイ

東京都葛飾区立石 7-31-7

在宅療養をお考えの方、通院困難な方  
医師が定期的にご自宅まで伺います。

よつぎ整形外科内科<在宅診療部>

訪問診療・往診・訪問リハビリテーション

<診療科目> 内科・整形外科・泌尿器科

TEL: 03-5698-7715 FAX: 03-5698-7717

〒124-0011 東京都葛飾区四つ木1-47-12ハルメディカルビル



# かつしかエコ助成金をご利用ください

太陽光発電システムの導入や断熱改修などを行う際、費用の一部を補助します。対象要件や申込方法など、詳しくは区ホームページをご覧ください。

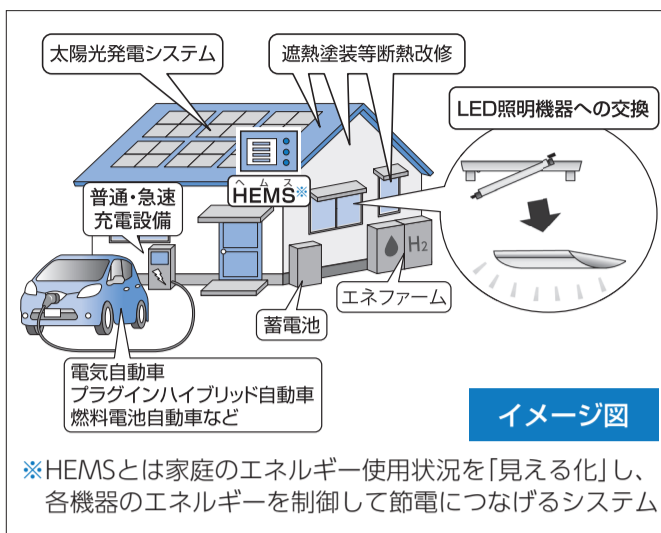
【担当課】 環境課 ☎03 - 5654 - 8228

**申込期間** 4月1日(金)～令和5年3月31日(金)まで

**申込時期にご注意ください**

設置工事前の申し込みが原則です。

ただし、種類によって異なるものがありますので、下表をご確認ください。



種別	申込時期	助成金額(限度額)			備考
		個人住宅	集合住宅(共用部分のみ対象)	事業所	
太陽光発電システム	設置工事前	1kW当たり80,000円(400,000円)	1kW当たり80,000円(400,000円)	1kW当たり80,000円(800,000円)	蓄電池併設の場合は50,000円を加算
家庭用燃料電池(エネファーム)		1台まで 一律50,000円	—	1台まで 一律50,000円	—
蓄電池	(対象設備が付帯する新築建売住宅を購入する場合は引き渡し前)	助成対象経費の4分の1(200,000円)	助成対象経費の4分の1(1,000,000円。容量10kWh未満の場合は200,000円)	助成対象経費の4分の1(1,000,000円。容量10kWh未満の場合は200,000円)	太陽光発電システム併設の場合は50,000円を加算
ホームエネルギーマネジメントシステム(HEMS)	設置工事前	助成対象経費の2分の1(20,000円)	—	—	太陽光発電システムと同時に導入する場合、またはすでに太陽光発電システムが設置されている場合に限る
遮熱塗装等断熱改修		①助成対象経費の4分の1または「1,000円×施工面積(m <sup>2</sup> )」のいずれか少ない額 ②助成対象経費の4分の1または「3,000円×施工面積(m <sup>2</sup> )」のいずれか少ない額 ③助成対象経費の4分の1(①～③合わせて200,000円)	①助成対象経費の4分の1または「1,000円×施工面積(m <sup>2</sup> )」のいずれか少ない額 ②助成対象経費の4分の1または「3,000円×施工面積(m <sup>2</sup> )」のいずれか少ない額 ③助成対象経費の4分の1(①～③合わせて1,000,000円)	①助成対象経費の4分の1または「1,000円×施工面積(m <sup>2</sup> )」のいずれか少ない額 ②助成対象経費の4分の1または「3,000円×施工面積(m <sup>2</sup> )」のいずれか少ない額 ③助成対象経費の4分の1(①～③合わせて400,000円)	新築は対象外
LED照明機器への改修(個人住宅の場合は直管型蛍光灯からの改修のみ)	設置工事前	助成対象経費の2分の1または1灯当たり10,000円のいずれか少ない額(50,000円)	助成対象経費の2分の1または1灯当たり10,000円(LED電球は1個当たり1,000円)のいずれか少ない額(500,000円)	助成対象経費の2分の1または1灯当たり10,000円(LED電球は1個当たり1,000円)のいずれか少ない額(500,000円)	次に該当する場合は対象外 ▷個人住宅 新築および助成対象経費の総額が10,000円未満 ▷集合住宅、事業所 新築および助成対象経費の総額が100,000円未満
省エネ型空調設備機器への改修 省エネ型小規模燃焼機器などへの改修(小型ボイラー、ガス発電給湯器、燃料電池など) その他省エネ診断による省エネ改修	要件となる補助金の交付決定後	—	—	助成対象経費の4分の1(1,000,000円)ただし、燃料電池は家庭用の規格の物(エネファーム)を設置する場合は一律50,000円	新設は対象外(ただし、家庭用の規格の燃料電池は対象)
ゼロエネルギーハウス(ZEH)		国が実施する事業の補助額の4分の1(300,000円)	—	—	—
東京ゼロエミ住宅	要件となる補助金の交付決定後	国が実施する事業の補助額の4分の1(300,000円)	—	—	—
電気自動車 プラグインハイブリッド自動車 燃料電池自動車 電動バイク		国が実施する事業の補助額の4分の1(250,000円)	—	国が実施する事業の補助額の4分の1(250,000円)	—
普通・急速充電設備	—	—	国が実施する事業の補助額の4分の1(300,000円)	国が実施する事業の補助額の4分の1(300,000円)	—

**その他の助成金** 詳しくは区ホームページをご覧ください。

種別	申込時期	助成金額		限度額	備考
生垣造成	工事の開始前	①生垣の新設 1m当たり23,000円以内	②生垣を新設するためにブロック塀などを解体 1m当たり8,000円以内	①②合わせて100万円	生垣を新設しない部分の解体費は対象外
屋上緑化・壁面緑化		①屋上緑化 補助対象工事費の2分の1または1m <sup>2</sup> 当たり20,000円のいずれか少ない額	②壁面緑化 補助対象工事費の2分の1または1m <sup>2</sup> 当たり7,500円のいずれか少ない額	①②合わせて60万円	防水工事など建物に付帯する工事は対象外

## ゼロエミッション かつしか

葛飾区は『2050年までに温室効果ガス(二酸化炭素)の排出量実質ゼロ』をめざすことを宣言しています。

クリーンなエネルギーや省エネルギーを区民の生活に取り入れながら、脱炭素社会の構築をめざします。

## スポーツかつしか3月号の訂正

スポーツかつしか3月号の3面に「奥戸総合スポーツセンター 体育館 ワクチン追加接種会場使用に伴う利用休止についての案内」を掲載しましたが、掲載した全ての施設が利用いただけることになりました。

利用方法など、詳しくはお問い合わせください。

【担当課】 生涯スポーツ課  
☎03 - 3691 - 7111

関係機関のお知らせ  
日本年金機構からのお知らせ  
令和4年4月から年金手帳は「基礎年金番号通知書」に変わります  
すでに年金手帳をお持ちの方は、引き続き基礎年金番号を明らかにする書類として利用できます。再発行の必要はありません。大切に保管してください。  
新たに年金制度に加入する方、年金手帳の紛失などにより再発行を希望する方には、「基礎年金番号通知書」が発行されます。

「ねんきんネット」で簡単便利な「ねんきんネット」をご利用ください。  
「ねんきんネット」では、パソコンやスマートフォンから自分の年金情報を確認できます。マイナンバー(個人番号)カードをお持ちの方は、マイナンバーから利用登録できます。マイナンバーカードをお持ちでない方は、日本年金機構ホームページから利用登録できます。  
【問い合わせ】葛飾年金事務所 ☎03(3695)2181

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

# あなどるなかれ！歯周病

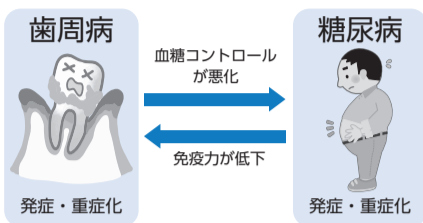
## 歯周病と糖尿病について

歯周病は歯を失う原因となるだけでなく、全身にさまざまな悪影響を及ぼします。

【担当課】健康づくり課 ☎03-3602-1268

### ◆互いに悪影響！歯周病と糖尿病

糖尿病になると高血糖で免疫力が低下して、歯周病菌に感染しやすくなります。また、歯周病になると血液中に炎症物質が運ばれて、インスリン(血糖値を正常に保つためのホルモン)の働きが悪くなります。



### ◆並行して治療することで互いの治療効果につながる

糖尿病を治療すれば歯周病が改善し、歯周病を治療すれば血糖値が改善することが報告されています。

### ◆歯周病は働く世代から増えていく。まずは歯科受診を！

歯周病は30代から増えていきます。歯周病の初期段階は自覚症状がないため、痛みなどが出た頃には重症化しています。

かかりつけの歯科医をもち、定期的を受診することが大切です。

## 人材募集

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
区立保育園 要支援児保育士	若干名	保育士の資格を有する方	5月1日～ 令和5年3 月31日 (再任可)	月～土曜日のうち週4日または週5日 午前8時30分～午後5時15分の間で、対象となる乳幼児が登園する時間(週30時間勤務。勤務曜日・時間は採用園による)	月額173,821円(予定) 期末手当・交通費・有給休暇あり。 健康保険・厚生年金・雇用保険加入。	4月7日(休)午後3時までに電話で申し込みの上、市販の履歴書と84円切手を面接時に持参。	4月8日(金)に書類選考・面接。	保育課 ☎03-5654-8267
区立保育園 看護師	若干名	看護師の資格を有する方		月～金曜日 午前9時～午後4時	月額216,649円(予定) 期末手当・交通費・有給休暇あり。 健康保険・厚生年金・雇用保険加入。			
発達・生活 支援員	1人	次のいずれかに該当し、障害者についての専門的な知識・技能を有する方 ▷大学などにおいて心理学、社会福祉学または障害者に係わる支援に関する科目を履修した ▷社会福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士、児童指導員、保育士、教員のいずれかの資格を有する ▷障害者を対象とした福祉施設などで、生活支援の実務経験を有する	5月1日～ 令和5年3 月31日	月～金曜日の週5日 午前8時45分～午後2時45分または午前9時30分～午後3時30分	月額201,600円(予定) 期末手当・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、資格を証する書類の写し、作文(1,000字以内・様式自由、テーマは下記参照)、返信用封筒(84円切手貼付・宛先記入)を、4月5日(火)(必着)までに持参か郵送(封筒に「通所施設係」と朱書き)。  【作文テーマ】 ▷発達・生活支援員「障害者の支援を行うにあたり、施設職員として留意することについて」 ▷看護師「障害者の支援を行うにあたり、看護師として留意することについて」	書類選考の上、随時面接。	〒124-0006 堀切3-34-1 ウェルピアかつしか内 障害者施設課 ☎03-5698-1329
看護師 (産休・育休代替)	1人	看護師の資格を有し、障害者についての専門的な知識・技能を有する方		5月1日～ 令和5年3 月31日	月額254,833円(予定) 期末手当・交通費・有給休暇あり。 健康保険・厚生年金・雇用保険加入。			

## 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(立石5-15-12立石休日応急診療所) ☎03-3694-9550  
 (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) ☎03-3694-9550  
 金町休日応急診療所(東金町1-22-1金町地区センター内) ☎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

※休日診療所ではインフルエンザ、溶連菌などの迅速検査、新型コロナウイルス感染症のPCR検査は行っていません。

### ◆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
3/27	大山クリニック	内、消内、循、小	堀切1-41-9	03-3692-1314
	葛飾にいじゅくクリニック	内、消内、皮	新宿6-2-15	03-3600-7060
	渡辺昭医院	内、胃	新小岩2-19-15-1階	03-3651-6500
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	03-5698-3688
	土屋クリニック	産婦	高砂8-25-1	03-3607-2203
	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
4/3	亀有みんなのクリニック	内	亀有2-4-8	03-5650-2821
	吉崎医院	内	金町2-9-14	03-3607-3870
	四ツ木診療所	内	東四ツ木4-45-16	03-3694-1661
	葛飾にいじゅくクリニック	内、消内、皮	新宿6-2-15	03-3600-7060
	茅野外科内科	外	西亀有2-37-3	03-3602-0357
	協立整形	整、内	白鳥3-13-13	03-3602-5261

### ◆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
3/27	島田歯科医院	亀有3-14-9-2階	03-5680-8819
	せき歯科医院	青戸1-8-1	03-3691-0673
4/3	コージ歯科	お花茶屋2-5-16	03-3601-7051
	ひろ歯科	四ツ木5-20-20	03-5671-0708

### ◆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
3/27	新井鍼灸整骨院	東金町7-27-8	03-3627-0848
	登山整骨院	立石8-4-13	03-3691-1355
4/3	鍼灸整骨院橋	高砂8-21-5	03-3627-8611
	ふじもり鍼灸整骨院西水元院	西水元5-17-10	03-3607-6234

### ◆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
3/27	水戸薬局本店	高砂5-36-7	03-3607-2562
	吉田薬局	新小岩2-30-1	03-3651-7162
4/3	いろは薬局	金町2-9-14	03-6231-3523
	へいわ橋薬局	東四ツ木4-45-10	03-5698-0502
	プライム薬局亀有店	亀有5-21-8-103	03-5682-7060
	しらとり薬局	白鳥3-12-1	03-3604-8267

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

次号4月5日号から!

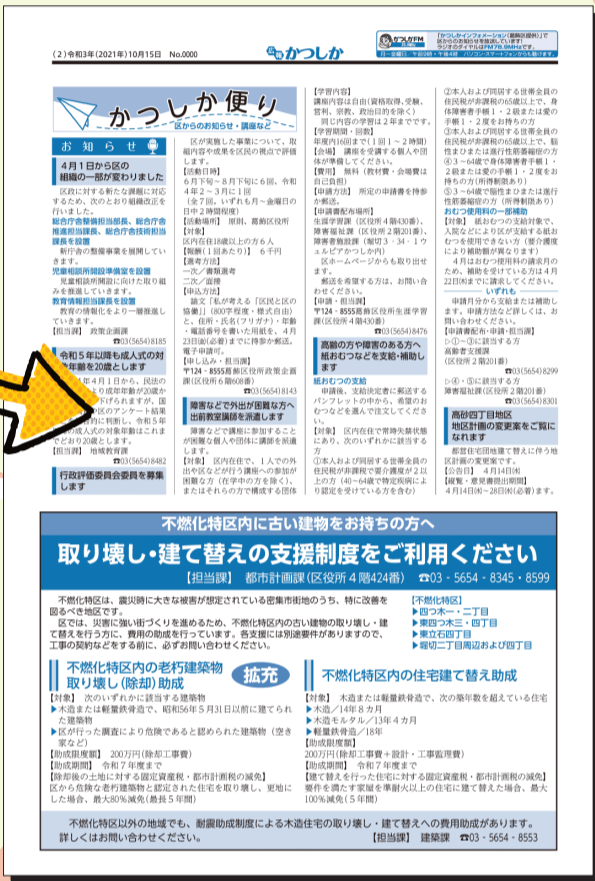
読みやすく

# 広報かつしかがリニューアル!

【担当課】 広報課 ☎03-5654-8116

## 1 お知らせ記事を横書きに

電話番号やメールアドレスなどを読みやすくするため、お知らせ記事(本紙3面)を従来の縦書きから、横書きに変更します。



## 2 開き方向を左開きに

横書きを読みやすくするため「広報かつしか」の開き方向を左開き(左綴じ)に変更します。



## さまざまな記事が掲載されています

- 主な定期連載
- 【毎月】 休日応急診療  
日曜日・祝日などに受診できる病院などを案内しています。
  - 【5・25日号】 シニア、子育て・子どもページ  
高齢者の方やお子さん向けの記事をまとめて掲載するページです。
  - 【15日号】 区民相談  
区民の方が利用できる各種相談窓口を一覧で掲載しています。
  - 【区民のひろば】  
区民の方の自主的なサークルや催し物を掲載しています。
  - 【25日号】 協働のまち葛飾  
区をより良いまちにしようと活動する団体などの皆さんを紹介するコラムです。
  - 【かつしかを伝え隊】  
区内での出来事を写真付きで紹介しています。

## 安全・安心なまちづくり 58

区民の皆さんが安全で安心して暮らせるまちづくりのためのさまざまな取り組みを紹介します。

【担当課】 地域防災課 ☎03-5654-8254

### ● コンビニエンスストアにスタンドパイプの設置を進めています

スタンドパイプは、消火栓に直接差し込み、ホース・筒先を結合させることで、放水ができる消火用資器材です。軽量で簡単に操作ができます。



令和3年度、新たに次のコンビニエンスストアへスタンドパイプを設置しました。

- ▶セブン-イレブン葛飾高砂8丁目店
  - ▶セブン-イレブン葛飾柴又4丁目店
  - ▶セブン-イレブン葛飾西新小岩5丁目店
- これで区内のコンビニエンスストア計16カ所に設置が進みました。



スタンドパイプは、火災発生時には誰でも使用できます。使い方は、区公式YouTubeチャンネル(防災広報葛飾「区民と備える初期消火対策」)をご覧ください。右のQRコードからもご覧になれます。今後は、店舗近隣の自治町会の方と協働した訓練も実施していきます。



広告 内容については広告主にお問い合わせください。

おかげさまで 葛飾江戸川で **創業56年** **見積無料**

プロによる確かな技術力。車検を受けるなら **京葉オートライフ!!**

「広報かつしか」をご持参の上、車検予約または車検入庫していただいたお客様に!

**BOXティッシュプレゼント! 5箱**

京葉オートライフ 奥戸営業所  
東京都葛飾区奥戸3-24-7  
☎03-3696-1201 https://www.keiyoauto.co.jp/

庭木1本 3m未満 **3,300円** (税込)

庭木剪定 庭まわりの困りごとに、若さ溢れる有資格者のプロが対応!

**安心定額制!** フリーダイヤル ☎0120-187-394

葛飾支店 葛飾区青戸3-31-4  
受付時間 9:00~18:00 無休

株式会社 **大和グリーン**

すべての作業に5・6月中に完了! さらには5・6月中の作業料金から **10%引 + 10%引**

確かな家族葬を約束する **千代田セシモニー**

安心と安全への取り組みを継続し、あたたかい家族葬をお手伝いします。

**千代田鎌倉ホール** 東京都葛飾区鎌倉3-39-20 ~四ツ木斎場での家族葬もお手伝いします~  
東京都葛飾区白鳥2-9-1

通話無料 **0120-16-9876** 家族葬のご依頼・事前のご相談は **24時間・365日受付**