

- ▶ かつしか便り (お知らせ・講座など) 2面
- ▶ すくすく子育て 4面
- ▶ シニアライフ 9面
- ▶ 休日応急診療 11面

かつしか 2024 フードフェスタ

日時 **11月16日(土)・17日(日)**
午前10時～午後4時

会場 **新小岩公園** (西新小岩1-1-3)
JR新小岩駅北口 徒歩6分

【担当課】 商工振興課 ☎03-3838-5559



ステージイベントなど詳しくは12面をご覧ください

凡例

他日...日時
会...会場
方...申込方法
対...対象
申...申込先
定...定員
内...内容
費...費用
担...担当課
持...持ち物
保...ホームページ

モ

モンチャレポイント付与対象事業です。



「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。

かつしか便利

区からのお知らせ・講座など

お知らせ

ふれあいレクリエーション農園 ネギの収穫

【収穫場所・収穫時期】

▶矢作園(新宿) 12月中旬～令和7年1月中旬
▶染谷園(東水元) 令和7年1月中旬～2月末

【費用】1区画(60株)3,000円
【申込方法】オンライン申請か往復ハガキ(「上欄記入事項と収穫場所」を記入)で、11月15日(金)(必着)まで(1グループ1区画・多数抽選)。

【申し込み・担当課】

〒125-0062 青戸7-2-1産業経済課 ☎03-3838-5554



▲オンライン申請

野菜品評会の区民審査員募集

区内で生産された農産物の出来栄を審査します。審査員には区内産の新鮮野菜を差し上げます。

12月6日(金)午前11時30分～午後2時30分区内在住・在勤・在学の方6人方オンライン申請か往復ハガキ(「上欄記入事項」を記入)で、11月15日(金)(必着)まで(多数抽選)。会申担〒125-0062 青戸7-2-1テクノプラザかつしか内産業経済課 ☎03-3838-5554



▲オンライン申請

契約トラブル・借金でお困りの個人の方へ

弁護士が無料で消費生活相談に応じます(1人30分程度)。

11月14日(木)午前10時～正午、午後1～3時会ウィメンズパル(立石5-27-1)対区内在住・在勤・在学の方5人方11月6日(水)午前9時から電話で(先着順)。申担消費生活センター ☎03-5698-2311

難病医療相談

神経難病専門医による医療相談です。

11月28日(木)午後2時～4時30分会健康プラザかつしか(青戸4-15-14)対パーキンソン病や脊髄小脳変性症などの神経難病の方、転倒・手足の震えなど神経難病の恐れがある方5人方11月7日(木)午前9時から電話で(先着順)。申担保健予防課 ☎03-3602-1274

もの忘れ相談会

もの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。

12月11日(水)午後2時30分～4時30分対認知症の心配のある区内在住の方、またはその家族3組方電話で、12月3日(水)午後5時まで(多数の場合、相談内容により決定)。会申高齢者総合相談センター堀切(堀切2-66-17) ☎03-3697-7815担高齢者支援課

イベント

まんだら出前寄席

落語家の三遊亭圓雀氏などの落語を聞きます。

11月16日(土)午後3時開演。直接会場へ(先着順)。会鎌倉憩い交流館(鎌倉2-6-20)定80人程度費500円会(一社)葛飾区観光協会鎌倉支部(稲垣) ☎090-8811-9734担観光課

東立石地区センターまつり

11月17日(日)午前9時30分～午後2時内コーラス・ギター演奏・模擬店など他11月17日(日)～23日(土・祝)には、押し花・水墨画などを展示します。会担東立石地区センター(東立石2-15-7) ☎03-3692-9393

堀切地場産業展

11月16日(土)・17日(日)午前9時～午後4時内堀切の地場産業の展示や製作体験、健康相談(16日のみ)など他江戸切子のグラス体験作りを希望される方は、11

ハガキ・ファクス・メールなどの 記入事項

- ① イベント・講座(コース)名
 - ② 住所
 - ③ 参加者全員の氏名(フリガナ)
 - ④ 年齢(お子さんは学年も)
 - ⑤ 電話番号(ファクス番号)
 - ⑥ その他(各記事に掲載)
- ※原則、重複申し込みはできません。

月7日(木)午前9時から電話でお申し込みください(先着順)。会担堀切地区センター(堀切3-8-5) ☎03-3693-5637

福島県塙町新米フェア

区と災害時の相互応援協定を締結している福島県塙町産の新米を試食(先着500人)できる他、お米や新鮮野菜などを販売します。

11月14日(木)正午から(売り切れ次第終了)会にこわ新小岩(西新小岩4-33-2)他11月11日(月)～12月12日(木)に、福島県塙町の魅力を紹介する展示をえきにこわ(新小岩1-45-1)で行います。担新小岩地域活動センター ☎03-3696-0080

出張星空観望会



天体望遠鏡で星を観察します。11月15日(金)午後7～8時会青戸平和公園(青戸4-23-1)他中学生以下は保護者同伴。雨天・曇天の場合は中止。担郷土と天文の博物館 ☎03-3838-1101

堀切の凧イベント

小凧コンテストと六角凧の展示

堀切中学校の生徒が作成した小凧のコンテストと六角凧の展示を行います。

【展示・投票期間】11月21日(木)～29日(金) 午前8時30分～午後9時(21日は午後3時から。29日は正午まで)
【投票結果】令和7年1月18日(土)に開催する堀切大凧揚げ大会で発表します。

凧作り教室

11月30日(土)午後1～3時内5歳以上の方50人(就学前のお子さんは保護者同伴)費100円方11月7日(木)午前9時からオンライン申請で(先着順)。

いずれも

会堀切地区センター(堀切3-8-5)担生涯学習課 ☎03-5654-8474



▲オンライン申請

広告 内容については広告主にお問い合わせください

無料見積り・低価格で安心施工・最新塗料提案

SHINYU
株式会社 親友

外壁塗装 雨漏り修理 屋根修理

雨漏りに強い施工会社です!

☎ info@shinyu177.co.jp
http://shinyu177.co.jp

葛飾 しんゆう 検索

☎ 0120-177-234

本社:東京都葛飾区柴又1-37-8
水元営業所:東京都葛飾区水元5-5-2-105

葛飾柴又の塗装屋さん

地元で創業50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

太陽光パネル+蓄電池 電気代を大幅に削減!

3つの補助金を使っておトクに設置できます

補助金支給例

【国産】長州産業 パネル340W 10枚(3.4kWh)と蓄電池(スマートpvプラス)7.04kWhを設置した場合(本体・設置・メンテナンス費用込み)

補助金内訳

- 子育てエコホーム支援事業 64,000円(2024年12月末終了)
- 東京都太陽光発電・蓄電池導入促進事業 1,402,000円
- かつしかエコ助成金 522,000円

通常219万8000円のところ 補助金申請で **実質負担 21万円**

※子育てエコホーム支援事業の補助金は2024年12月末までに工事完了が必要になります。

お見積り無料 ☎ 047-441-5080

◎補助金申請代行 ◎販売・施工・メンテナンスまで全て当社で行います

FUTAWA 二和パワーテック株式会社
千葉県鎌ヶ谷市初富808-471

地域展覧会「新展」

絵画・彫刻・書道・工芸などの展示を行います。
日11月16日(土)・17日(日)午前10時～午後3時
会場新宿小学校(新宿2-26-1)
新宿地区センター
03-3600-6062

水元公園WAKATEフェスタ



自然の中でのライブやダンスの他、飲食店の出店を行います。
日11月16日(土)午前10時～午後3時
会場水元公園野外ステージ
NPO法人かつしか若手産業人会
03-3589-2658
文化国際課

『男はつらいよ(第21作)』上映会

日11月15日(金)午後6時30分開演。直接会場へ(先着順)。定40人
会場 圓和楽亭(西新小岩1-1-3新小岩公園内)
03-5670-3515
公園課

講座・講演会

園芸教室

底面給水という手法で、プランターを使ったパンジーの栽培を学びます。
日12月4日(水)午後2～3時
会場 清水農園(南水元2-8-20)
区内在住の方20人
費500円
オンライン申請で、11月15日(金)まで(多数抽選)。
環境課
03-5654-8239

星の講演会

区民大学単位認定講座。テレビ番組『子ども科学電話相談』に出演している専門家が、星や宇宙についてお話しします。
日12月7日(土)午後2時30分～

4時30分
会場 堀切地区センター(堀切3-8-5)
小学生以上の方100人(小学生は保護者同伴)
費200円
オンライン申請が往復ハガキ(「2面上欄記入事項」を記入)で、11月27日(休)まで(多数抽選)。
日12月12日(土)午後1時～2時40分・3時～4時40分
会場 かつしかエコライフプラザ(立石1-9-1)
区内在住・在勤・在学16歳以上の方各回4人
費500円
オンライン申請で、11月18日(月)まで(多数抽選)。
リサイクル清掃課
03-5654-8273

余り布で作るハンドウォーマー



日12月12日(土)午後1時～2時40分・3時～4時40分
会場 かつしかエコライフプラザ(立石1-9-1)
区内在住・在勤・在学16歳以上の方各回4人
費500円
オンライン申請で、11月18日(月)まで(多数抽選)。
リサイクル清掃課
03-5654-8273

ボッチャ体験会



日12月6日(金)午後1～5時
会場 小菅憩い交流館(小菅3-6-1)
区内在住の小学生(保護者同伴)またはおおむね65歳以上の方30人
費1組230円
往復ハガキに「2面上欄記入事項」を書いて、11月21日(木)(必着)まで(多数抽選)。
日12月7日(土)午後2～4時
定80人
日11月8日(金)午前9時からオ

ビジネス講演会

モノが売れない時代に企業が愛され続けるための「習慣化マーケティング」について、事例や経験を交えてお話しします。
日12月7日(土)午後2～4時
定80人
日11月8日(金)午前9時からオ

オンライン申請・窓口・電話で(先着順)。
会場 中央図書館(金町6-2-1)
03-3607-9201



▲オンライン申請

創業塾 全6回

創業に必要な知識について学びます。
日12月8日(日)
内容 経営の基礎知識、経営者マインド
日12月15日(日)
内容 成功する事業の考え方、つくり方
日12月22日(日)
内容 財務会計の基礎、資金調達
令和7年1/12(日)
内容 人材活用、ビジネスモデルの構築
1/19(日)
内容 法務・知的財産・融資の基礎知識
1/26(日)
内容 事業計画の発表



▲オンライン申請

Table with 2 columns: 日時, 内容. Lists dates and topics for the entrepreneurship course.

いずれも午前9時30分～午後0時30分

就職支援セミナー

応募書類の書き方や面接対策などを学びます。
日12月5日(木)午後2～4時
会場 金町地区センター(東金町1-22-1)
定20人
日11月7日(木)午前9時から電話で(先着順)。
かつしかワークプラザ
03-3604-8609
産業経済課

文化・歴史講演会

文明開化と日本の古美術について学びます。
日11月23日(土)午後1～2時。直接会場へ(先着順)。
会場 淡之須町会会館(青戸1-11-6)
定30人
会場 淡之須骨董倶楽部(鈴木)
090-3420-6719
生涯学習課

浄光寺の歴史と文化財

東四つ木にある青龍山薬王院浄光寺の住職が、寺や地域の歴史、指定・登録文化財についてお話しします。

日12月15日(日)午後2～4時
会場 亀有地区センター(亀有3-26-1リリオ館7階)
定100人
費200円
オンライン申請が往復ハガキ(「2面上欄記入事項」を記入)で、12月3日(火)(必着)まで(多数抽選)。
日12月12日(土)午後1時～2時40分・3時～4時40分
会場 かつしかエコライフプラザ(立石1-9-1)
区内在住・在勤・在学16歳以上の方各回4人
費500円
オンライン申請で、11月18日(月)まで(多数抽選)。
リサイクル清掃課
03-5654-8273



▲オンライン申請

認知症サポーター スキルアップ講座

認知症の方が地域で安心して生活できるよう交流会を行います。
日11月21日(木)午後2～4時
会場 金町地区センター(東金町1-22-1)
定30人
高齢者総合相談センター金町
03-3826-5031

奥戸会場

災害現場で活躍している看護師から日頃の防災対策を学びます。
日12月7日(土)午後2～4時
会場 奥戸くつろぎの郷(奥戸3-25-1)
定20人
高齢者総合相談センター奥戸
03-5670-5212

いずれも

区内在住・在勤・在学で過去に認知症サポーター養成講座を受講した方
日11月7日(木)午前9時から電話で(先着順)。
高齢者支援課

統合失調症家族教室

家族が知っておきたいサービスなどについて学びます。
日12月2日(月)午後1時30分～3時30分
会場 青戸地区センター(青戸5-20-6)
区内在住・在勤で、統合失調症の方の家族・支援者30人
日11月7日(木)午前9時から電話で(先着順)。
青戸保健センター
03-3602-1284

精神保健講演会

市販薬や処方薬の依存症に悩む若者に対する、家族や支援者の関わり方について学びます。
日12月9日(月)午後2～4時
会場 西新小岩(西新小岩4-33-2)
若者の市販薬・処方薬依存で困っている家族・支援者30人
日11月7日(木)午前10時から電話で(先着順)。
新小岩保健センター
03-3696-3781

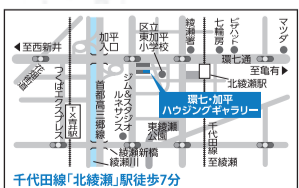
広告 内容については広告主にお問い合わせください

11月16日(土)弁護士に学ぶ「借地権・底地の問題解決セミナー」

環七・加平ハウジングギャラリーで開催!気になる“借地権”や“底地”の悩みや不安を解消



WEBの申し込みはコチラから



参加無料・要予約
借地や底地は貴重な財産
相続を見据えた対策とは
借地権は所有権と違い、地主との折衝、地代、更新料、建て替え時に発生する承諾料など問題もさまざま。一方、地主は自分の土地でありながら自由に使用できず、当事者双方の高齢化に伴う相続問題など、解決が難しいケースも多く。借地権や底地は貴重な財産。問題の解決方法を知らず、勝手に活用してしまう。そこで「ライダース・ブリシテイ」では、11月16日(土)に「借地権・底地の問題解決セミナー」を同社運営の総合住宅展示場「環七・加平ハウジングギャラリー」(足立区加平1-4-8)で開催。セミナーでは、実務経験豊富な女性弁護士の内田直子さんが、借地権や底地の基本的な考え方、地代の改定、名義変更や譲渡、売却、建て替え時の承諾料の目安などを分かりやすく解説。借地人も地主も問題を正しく理解できていないことが多い借地権制度を、この機会に学びませんか。
【予約・申し込み】
セミナー事務局(わかば企業内)
0120-0120-6611
3月9日まで(受付時間午前10時～午後5時)※個人情報には受け付けと会場の案内に利用します

凡例

日:日時
他:その他
方:申込方法
申:申込先
問:問い合わせ先
担:担当課
HP:ホームページ
内:内容
費:費用
持:持ち物
保:保育

モ

モンチャレポイント付与対象事業です。



「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。



ひとり親家庭等 医療費助成制度が変わります

令和7年1月から、対象者本人の所得制限限度額を引き上げます。

所得制限限度額の引き上げにより新たに対象となる方で、1月から利用する方は**12月までに申請が必要**です。

申請方法など、詳しくは区HPをご覧ください、お問い合わせください。

ひとり親家庭等医療費助成

ひとり親家庭などの医療費の一部を助成することにより、ひとり親などの福祉の増進を図るための制度です。対象年齢(18歳に達した最初の3月31日(障害のあるお子さんは20歳未満)まで)のお子さんがある家庭が利用できます(所得制限あり)。

【担当課】 子育て応援課

☎03-5654-8298



▲詳細はこちら

水曜日の夜間に開催

ひとり親家庭の方へ 就労支援個別相談会

就労専門相談員がひとり親家庭の経済的な自立に向けた就職・転職・給付金を活用した資格取得に関する相談に応じます。

【日時】 11月20日(水)午後5時30分～6時15分・6時30分～7時15分

【対象】 区内在住のひとり親家庭の母親または父親か、ひとり親家庭の親になることが見込まれる方各回1人

【申込方法】 11月7日(水)午前9時から電話で(先着順)。

【会場・申し込み・担当課】 子育て応援課(区役所4階401番) ☎03-5654-8276

9・10月分の児童扶養手当の支給

【振込予定日】 11月8日(金)

児童扶養手当は、ひとり親家庭などの自立と生活の安定のための手当です。対象年齢(18歳に達した最初の3月31日(障害のあるお子さんは20歳未満)まで)のお子さんがある家庭が受給できます。

所得制限など、詳しくはお問い合わせください。

【担当課】 子育て応援課 ☎03-5654-8298

病児・病後児保育室をご利用ください

【担当課】 子育て施設支援課

【対象】 保護者と同居の家族の就労などを理由に、適切な看護を受けられない、次のいずれかの施設に通園しているお子さん

- ▶ 認可保育所 ▶ 小規模保育事業所 ▶ 家庭的保育事業所
- ▶ 認定こども園 ▶ 幼稚園 ▶ 認証保育所 ▶ 認可外保育施設

病児保育

病気の治療中で集団保育が困難だが、症状が安定していて入院治療の必要がなく、医師が利用できると判断したお子さん

※病児保育については、区内在住の小学1～3年生も対象

病後児保育

病気回復期で集団保育が困難だが、症状が軽度で安静の確保が必要であり、医師が利用できると判断したお子さん

【費用】 お子さん1人当たり1日2,000円(その他、別途費用がかかる場合があります)

【利用方法】 利用を希望する施設ごとに事前登録が必要です。利用できる施設や登録方法など、詳しくは区HPをご覧ください。

【問い合わせ】

中青戸保育園 病後児保育室おひさま ☎03-3603-3485



▲詳細はこちら

区公式YouTubeチャンネルで、登録までの流れをご覧ください。

動画はこちら▶



11月は「子どもを犯罪から守る月間」

地域の結束で子どもを犯罪から守ろう

区内の犯罪発生件数は減少傾向にありますが、不審者の目撃情報などは年々増加しています。地域の力を合わせて、子どもを犯罪から守るまちづくりを進めましょう。

地域で子どもを犯罪から守る取り組み

こどもひまわり 110番

子どもが身の危険を感じた際に逃げ込める場所として、区立小学校PTAが、民家や事業所の入口など区内約3,300カ所に「こどもひまわり110番」のプレートを設置しています。

子どもの安全を守るため、地域の皆様のご協力をお願いします。

【問い合わせ】 最寄りの区立小学校

【担当課】 地域教育課 ☎03-5654-8589

▼このプレートが目印です



©秋本治・アトリエびーだま/集英社

自主的な防犯対策を支援します

地域の防犯活動支援

- ▶ 防犯パトロールなどの地域安全活動への補助
- ▶ 街頭防犯カメラの設置費や電気代・共架料などの補助
- ▶ 青色防犯パトロール活動への補助

個人の防犯対策支援

防犯カメラ・録画機能付きドアホンなどの購入費の補助

申請方法など、詳しくは区HPをご覧ください。

【担当課】 危機管理課

☎03-5654-8478



▲詳細はこちら

「子どもを犯罪から守る」まちづくり活動を支援します

PTAや地域の大人が中心となり、安全なまちや地域にしていけるための活動を支援しています。

- ▶ 活動の進め方を学ぶ講座の開催
- ▶ 活動に必要な資料の提供や物品の貸し出し

【担当課】 生涯学習課

☎03-5654-8479

家庭でできる取り組み

葛飾区安全・安心情報メールをご利用ください

区内で発生した犯罪・不審者情報などを携帯電話やパソコンへメールで配信しています。

利用には登録が必要です。右の二次元コードを読み取って、空メールを送信してください。

【担当課】 危機管理課

☎03-5654-8596



▲登録はこちら

- い 知らない人にはついて「**い**」かない
- の 知らない人の車に「**の**」らない
- お 何かあったら「**お**」おごえ(大声)をだす
- す 「**す**」ぐ逃げる
- し 何かあったら必ず「**し**」らせる



毎月10日はノーテレビ・ノーゲームデーです。デジタル機器を使わない時間をつくるアウトメディアにチャレンジして、家族で会話やふれあいの時間をつくりましょう。【担当課】 地域教育課 ☎03-5654-8589



イベント・講座

子育て 息抜き ヨガタイム

日 11月14日(休)午後4～5時 対 就学前のお子さんがある保護者30人 持 ヨガマットか大きめのバスタオル 保 1歳以上就学前のお子さん5人 方 11月7日(休)午前10時から電話で(先着順)。 会 申 新高砂保育園(高砂4-1-49) ☎03-3673-0220 担 地域教育課



乳幼児のママ・パパ向け防災講座

一児の母で防災アナウンサーである講師から、災害時の避難方法や備蓄品などについて、オンライン(「Zoom」を使用)で学びます。

日 12月1日(日)午前10時～11時30分 対 区内在住・在勤の方100人 方 オンライン申請か電話で、11月19日(火)まで(多数抽選)。 申 担 危機管理課 ☎03-5654-8572



パパと一緒に絵本ライブ

区民大学単位認定講座。

3人のパパたちによる絵本の読み聞かせと、音楽と歌のライブ演奏を行います。

日 12月8日(日)午前10時30分～午後0時30分 会 亀有学び交流館(お花茶屋3-5-6)



対 乳幼児と父親30組(家族同伴可) 方 11月7日(休)午前9時からオンライン申請で(先着順)。 担 人権推進課 ☎03-5698-2211



子育てに役立つ生と性のおはなし 全2回

区民大学単位認定講座。

助産師が、乳幼児期に知りたい、家庭でできる命と性の教育についてお話しします。

日 12月4日(水)・11日(水)午前10時～正午 会 にこわ新小岩(西新小岩4-33-2) 対 乳幼児の保護者15人 費 500円 保 2歳以上就学前のお子さん6人(2歳未満のお子さんは同席可) 方 オンライン申請で、11月21日(木)まで(多数抽選)。 担 生涯学習課 ☎03-5654-8475



親子フッキング

肉まん、ごまあんまん、卵スープを作ります。

日 12月8日(日)午前10時～午後1時 会 水元学び交流館(南水元2-13-1) 対 区内在住・在学の小学生と保護者8組(保護者1人につきお子さん2人まで) 費 1,240円(3人で参加の場合は1,260円) 方 オンライン申請で、11月25日(月)まで(多数抽選)。 担 生涯学習課 ☎03-5654-8476



ペットボトルキャップで作る太鼓のストラップ

工作をしながら、3Rやごみの減量について学びます。

日 11月20日(水)午後3～5時(材料が無くなり次第終了) 会 かつしかエコライフプラザ(立石1-9-1) 対 区内在住の小学生 担 リサイクル清掃課 ☎03-5654-8273



リユース容器で作るアロマのお掃除万能スプレー

油汚れに万能で、お掃除が楽しくなるスプレーを作ります。

日 12月2日(月)午前11時～11時40分 会 南奥戸児童館(奥戸2-30-11) 対 区内在住の乳幼児と保護者10組 方 オンライン申請で、11月18日(月)まで(多数抽選)。 担 リサイクル清掃課 ☎03-5654-8273



外国人親子のための科学実験教室

ストローを使って楽器を作ります。親子で科学を学びながら、参加者同士で交流します。詳しくは区HPをご覧ください。

【日時】 11月24日(日曜日) 午前10時～正午

【会場】 青戸地区センター(青戸5-20-6)

【対象】 外国人の親と3～12歳のお子さん15組

【申込方法】 11月7日(木曜日) 午前9時からオンライン申請で(先着順)。

【問い合わせ】 RMJ

☎ info@rmjtokyo.org LINE : @660snfft

メールでの問い合わせは、件名を「多国籍科学実験教室」

にしてください。

【担当課】 生涯学習課 ☎03-5654-8476



子ども・子育てフェスタかつしか



子育て支援情報の発信や、工作体験・ワークショップなど親子で楽しめるイベントを行います。

事前予約が必要なものもあります。参加団体や予約方法など、詳しくはイベント公式HPをご覧ください。

日時	会場
11/23(土・祝) 午前10時～正午・午後1時30分～4時	子ども未来プラザ鎌倉(鎌倉1-7-3)
11/30(土) 午前10時～午後4時	テクノプラザかつしか(青戸7-2-1)

【問い合わせ】 かつしか子育てネットワーク

☎050-5582-8744

【担当課】 子育て政策課



▲詳細はこちら

冬の子ども向け講座

おがくず粘土工作 えんぴつ作り

日 12月7日(土) 午前10時～10時30分・10時40分～11時10分・11時20分～11時50分 定 各回6人

包装紙などで作るクリスマスツリー

日 12月7日(土) 午前10時～10時50分・11時～11時50分 定 各回15人

ペン立て作り

日 12月7日(土) 午後1時15分～2時・2時15分～3時 定 各回8人



いずれも

会 かつしかエコライフプラザ(立石1-9-1) 対 区内在住の小学生(3年生以下は保護者同伴) 方 オンライン申請で、11月19日(火)まで(多数抽選)。

担 リサイクル清掃課 ☎03-5654-8273



▲オンライン申請

葛飾区ごみ減量・3R推進キャラクターリー(Ree)ちゃん



凡例

日…日時 会…会場 対…対象 定…定員 内…内容 費…費用 持…持ち物 保…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 HP…ホームページ

モ

モンチャレポイント付与対象事業です。



「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。

凡例

他日...日時
...その他
...会場
...申込方法
...対象
...申込先
...定員
...内容
...費用
...担当
...持ち物
...ホームページ

モ

モンチャレポイント付与対象事業です。



「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。

人権週間記念講演会

菊地弁護士に学ぶ人権
ハラスメントのない社会に近づくために

区民大学単位認定講座。

人権尊重の重要性について、パワー・ハラスメントやセクシュアル・ハラスメントなどによる人権侵害を例に、弁護士の菊地幸夫氏と一緒に考えます。

【日時】 12月7日(土)午後4時30分～6時

【会場】 金町地区センター (東金町1-22-1)

【定員】 150人

【その他】 要約筆記・手話通訳あり。

【申込方法】 11月7日(木)午前8時からオンライン申請か電話、ファクス(「2面上欄記入事項」を記入)で(先着順)。

【申し込み】 はなしょうぶコール ☎03-6758-2222 FAX03-6758-2223

【担当課】 人権推進課



▲オンライン申請



【講師】 菊地 幸夫氏

審議会など傍聴のお知らせ

男女平等推進審議会

☎ 11月15日(金)午後2～4時 ☎ 区役所5階庁議室 ☎ 10人 ☎ 11月7日(木)午前9時から電話で(先着順)。☎ 担当 人権推進課 ☎ 03-5698-2211

(仮称)葛飾区水と緑の基本方針・実施プラン策定委員会

☎ 11月19日(火)午前10時～正午 ☎ 区役所5階庁議室 ☎ 10人程度 ☎ 11月7日(木)午前9時から電話で(先着順)。☎ 担当 都市計画課 ☎ 03-5654-8382

11月12日～25日は

女性に対する暴力をなくす運動期間です

【担当課】 人権推進課 ☎03-5698-2211

夫やパートナーからの暴力(DV)や性犯罪、売買春、人身取引、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為などは、女性の人権を著しく侵害するものです。

暴力は、加害者、被害者の間柄に関わらず、決して許されるものではありません。この機会に女性に対する暴力について考え、暴力のない社会を築いていきましょう。

DVはひとりで悩まないで、相談しましょう。

- ▶男女平等推進センター(要予約) ☎03-5698-2211 (月・木曜日(祝日・年末年始を除く) / 午前10時～午後5時)
- ▶東京ウィメンズプラザ ☎03-5467-1721 (毎日(年末年始を除く) / 午前9時～午後9時)
- ▶東京都女性相談支援センター ☎03-5261-3110 (月～金曜日 / 午前9時～午後9時 土・日曜日、祝日、年末年始 / 午前9時～午後5時)
- ☎03-5261-3911 (上記時間外)
- ▶内閣府 DV相談^{プラス} ☎0120-279-889 (毎日 / 24時間)

緊急の場合は警察(☎110)へ

関連イベント

【日時】 11月24日(日)午前10時～午後3時

【会場】 健康プラザかつしか(青戸4-15-14)

【内容】

- パープルリボンの展示・ライトアップ
「暴力を許さない」「あなたはひとりじゃない」という気持ちを込めて、卓上型ツリーのパープルライトアップを行います。
- 女性に対する暴力を考えるパネル展示
- オリジナルパープルリボン作成キットの配布

11月は児童虐待防止推進月間

いちはやく

189 気付いてあげてそのサイン

【担当課】 子ども家庭支援課 ☎03-3602-1386

児童虐待とは

身体的虐待

殴る、蹴る、締め出す、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせるなど

性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、性的な写真の被写体にするなど

ネグレクト

学校に登校させない、食事を与えない、不潔にする、自動車の中に放置する、病院に連れて行かないなど

心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に暴力をふるうなど

地域に気になるお子さんはいませんか

次のようなサインは児童虐待のサインかもしれません。

- ☐ からだや衣服の不潔感がある(髪を洗っていない、汚れ・臭い・あかの付着、爪が伸びているなど)
- ☐ 表情が乏しく、受け答えが少ない
- ☐ 落ち着きがなく、過度に乱暴である
- ☐ 保護者の顔色をうかがう
- ☐ なにかと理由をつけて家に帰りたがらない
- ☐ 保護者の怒鳴り声や大きな声が聞こえる



虐待かも?と思ったら

- ▶葛飾区子ども総合センター(児童虐待通報相談専用電話) ☎03-3602-1389 (月～土曜日(祝日・年末年始を除く) / 午前8時30分～午後5時)
 - ▶葛飾区児童相談所(虐待通告) ☎03-5698-0303(毎日 / 24時間)
 - ▶全国共通児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189(毎日 / 24時間)
- ご連絡いただいた方の秘密は守られます。

子育てや家庭のことでお困りの方へ

子育てに悩み、ついイライラしてしまうことは誰にでも起こりえることです。子ども総合センターでは、子育てや家庭のことでお困りのことがあれば、子育て支援のサービスや適切な相談機関をご案内し、一緒に解決策を考えます。

詳しくは、区HPをご覧ください。☎ 詳細はこちら



仕事や育児疲れなどで一時的に保育を利用したい方へ
ショートステイ・トワイライトステイ

区内在住2～15歳(中学生以下)のお子さんの宿泊・夜間保育を行います。

利用前に登録・申請が必要です。詳しくは、区HPをご覧ください。

- ▶ショートステイ(宿泊) 1日(24時間) お子さん1人当たり / 6,000円*
- ▶トワイライトステイ(夜間保育) 1日(午後3～10時) お子さん1人当たり / 2,000円*
※利用人数・連泊数・課税状況などにより、減額・免除となる場合があります。



毎月5日は「ごみ減量の日」です。ペットボトルや使い捨てプラスチック容器の使用を減らし、プラスチックごみの削減をしましょう。

【担当課】 リサイクル清掃課 ☎03-5654-8273

かつしかペット写真コレクション 愛情の詰まった1枚を大募集

広報かつしか新年号（令和7年1月1日から順次配布予定）で掲載するペットの写真を募集します。紙面に掲載できなかった写真は区HPに掲載します。

年の初めに、あなたの自慢のペットを紹介してみませんか。

掲載例



いつものお散歩コースで季節の1枚



モフモフの前足がかわいい



うちに来てくれてありがとう

対象 区内在住の方が自宅で飼育しているペット

応募方法 オンライン申請で、11月22日(金)まで
(1世帯1枚・多数抽選)



担当課 広報課 ☎03-5654-8116

▲オンライン申請

新しい「わたしの便利帳」と 「かつしかの地図」をお届けします

わたしの便利帳

区のサービスや施設案内、日常生活に関わる各種手続きに関する情報などを掲載しています。お手元に置き、日常生活のさまざまな場面でご利用ください。

かつしかの地図

区全体の地図とバス路線図を掲載しています。区の今と昔を見比べることができる「かつしかの名所 Before After」も掲載していますので、区内を散策する際にご利用ください。



配送業者を通じて自宅や事業所に11月30日(土)までにお届けします。11月30日を過ぎても届かない場合は、お問い合わせください。

※便利帳と地図は印刷用の紙へリサイクルできます。古いものは資源回収にお出してください。

担当課 広報課 ☎03-5654-8116

葛飾区明るい選挙ポスターコンクール 優秀作品が決まりました

区内の小・中学生による、ポスター 327点の中から次の方々の作品が選ばれました(敬称略)。

担当課 選挙管理委員会事務局 ☎03-5654-8494

小学生の部



最優秀賞

山口 珠生
(北野小6年)

優秀賞

渡邊 瑛斗 (東綾瀬小2年)
高野 媛詩 (末広小5年)
伊藤 柚葉 (上小松小6年)
廣瀬 朱 (北野小6年)

中学生の部



最優秀賞

梶谷 悠太
(桜道中2年)

優秀賞

張 瑞熙 (奥戸中1年)
佐藤 菜穂子 (奥戸中1年)
高岩 美佑 (青葉中2年)
皆川 晃志 (桜道中2年)

優秀作品の展示

いずれも開館時間内に直接会場へ(初日は午前9時から。最終日は正午まで)。

日程	会場
12/14(土)～20(金)	えきにこわ (新小岩1-45-1)
12/21(土)～27(金)	堀切地区センター (堀切3-8-5)
令和7年 1/4(土)～10(金)	亀有地区センター (亀有3-26-1リリオ館7階)
1/11(土)～17(金)	高砂地区センター (高砂3-1-39)
1/18(土)～24(金)	金町地区センター (東金町1-22-1)
1/27(月)～31(金)	区役所2階区民ホール

薬物乱用防止ポスター・標語 入賞作品が決まりました

区内の中学生による、ポスター 216点・標語 763点の中から次の方々の作品が選ばれました(敬称略)。

担当課 地域保健課 ☎03-3602-1231

ポスターの部



最優秀賞

高橋 新汰
(桜道中1年)



最優秀賞

林 菜奈佳
(桜道中1年)

優秀賞

菅原 まりな (青葉中3年)
森 暖斗 (青葉中3年)
杉浦 侑芽 (桜道中2年)

佳作

富田 果琳 (桜道中3年)
宮地 柚羽 (桜道中1年)
磯 蒼杷 (桜道中2年)
岡本 紗季 (桜道中2年)
土井 花奈 (常盤中2年)

標語の部

凶器で
命を削
る

最優秀賞

高岸 亮太
(綾瀬中1年)

一度だけ
あなたの
考えが
壊す

最優秀賞

椎尾 湊人
(四ツ木中3年)

優秀賞

手川 侑哉 (綾瀬中3年)
高橋 紗弓 (綾瀬中2年)
津田 茉優果 (上平井中2年)

佳作

森脇 漱介 (四ツ木中1年)
岡本 紗季 (桜道中2年)
渡部 楓 (綾瀬中2年)
上原 樹 (綾瀬中2年)
佐藤 瑠南 (上平井中1年)



直接会場へ (先着順)

両さん ベーゴマ大会

大会参加者に配布する「両さん」オリジナルベーゴマを使い、競い合います。
入賞者には特製ベーゴマをプレゼントします。
大会前にベーゴマの回し方などの指導があるので、初心者の方でも楽しめます。

日時・対象
11月10日(日)

- ▶中学生以上の方/正午から
- ▶小学生以下の方/午後1時30分から

※いずれも午前10時30分からベーゴマを配布します。

会場 亀有リリオパーク (亀有3-25-1)

定員 500人

問い合わせ ゆうろどサービスカウンター
☎03-5680-8685

担当課 観光課

▲参加賞オリジナルベーゴマ

12月3日～9日は障害者週間

障害者作品展・ウェルピアまつり

【担当課】 障害者施設課 ☎03-5698-1301

障害者週間に先駆けて、障害や障害のある方について理解を深め、誰もが相互に人格と個人を尊重し、共に支え合える社会をつくりましょう。

会場 ウェルピアかつしか (堀切3-34-1)

障害者作品展

【日時】 11月14日(木)～20日(水)
午前10時～午後5時
※17日(日)・20日(水)は午後3時まで

【内容】 障害のある方が制作した絵画・書道・手工芸品などの展示

ウェルピアまつり (かつしかボランティアまつりと共催)

【日時】 11月17日(日)
午前10時～午後3時

【内容】 障害者福祉表彰(午前10時から)、車いす体験・遊びコーナー(午前10時40分から)、自主生産品の販売、フードドライブなど

自転車には鍵を掛けましょう

【担当課】 危機管理課 ☎03-5654-8596

盗難件数

1～9月の区内の自転車盗難件数は、947件(前年比+136件)で被害が増加しています。
令和5年の区内の自転車盗難件数は、1,150件(前年比+390件)で、その約6割が無施錠の自転車でした。
また、盗難場所は自宅が約5割を占めており、共同住宅(アパート・マンション)が4割を占めています。

盗難被害に遭わないために

- ▶自宅や買い物をする少しの間でも自転車から離れる場合は、必ず鍵を掛けましょう。
- ▶自転車は道路上に放置せず、必ず駐輪場に止めましょう。
- ▶施錠している自転車も盗難被害に遭っています。ツーロック(二重鍵)にして、防犯効果を高めましょう。

人材募集

応募方法など、詳しくは区HPをご覧ください。
▲詳細はこちら

職種・勤務内容	勤務期間	応募締切	担当課
児童指導員 児童館や学童保育クラブ、子ども未来プラザにおける児童指導	令和7年1月1日～3月31日(再任可)	11月15日(金)	子育て政策課 ☎03-5654-8265
歴史・文化財担当 文化財や歴史分野に関する調査、資料保管、普及事業など	令和7年4月1日～令和8年3月31日(再任可)	11月19日(火)	郷土と天文の博物館 ☎03-3838-1101
考古・埋蔵文化財担当 埋蔵文化財の管理や考古学分野の調査、資料保管、普及事業など		11月25日(月)	
教育普及担当 学校対応(社会科見学およびプラネタリウム学習投映に関すること)、教育普及事業など	令和7年1月1日～3月31日(再任可)	12月2日(月)	保育課 ☎03-5654-8267
区立保育園 保育補助			
区立保育園 短時間保育士			

11月10日は無電柱化の日

無電柱化を知っていますか？

無電柱化とは電柱を地下に埋めることなどにより、道路から電柱を無くすことです。区では、都市計画道路の他にも「歩道が2.5m未満の道路」「歩道がない道路」の無電柱化を推進しています。
詳しくは、区HPをご覧ください。
【担当課】 道路建設課 ☎03-5654-8389

電柱が地上にあると...

- ▶災害時に被害が拡大
災害で電柱が倒れると、道路が通行できなくなり救助活動が遅れます。また、電線が切れると、感電するなどの危険な状況になります。
- ▶歩行の妨げに
歩行者や車いす利用者の通行の妨げになります。電柱を避ける際に、車との接触事故につながる恐れがあります。
- ▶景観が損なわれる
空を覆うほどの電線は、まちの景観を阻害します。

きんかつ ほおかつ
筋活・骨活で健康増進

骨密度や体組成の測定と関連する講義を通し、自身の健康増進と睡眠の質について考えます。

12月4日(水)午前10時～正午 東京理科大学葛飾キャンパス(新宿6-3-1) 区内在住65歳以上の方30人 オンライン申請か往復ハガキ(「2面上欄記入事項」を記入)で、11月20日(水)(必着)まで(多数抽選)。 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



▲オンライン申請

銭湯で葛飾フィルハーモニー管弦楽団のメンバーによる演奏を聴きませんか

70歳以上の方が区内の銭湯を1回280円で利用できる「くつろぎ入浴事業」のPRイベントです。

70歳未満の方も参加できます。 11月10日(日)正午～午後1時。直接会場へ(先着順)。 喜久の湯(東立石2-21-16)。駐車場はありません。 区内在住の方20人程度 高齢者支援課 ☎03-5654-8299

直接会場へ(先着順)

ふれあい銭湯 ㊦

介護予防につながる簡単な体操やレクリエーションを行います。 下表のとおり 区内在住おおむね65歳以上の方各10～15人程度 地域包括ケア担当課 ☎03-5698-6202

会場	日時	内容
喜久の湯 (東立石2-21-16)	11/12(火) 午後1時15分～2時15分	はつらつ体操他
富の湯 (立石2-19-6)	11/15(金) 午後1時30分～2時30分	
さつき湯 (東堀切3-27-9)	11/20(水) 午後2～3時	
末広湯 (宝町1-2-30)	11/22(金) 午後2時45分～3時45分	音楽療法
アクアガーデン栄湯 (東四つ木3-45-7)	11/14(木) 午後2時30分～3時30分	
富士の湯 (亀有2-5-7)	11/19(火) 午後1時30分～2時30分	葛飾の郷土史
栄湯 (高砂8-15-12)	11/21(木) 午後2時30分～3時30分	レクリエーション
アクアドルフィンランド (立石7-16-3)	11/27(水) 午後1時30分～2時30分	けんぴそ 健美操
寿湯 (東四つ木4-19-14)	11/28(木) 午後1時30分～2時30分	

シニアのためのゆっくり・じっくりIT講座 12月分

下表のとおり 区内在住おおむね65歳以上の方 往復ハガキに「2面上欄記入事項と希望記号」を書いて、各申し込み先に11月20日(水)(必着)まで(多数抽選)。 地域包括ケア担当課

記号	コース	日程	費用	定員(人)	時間・会場・申し込み
A※	パソコン ワード活用 まだ間に合う、年賀状はパソコンで	全2回 12/2(月)・9(月)	2,000円	各4	【時間】 午前9時30分～11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 NPO法人葛飾アクティブ.COM ☎03-3692-3180 (月～木・日曜日/午前10時～午後4時)
B	スマホ・タブレット(iPhone・アンドロイド) LINE入門 操作の基本から学ぼう	全2回 12/16(月)・23(月)	2,700円		
C	スマホ・タブレット(アンドロイド/持ち込みのみ) 初心者向け 操作の基本から学ぶ	全2回 12/3(火)・10(火)	2,500円		
D	スマホ・タブレット(iPhone・アンドロイド) スマホで学ぶ英会話や旅行に役立つ機能	全2回 12/17(火)・24(火)	2,000円		
E	スマホ・タブレット(iPhone・アンドロイド) まだ間に合う、オリジナル年賀状を作り、LINEで送る	全2回 12/4(水)・11(水)	2,000円		
F	1日講座 (アンドロイド・iPhone) Google 検索(花の名前、翻訳など)	12/5(木)	1,000円	各日6 (複数申し込み可)	【時間】 午前9時30分～11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 NPO法人葛飾アクティブ.COM ☎03-3692-3180 (月～木・日曜日/午前10時～午後4時)
G	スマホ決済について知ろう	12/12(木)	1,000円		
H	スマホの写真をパソコンに移動	12/19(木)	1,000円		
I	パソコン(持ち込みのみ) ここが知りたい! マンツーマン1日講座	12/8(日)	2,000円	各日2	【時間】 午前10時～正午 ★午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】 125-0032水元4-6-15 水元憩い交流館内 NPO法人葛飾アクティブ.COM ☎03-5660-3113 (月～金曜日/午前10時～午後4時)
J	スマホ(アンドロイド/持ち込みのみ) ここが知りたい! マンツーマン1日講座	12/15(日)	2,000円		
K	スマホ(iPhone/持ち込みのみ) ここが知りたい! マンツーマン1日講座	12/22(日)	2,000円		
あ※	パソコン エクセル入門 操作の基本から学ぶ	全2回 12/3(火)・10(火)	2,500円	各4	【時間】 午前10時～正午 ★午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】 125-0032水元4-6-15 水元憩い交流館内 NPO法人葛飾アクティブ.COM ☎03-5660-3113 (月～金曜日/午前10時～午後4時)
い	スマホ・タブレット(アンドロイド/持ち込みのみ) 初心者向け 操作の基本から学ぶ	全2回 12/17(火)・24(火)	2,500円		
う	スマホ・タブレット(iPhone/持ち込みのみ) 初心者向け 操作の基本から学ぶ	全2回 12/4(水)・18(水)	2,000円		
え	スマホ・タブレット(iPhone・アンドロイド) SNS体験 SNSってなに、私にもできる?	全2回 12/11(水)・25(水)★	2,000円		
お	1日講座 (アンドロイド・iPhone) LINEの基本操作を学ぼう	12/5(木)	1,000円	各日6 (複数申し込み可)	【時間】 午前10時～正午 ★午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】 125-0032水元4-6-15 水元憩い交流館内 NPO法人葛飾アクティブ.COM ☎03-5660-3113 (月～金曜日/午前10時～午後4時)
か	便利な Google 検索	12/12(木)	1,000円		
き	スマホで YouTube を楽しむ	12/19(木)	1,000円		
く	パソコン(持ち込みのみ) ここが知りたい! マンツーマン1日講座	12/6(金)	2,000円	各日2	【時間】 午前10時～正午 ◆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】 133-0051 江戸川区北小岩6-2-6-102 NPO法人ユニコムかつしか ☎03-6657-9333 (月・水・金曜日/午前10時～午後4時)
け	スマホ(アンドロイド/持ち込みのみ) ここが知りたい! マンツーマン1日講座	12/13(金)	2,000円		
こ	スマホ(iPhone/持ち込みのみ) ここが知りたい! マンツーマン1日講座	12/20(金)	2,000円		
301	初めてのパソコン	全4回 12/5～26(木)	4,000円	各4	【時間】 午前10時～正午 ◆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】 133-0051 江戸川区北小岩6-2-6-102 NPO法人ユニコムかつしか ☎03-6657-9333 (月・水・金曜日/午前10時～午後4時)
302	デジカメ、スマホの写真をパソコンへ取り込み・整理・印刷(アンドロイド/持ち込みのみ)	全2回 12/6(金)・13(金)◆	2,000円		
303	初心者のためのワード入門(案内状・表・ハガキ作成)	全4回 12/7～28(土)	4,500円		
304	初心者のためのエクセル入門(表計算・グラフ作成・データ操作)	全4回 12/4～25(水)	4,500円		
305	サクッと操作! アンドロイドスマホ(写真、音楽、地図)(持ち込みのみ)	全2回 12/20(金)・27(金)◆	2,000円		
306	サクッと操作! アンドロイドスマホ(LINE使いこなし)(持ち込みのみ)	全2回 12/5(木)・12(木)◆	2,000円		
1	はじめよう! パソコンで何が出来る・したい? 基本操作	全2回 12/4(水)・11(水)	2,000円	各2	【時間】 午前10時～正午 【会場・申し込み】 124-0006堀切1-23-6 堀切憩い交流館内 NPO法人キッツ ☎03-3691-9691 (月～金曜日/午前10時～午後4時)
2	はじめよう! スマホ購入から電話、メール 基本操作	全2回 12/5(木)・12(木)	2,000円		
3※	パソコン入門編 文書作成、編集や表計算、グラフ	全2回 12/6(金)・13(金)	2,000円		
4※	パソコン応用編① ワードでポスター、ハガキ、連絡網など	全2回 12/2(月)・9(月)	2,000円		
5※	パソコン応用編② エクセルで表作成、数式入力から関数	全2回 12/16(月)・23(月)	2,000円		
6※	スマホ応用編① アプリ購入、マップ、LINE、写真整理他	全4回 12/3～24(火)	4,000円		
7	スマホ応用編② アプリ購入、マップ、電車乗り換えなど	全2回 12/19(木)・26(木)	2,000円		
8					

※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。

使用ソフト/ウインドウズ 11

介護予防のための ゆったり太極拳

全2回

12月5日(木)・19日(木)午前9時30分～11時 かつみ憩い交流館(西新小岩2-1-4) 区内在住のおおむね65歳以上の方20人 費600円 往復ハガキに「2面上欄記入事項」を書いて、11月22日(金)(必着)まで(多数抽選)。 125-0062青戸5-33-1-103NPO法人葛飾アクティブ.COM ☎03-5680-2964 地域包括ケア担当課

介護予防教室

自宅でできる簡単 介護予防体操

椅子に座って簡単にできる筋トレや脳トレを体験できます。

11月29日(金)午後2時～3時30分 堀切地区センター(堀切3-8-5) 区内在住65歳以上の方30人 11月7日(木)午前9時からオンライン申請か電話で(先着順)。 高齢者総合相談センター堀切 ☎03-3697-7815 地域包括ケア担当課



▲オンライン申請



凡例

他:日時
日:会場
方:申込方法
申:対象
申:定員
問:内容
問:問い合わせ先
担:費用
担:担当課
持:持ち物
保:保育

㊦

モンチャレポイント付与対象事業です。



「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。



若者・中年単身者の就労自立モデル構築事業 都営住宅入居者募集

【募集戸数】 10戸

【対象】 次の全てに該当する方

- ▶ 60歳未満で配偶者がおらず、一人暮らし
 - ▶ 令和6年6月以前より区内に継続して住んでおり、都内に継続して3年以上住んでいる
 - ▶ 月額所得15万8,000円以下
 - ▶ 不動産を所有していない
 - ▶ 本事業による就労自立支援を受けて就労自立をめざす意思がある
- ※通常の都営住宅入居者募集の申込資格を有する方は対象外



1年の期限付きで都営住宅に入居し、家計相談・就労支援などのフォローを受けながら、就労自立をめざす方を募集します。詳しくは、東京都HPか申込用紙をご覧ください。



▲詳細はこちら

【応募方法】 11月6日(水)～19日(火)に、オンライン申請か、申込用紙を郵送で(書類審査の上、面接により選考)。

必要書類など、詳しくは東京都HPか申込用紙をご覧ください。

【申込用紙配布場所】

自立相談支援窓口(区役所3階312番)

【問い合わせ】

(福)新栄会 ☎03-6240-7032

【担当課】

くらしのまるごと相談課



11月8日は「いい歯の日」 口の健康を保ちましょう

【担当課】 健康推進課 ☎03-3602-1268

「いい歯の日」は、80歳になっても20本以上の自分の歯を保つことを目標にした運動の一端として設定されました。

いつまでもおいしく、楽しく食事をするためには、口の健康が大切です。歯の健康だけでなく、かむ・飲み込むなどの口腔機能の健康も、健康長寿につながります。

自分の歯でしっかりかめる生活を送るために

自宅で

お口の手入れ

むし歯や歯周病を予防するため、歯みがきや舌みがきなどを行いましょう。

お口の体操

かむ・飲み込む力を維持するために、口周りの筋肉や舌を鍛えましよう。



▲かつしか笑顔いきいきお口体操

歯科医院で

●歯科治療

むし歯や歯周病、入れ歯を入れるなどの治療により、しっかりかめる口をつくりましよう。

●定期健診

定期的に口の状態を確認ましよう。

11/30(土)まで

長寿歯科健康診査を受診ましよう

区内在住の76・81歳の方に受診券などを送付しています。受診券をお持ちの方は早めに受診をお願いましよう。



▲詳細はこちら

知って実行！ 健康大学

全5回

円

区民大学単位認定講座。

食品衛生、歯科、健康づくりなど各分野の専門家による講義を通して、健康づくりのヒントを見つけます。

【日】下表のとおり【会】青戸地区センター(青戸5-20-6)【区】区内在住の方40人【方】11月12日(火)午前9時から電話で(先着順)【申】はなしょうぶコール☎03-6758-2222【担】健康推進課

日程	内容
12/10(火)	笑って認知症予防(笑いの健康学) 健康における笑いの重要性について学びます。
12/11(水)	いつまでも自分らしく生きるための、口をめざそう 口の健康と身体の病気の関係性について学びます。
12/16(月)	100歳まで自分の足で歩くための体づくり シニア世代にもできる筋トレや足を痛めない歩き方などのフレイル予防について学びます。
12/17(火)	知って防ごう!家庭でも起こる健康被害・食中毒について 安全においしく食事を楽しみ、健康に過ごすためのお話と、手洗い実習による講義です。
12/18(水)	自分らしく元気に生きるためにはどうするのか 自分に合った食・運動・休養のバランスのとれた生活を送り、豊かな人生になることを考えます。

10日・18日は午後1時30分～4時、11日・17日は午後1時30分～3時30分、16日は午後1～3時

11月14日は世界糖尿病デー

糖尿病を予防ましよう

【担当課】 健康推進課 ☎03-3602-1268

糖尿病予防のポイント

①体を動かす

できるだけ階段を利用する、歩ける距離を歩くなど、できることから始めましよう。目安は、1回20分以上の運動を週に3回以上行い、合計150分をめざましよう。

運動することで体内のブドウ糖がエネルギーとして消費され血糖値を下げられます。

②1日3食、バランスよく食べる

毎食、主食(ごはん、パン、麺類)・主菜(肉、魚、卵、大豆料理)・副菜(野菜、きのこ、海藻料理)をそろえて食べましよう。



③嗜好品をとりすぎない

お菓子や甘いジュース、お酒などの嗜好品は1日に200kcal以内で、市販品の場合は容器包装に記載されている栄養成分表示を確認して選びましよう。

間食をとる際は、食事で不足しがちな牛乳・乳製品や果物などがおすすめです。

200kcalの目安量



令和5年度の特定健康診査受診者の中から一部の方を抽出して行った食習慣調査では、BMI25以上の方のうち菓子・嗜好飲料を200kcal以上摂取している人は3人に2人という結果でした。

※BMIとは、肥満度を表す指標として用いられている体格指数で、18.5未満が「低体重(やせ)」、18.5以上25未満が「普通体重」、25以上が「肥満」に分類されます。

$$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$



区HPでは、対象者や健康テーマごとにまとめた資料やレシピを掲載しています。ぜひご覧ください。



▲詳細はこちら

凡例

他:日時
日:会場
方:申込方法
申:対象
定:定員
問:問い合わせ
内:内容
費:費用
担:担当課
持:持ち物
保:保育

モ

モンチャレポイント付与対象事業です。



「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。

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4-33-2

水元保健センター
☎03-3627-1911
東水元1-7-3

犬の散歩のマナーに 注意しましょう

犬の散歩に関する苦情が保健所に多く寄せられています。散歩のときは必ずリードをつけ、ふんは飼い主の責任で必ず回収しましょう。



【担当課】 生活衛生課 ☎03-3602-1242

関係機関のお知らせ

秋の火災予防運動 11月9日(土)～15日(金)
住宅火災の被害を抑えるためマイ消火器を備えましょう。消火器を備えることにより火災が発生した場合、被害の軽減に効果があります。

【問い合わせ】

本田消防署 ☎03-3694-0119
金町消防署 ☎03-3607-0119

11月30日(いいみらい)は「年金の日」です
年金記録や将来の年金受給見込み額を確認できる「ねんきんネット」を利用して、未来の生活設計を考えてみましょう。

詳しくは日本年金機構HPをご覧ください。

【問い合わせ】 葛飾年金事務所
☎03-3695-2181



▲詳細はこちら

健康を守るために定期的な受診を 胃がん・大腸がん検診

【モ】

早期のうちには自覚症状がほとんどないため、検診を定期的に受診しましょう。

区の胃がん検診は、内視鏡検査(胃カメラ)かエックス線検査(バリウム)のどちらか一方を選択して受診できます。

①胃がん検診(胃内視鏡検査)

2年に1回受診できます。

受診票は申し込みから2週間ほどで送付します。

【対象】

区内在住で、令和7年3月31日時点で50歳以上の方
※次のいずれかに該当する方は対象になりません。

- ▶ 令和5年度に区の胃がん検診(胃内視鏡検査)を受診した方
- ▶ 消化性潰瘍などの胃疾患で受療中の方(ピロリ菌除菌中の方も含む)
- ▶ 胃全摘術後の方
- ▶ 内視鏡検査に耐えられない、または実施に危険が伴うと医師が判断した方
- ▶ 妊娠中の方

【内容・費用】 胃内視鏡検査(胃カメラ) / 1,000円

【実施期間】 令和7年2月28日(金)まで(休診日を除く)

【実施場所】 区内実施医療機関



②胃がん検診(エックス線検査)

【対象】 区内在住で、令和7年3月31日時点で50歳以上の方
※次のいずれかに該当する方は対象になりません。

- ▶ 令和5年度、または令和6年度に区の胃内視鏡検査を受診した方
- ▶ 胃の手術を受けた方
- ▶ 過去に胃の検査を受診して具合が悪くなった方
- ▶ 妊娠中の方

【内容・費用】 胃のエックス線撮影(バリウムを使用) / 1,000円

③大腸がん検診

【対象】 区内在住で、令和7年3月31日時点で40歳以上の方

【内容・費用】 便潜血反応検査 / 500円

※令和6年度の区の大腸がん検診(医療機関実施分)を受診した方は対象になりません。

②・③いずれも

年度内に1回受診できます。

受診票は検診月の前月末に送付します。

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)	12/23(月)、 令和7年 1/22(水)	各日 100人
金町保健センター(金町4-18-19)	12/13(金)、 令和7年 1/16(木)	
にこわ新小岩(西新小岩4-33-2)	12/16(月)	各50人
南綾瀬地区センター(堀切7-8-22)	12/17(火)	
高砂地区センター(高砂3-1-39)	令和7年 1/24(金)	

【受付時間】 午前9時～10時30分

【申込方法】

オンライン申請か電話、ハガキ(「2面上欄記入事項、生年月日、希望検診名(複数申し込み可。②・③は会場と検診日(第2希望まで)」を記入)で、各申込期限まで(②・③は多数抽選)。

オンライン申請



▲① ▲②・③

【申込期限】

- ▶ ① 12月31日(火)(消印有効)
- ▶ ②・③ 希望検診月の前月の15日(必着)

【電話申し込み】 はなしょうぶコール ☎03-6758-2222

【ハガキ申し込み・担当課】

〒125-0062 青戸4-15-14 健康推進課

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。

◆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 葛飾区医師会館内) ☎03-3694-9550
【受付時間】 月～金曜日(祝日を除く) 午後7時30分～9時45分

◆休日応急診療所(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

※立石休日応急診療所と金町休日応急診療所では、インフルエンザの迅速検査、新型コロナウイルス感染症の抗原検査、溶連菌の迅速検査を実施しています。ただし、発熱確認から約12時間経過していない方は、検査を実施できない場合があります。

◆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

日程	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
11/10 (日)	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
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	03-5698-3688
	茅野外科内科	外	西亀有2-37-3	03-3602-0357
	新小岩北口診療所	外、整、内、胃	西新小岩1-8-4	03-5670-2826
林整形外科	整	堀切4-12-10	03-3697-2013	

◆休日歯科当番医 【診療時間】 午前9時～午後4時

日程	医療機関名	所在地	電話番号
11/10 (日)	しのづか歯科医院	新宿3-11-1	03-3600-6487
	星谷歯科医院	東新小岩3-3-10	03-3691-0486

◆休日当番接骨院 【開院時間】 午前9時～午後5時

日程	接骨院名	所在地	電話番号
11/10 (日)	三浦接骨院	細田5-10-9	03-3673-6598
	小松通り整骨院鍼灸院	新小岩3-15-1	03-6231-4066

◆休日対応薬局 【開局時間】 午前9時～午後5時30分

日程	薬局名	所在地	電話番号
11/10 (日)	あすか薬局	亀有5-19-6-1階	03-5616-8016
	フレンド薬局	西新小岩1-8-5-1階	03-5670-9311

発熱などの症状がある方へ
感染症の拡大防止のため、
受診する前に各医療機関へ必ず電話でご相談ください。

凡例

他：日時
日：日
時：時
会：会場
方：申込方法
申：申込先
問：問い合わせ先
内：内容
費：費用
持：持ち物
保：保育
HP：ホームページ

【モ】

モンチャレポイント付与対象事業です。



「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。

かつしかフードフェスタ 2024

【日時】 11月16日(土)・17日(日)
午前10時～午後4時
【会場】 新小岩公園 (西新小岩1-1-3)
【担当課】 商工振興課 ☎03-3838-5559

ステージイベント

16日(土)

新小岩中学校 吹奏楽部 午前10時30分～
江戸太神楽 仙庭・水仙 午前11時30分～
Hui Hula Oluolu Ka Mana O 午後0時30分～
新小岩で活躍するフラダンスチームによるパフォーマンスです。
BEYBLADE X スペシャルステージ 午後1時30分～
よしもとお笑い LIVE 午後2時30分～

【出演】 関好江(ボルサリーノ)さん、くまだまさしさん、
グランジさん、シマッシュレコードさん、いぬさん



▲関好江さん (ボルサリーノ)



▲くまだまさしさん



▲グランジさん



▲シマッシュレコードさん



▲いぬさん



▲仙庭さん・水仙さん

17日(日)

修徳高等学校 吹奏楽部 午前10時～
和太鼓グループ彩 LIVE 午前10時50分～
第11回かつしかキッズダンスバトル 正午～
【ゲスト審査員】
LiliCoさん、Q-TAROさん、法師山 瑤さん
LiliCo&佐々木亮介 (a flood of circle) アコースティック LIVE
午後3時～



▲LiliCoさん



▲Q-TAROさん



▲法師山 瑤さん



▲佐々木亮介さん

※ステージイベントの内容は変更となる場合があります。

その他

イベント情報や会場マップなど、詳しくは区HPをご覧ください。



▲区HP

モ 会場内ブースで、モンチャレアプリ説明会を開催します。
【日時】 11月16日(土)
午前10時30分～午後3時30分



▲詳細はこちら

(細02) 細田循環バス無料乗車デー 無料バスで行こう!

【期間】 11月15日(金)～21日(木)
【対象】 細02系統の全区間 (東新小岩・奥戸・細田・鎌倉地域～新小岩駅東北広場)

フードフェスタ開催期間中は、増便して運行します。

【担当課】 交通政策課
☎03-5654-8397



▲詳細はこちら



第30回 かつしか国際交流まつり

日時 11月10日(日)午前10時～午後3時30分
会場 かつしかシンフォニーヒルズ別館 他 (立石6-33-1)
【担当課】 文化国際課

知りたいな 世界の文化

▶日本語教室外国人学習者による母国紹介
▶友好都市紹介パネル展 ▶あなたの名前を中国語で言うと ▶中国語クイズ ▶漢詩かるた体験 ▶インドネシア舞踊 ▶韓国太鼓と和太鼓のコラボ



からだをつかって国際交流

▶韓国チャンゴ(太鼓)体験 ▶羽根つき ▶皿回し体験 ▶クイズラリー (全問正解した方のうち先着300人に景品をプレゼント)

お買い物で国際交流

▶ウクライナ避難民による手芸品展示&販売 ▶インドネシアの民芸品&小物販売

日本の伝統芸能&演芸

▶日本舞踊 ▶茶道体験 ▶盆踊り ▶沖縄エイサー ▶南京玉すだれ



日本の昔あそびを体験しよう

▶こま回し ▶輪投げ ▶けん玉 ▶折り紙 ▶囲碁 ▶かるた作り



おいしいものいっぱい食文化体験

▶アジアンカフェ ▶ベトナム/フォー、バイン・ミー ▶韓国/トッポギ、ポップコーン ▶インド/ケバブ、ロングポテト ▶インドネシア料理 ▶台湾水餃子 ▶エチオピアコーヒー

外国人による日本語スピーチ大会

日本の生活で感じたこと、発見したことなど日本語でスピーチします。
【時間】 午前10時～正午

マレーシア・ペナン州青年ホームステイ派遣報告会

ホームステイに派遣された団員が、現地での体験や感じたことを発表します。
【時間】 午後1～2時

※イベントの内容は変更となる場合があります。

【問い合わせ】 かつしか国際交流まつり実行委員会事務局 (かつしかシンフォニーヒルズ内)
☎03-5670-2231 ✉intl@k-mil.gr.jp



◀詳細はこちら

広告 内容については広告主にお問い合わせください

この町のお抱え工務店

リフォーム・リノベーション

雨もり 内外装 水廻り

新築 介護リフォーム



TOYODO HOUSE-SP 東洋堂ハウスSP

東京都知事許可(般-2)第144283号

金町支店 03-5876-3963 小岩支店 03-6458-0064

葛飾区東金町1-44-13 越後屋ビル2F

江戸川区西小岩1-28-12 カーサ西小岩1F・2F



ジュケル恵利Sister

成人式

正絹振袖 レンタルフルセット

39,000円～ (税込 ¥42,900～)

前撮り&当日着付 承ります

京成線 高砂駅すぐ

葛飾区高砂5-35-12-1F

☎0120-566-206



レンタル袴 始めました

ママ振袖 アレンジ&お直し お気軽に ご相談ください

凡例

他:日時 会:会場 対:対象 定:定員 内:内容 費:費用 担:担当課 HP:ホームページ

モ

モンチャレポイント付与対象事業です。



「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。