

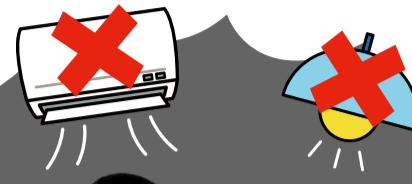
- ▶かつしか便り 4面  
(お知らせ・講座など)
- ▶区民相談 8面
- ▶休日応急診療 9面
- ▶スポーツ 10面

できていますか?  
大地震の備え

# 地震が起きたら…



食料がない!  
スーパーやコンビニに



電気が止まつてしまつた…



断水してトイレが使えない!

【担当課】危機管理課 ☎ 03-5654-8254

## 自宅での備蓄を行いましょう

地震発生直後は人命救助が優先されるため、すぐに救援物資が届かないことがあります。水や食料など生活に必要な物を**最低3日分、できれば1週間分**備蓄し、自力で乗り切れるようにしましょう。また、災害時には生活用品や医薬品なども不足することが想定されるので、各自で日頃から準備をしておきましょう。

### 【備蓄品の例】

食料品	飲料水(1人当たり1日3L)、食料(缶詰やレトルト食品など)
生活用品	カセットコンロ、ごみ袋、常備薬、 <b>簡易トイレ</b>
道具類	ラジオ、LEDライト、乾電池、モバイルバッテリー
感染対策	マスク、ビニール手袋、体温計、消毒液
高齢者向け	おむつ、おしりふき、医薬品
乳幼児向け	おむつ、おしりふき、おやつ、乳幼児用ミルク
ペット用品	ペットフード、移動用ケージ、ペット用トイレ



### ローリングストックで日頃から備えましょう

日常的に利用できるストック食材(カップ麺やレトルト食品、缶詰など)を多めに購入し、古い物から使い、使った分を補充するローリングストックを行いましょう。



自宅の便器に「ビニール袋」を被せて「消臭・凝固剤」を入れるだけで簡単に使用できます(目安: 人数×7回×7日分)。凝固剤がない場合は、細かく切った新聞紙でも代用できます。

【例】4人家族の場合、4人×7回×7日分=196個

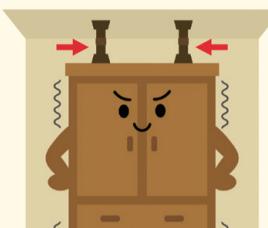
## 非常用持ち出し袋も準備しておきましょう

災害時にいつでも持ち出しができるよう、必要最低限の物をリュックサックに準備しておきましょう。

### 【非常用持ち出し袋の例】

食料品	飲料水、非常食
生活用品	ライター・マッチ、ろうそく、缶切り、洗面用具、タオル類
貴重品	現金、通帳、印鑑
避難用具類	携帯ラジオ、LEDライト、予備電池、モバイルバッテリー、ヘルメットまたは防災頭巾、防じんマスク、軍手
衛生用品・救急用品	マスク、消毒液、ばんそうこう、ティッシュ類、生理用品、お薬手帳(コピー)
高齢者向け	おむつ、おしりふき、医薬品
乳幼児向け	おむつ、乳幼児用ミルク、哺乳瓶、おんぶひも
ペット用品	ペットフード、移動用ケージ、ペット用トイレ



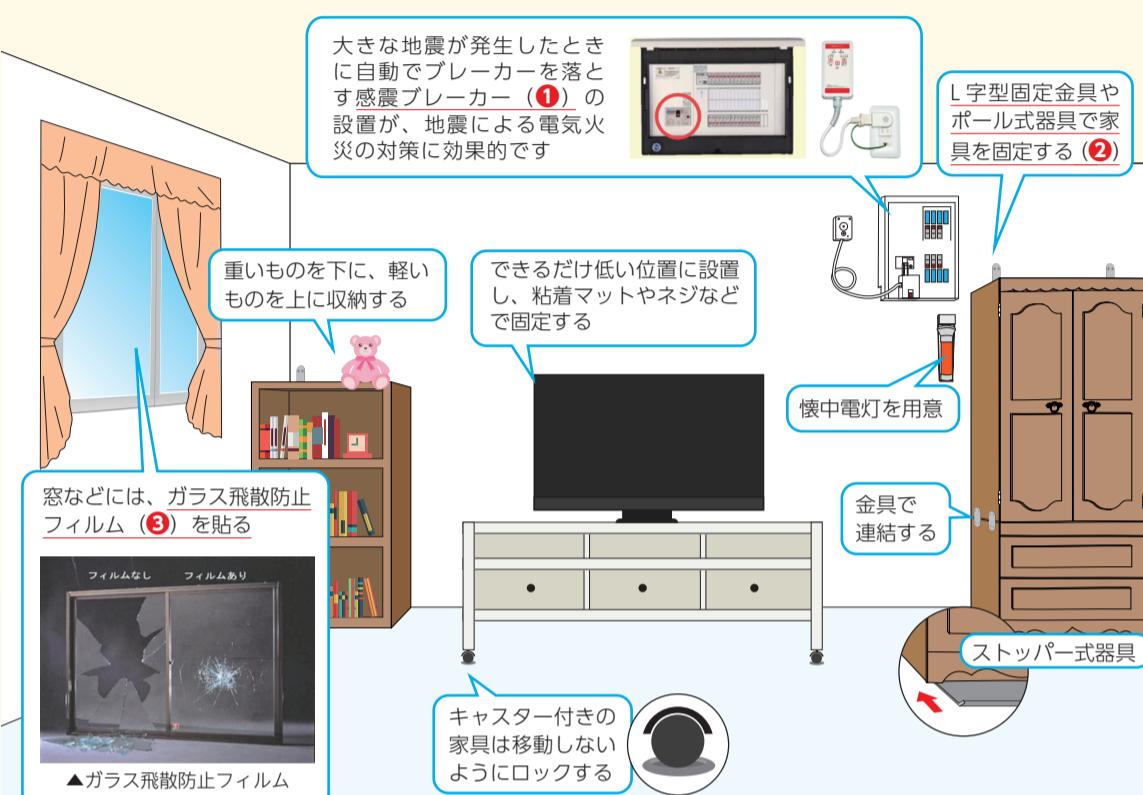


# できていますか？大地震の備え

地震による死亡やけがの原因の多くは、転倒した家具や割れて飛散したガラスによるものです。  
また、地震による火災の約6割は電気が原因です。自宅の安全を確認し、災害に備えましょう。

【担当課】危機管理課 ☎ 03-5654-8254

## 地震に強い部屋づくり



### 家具の配置も確認！

寝室や避難経路となる場所には家具・家電を置かないようにしましょう。  
他に置き場がない場合は、人がいる向きに倒れないよう配置を工夫しましょう。

### 先着順（無くなり次第終了）

#### 感震ブレーカーを無料配布しています

火災危険度※ランク3以上の地域（右記参照）に住んでいる方に配布しています。

対象の住宅など、詳しくは区HPをご覧になるか、お問い合わせください。

※地震の揺れで発生した火災の延焼による危険性の度合いを測定したもの



▲詳細はこちら

### 火災危険度ランク3以上の地域

- ▶立石1~4・6~8丁目 ▶東立石2~4丁目 ▶四つ木1~4丁目
- ▶東四つ木3・4丁目 ▶宝町1・2丁目 ▶堀切1~8丁目
- ▶東堀切1・2丁目 ▶小菅1~3丁目 ▶お花茶屋1~3丁目
- ▶亀有2・5丁目 ▶西亀有3・4丁目 ▶青戸1・2・5・6丁目
- ▶新小岩1~4丁目 ▶東新小岩4~8丁目 ▶西新小岩3~5丁目
- ▶奥戸2・3丁目 ▶高砂2・3・5・6・8丁目 ▶鎌倉1~4丁目
- ▶細田1・4・5丁目 ▶柴又1~4・6・7丁目 ▶新宿1・2・5丁目
- ▶金町2~5丁目 ▶東金町3~6丁目 ▶水元2・4丁目
- ▶東水元1丁目 ▶南水元1・2・4丁目 ▶西水元1~3・6丁目



## 初心者も楽しめる 農具がなくても大丈夫 農業体験農園 利用者募集

農作業を教わりながら、野菜作りを体験できます。

### ここがポイント

#### 初心者でも安心

月2回程度の講習会で園主から丁寧な指導を受けながら、本格的な野菜作りを楽しめます。

#### 気軽に体験

苗や肥料、農具など必要な物は園主が用意します。

期間中、自分の区画には自由に入ることができます。

#### さまざまな野菜を楽しめる

同時に複数の種類の野菜を育てることができます（育てる野菜は園主が選びます）。収穫した野菜は、全て持ち帰ることができます。

農園名	園主	募集区画	野菜
だいはる 大春農園(西水元3-19)	大畠一郎	33	甘トウガラシ、ジャガイモ他
中村農園(西水元3-27)	中村泰子	32	ダイコン、ピーマン他

面積はいずれも1区画30m<sup>2</sup>

#### 【利用期間】

3月1日(日)～12月31日(木)

園主との相談により更新ができます（3年間まで）。

【対象】18歳以上の方

【費用】5万円／10カ月

#### 【申込方法】

オンライン申請か、往復ハガキ（「4面上欄記入事項と希望農園名」を記入）で、1月23日(金)（必着）まで（多数抽選）。

当選者は、1月31日(土)午前10時から水元学び交流館（南水元2-13-1）で行われる説明会への参加が必要です。

#### 【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

## 副区長が就任しました

令和7年第4回定例会本会議において選任同意され、1月10日付で就任しました。

植竹 貴氏



**【略歴】** 昭和39年生まれ。中央大学卒業、昭和63年4月葛飾区役所勤務、平成16年4月豊島区教育委員会中央図書館長、平成18年4月葛飾区地域振興部文化国際担当課長、平成21年4月子育て支援部保育管理課長、平成22年4月総務部秘書課長、平成28年4月総務部参事(秘書課長事務取扱)、平成31年4月区長室担当部長。令和4年1月葛飾区副区長。

## 選挙管理委員を紹介します

(令和7年12月27日付就任)

委員長 大塚 周夫 氏  
委員長職務代理者 折笠 明実 氏

委員 池田 行彦 氏  
委員 黒柳 讓治 氏

**【担当課】** 選挙管理委員会事務局 ☎ 03-5654-8493~8

## マンション向け 防災講座

マンションの強みを生かした防災対策について学びます。いざという時に備え、自助・共助の取り組みを確認しましょう。  
**日程** 下表のとおり定各日50人程度方 1月19日(月)午前8時30分からオンライン申請か電話で(先着順)。申担 危機管理課 ☎ 03-5654-8572

日程	会場
1/31(土)	亀有地区センター (亀有3-26-1リリオ館7階)
2/7(土)	金町地区センター (東金町1-22-1)
2/14(土)	新小岩地区センター (新小岩2-17-1)

いずれも午前10時~11時30分



▲オンライン申請



## みんなで選ぼう

## こち亀記念館 元ネタ王決定戦

【担当課】観光課

開館1周年を記念して、3月13日(金)～29日(日)に漫画『こちら葛飾区亀有公園前派出所』の生原画展を開催します。

館内の展示作品の中から、元になった原画を見てみたいと思う作品に投票してください。

## 投票期間

1月21日(水)～2月1日(日)

## 投票方法

こち亀記念館1階特設スペースで投票してください。

1階部分は無料で入館できます。

## 【会場・問い合わせ】

こち亀記念館(亀有3-32-17)

☎ 03-6240-7642



## イベント情報

## 音声ガイドつき映画会『長州ファイブ』



生ナレーションによる音声ガイドと字幕付きの映画です。視覚や聴覚に障害のある方も楽しめます。

サポートが必要な方は事前にご相談ください。

**日** 2月22日(日)午後2時～4時15分。直接会場へ(先着順)。対中学生以上の方40人他 2006年製作／松田龍平出演会担立石図書館(立石1-9-1)☎ 03-3696-4451

## 障害者施設自主生産品販売会



障害のある方が作ったパン・焼き菓子・雑貨などを販売します。売り上げは作業工賃として施設利用者に還元されます。

**日** 2月4日(木)・5日(金)午前11時～午後2時会区役所2階区民ホール担障害福祉課☎ 03-3695-2224



## 身体障害のある方へ

地域活動支援センター  
令和8年度講座の利用者募集

番号	講座名・内容	日時	定員
1	体操 健康体操を行います。	毎週(木) 午前10時30分～11時20分	15人
2	音楽 歌を歌い、体を動かします。	第1(木) 午後1～3時	12人
3	陶芸 茶わん、皿などを作ります。	第2(木) 午後1～3時	10人
4	書道 毛筆で字の書き方を学びます。	第4(木) 午後1～3時	10人

**【開催期間】** 4月～令和9年3月(祝日・年末年始を除く)

**【対象】** 区内在住18歳以上の身体障害者手帳をお持ちの方で、ご自身で会場まで来られる方

**【費用】** 1回100円

(陶芸のみ材料費として別途2ヶ月に1回6,000円)

**【申込方法】** 往復ハガキに「4面上欄記入事項、生年月日、希望番号(複数選択可)」を書いて、2月5日(木)(必着)まで(多数抽選)。

**【会場・申し込み・担当課】** 〒124-0006堀切3-34-1ウェルピアかつしか内障害者施設課 ☎ 03-5698-1336

## 凡例

他	日時
会	会場
方	申込方法
申	定員
問	内容
費	費用
担	持
HP	持ち物
保	保育

## モニチャレポート付与



申込方法の記載がないイベントなどは、直接会場へお越しください。費用の記載がない事業は無料です。全〇回とある講座は、全ての日程に参加してください。

水元かわせみの里  
フォトコンテスト作品展示

【担当課】環境課

皆さんから募集した区内で撮影されたさまざまな生き物の写真を展示し、投票で入選作品を決定します。

入選作品は水元かわせみの里でポストカードとして販売します。入選作品に投票された方の中から抽選で40の方に、ポストカードを差し上げます。

展示・投票期間	会場
1/15(木)～2/15(日)	水元かわせみの里(水元公園8-3)
1/23(金)～2/15(日)	中央図書館(金町6-2-1)



▲投票はこちら

1月15日(木)～2月15日(日)に右の二次元コードからも作品をご覧になれます。

## 【投票方法】

オンラインか会場で投票できます。投票は1人1回です。

**【問い合わせ】** 水元かわせみの里 ☎ 03-3627-5201



凡例

他日  
その他会場  
申込方法対象  
申込先定員  
問合せ内  
内容  
費費用  
担当課HP  
ホームページ  
保  
保育

モニターレポート

事業です。  
モニターレポート  
インポート付与

QRコード

申込方法の記載が  
ないイベントなどは、  
直接会場へお越しください。

は無料です。「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

# かつしか便り

## 区からのお知らせ・講座など

### お知らせ

「墨田清掃工場リニューアル事業」に係る環境影響評価調査計画書案をご覧になれます

#### 【総覧期間】

1月19日(月)～28日(水)

#### 【総覧場所】

環境課(区役所4階410番)、東四つ木地区センター(東四つ木1-20-4)、えきにこわ(新小岩1-45-1)など

東京都HPからもご覧になれます。

#### 【意見書提出方法】

オンラインか、意見書(様式自由)に「住所・氏名・電話番号」を書いて、2月9日(月)(消印有効)までに持参か郵送。

#### 【意見書提出先】

〒163-8001新宿区西新宿2-8-1東京都環境局環境政策課



▲詳細はこちら

#### 令和8年度上半期のフリーマーケット出店登録者の募集

6ヶ月ごとに登録者を募集します。現在登録している方で、引き続き登録を希望する場合も申し込みが必要です。

出品できる物や抽選会の日時など、詳しくは区HPをご覧になるか、お問い合わせください。

#### 【登録期間】

4～9月

#### 【対象】

区内在住の方(営利目的を除く)

【出店日時】原則毎月第2土曜日午前10時～午後2時

【出店数】各月5店(出店は無料。

各月の出店者は抽選会により決定)

【申込方法】往復ハガキに「上欄記入事項と出品物」を書いて、2月24日(火)(必着)まで(多数抽選・1世帯1枚)。

#### 【会場・申し込み・担当課】

〒124-0012立石5-27-1

ウィメンズパル内消費生活センター



☎03-5698-2316

▲詳細はこちら

#### 事業者との契約トラブル・借金でお困りの方へ

弁護士が無料で消費生活相談に応じます(1人30分程度)。

■1月27日(火)午前10時～正午、午後1～3時会 ウィメンズパル(立石5-27-1)区内在住・在勤・在学の方5人方

1月19日(月)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

#### スマートフォンの使い方 玄などに関する相談会

スマートフォンの基本的な使い方や区の電子サービスの使い方など、さまざまな相談を受け付けます(1人30分程度)。

■1月29日(木)午前10時～正午会 堀切地区センター(堀切3-8-5)担 DX戦略課☎03-5654-8610

#### 空き家個別相談会

所有する空き家の管理・活用方法など、空き家に関する悩み事を専門家に相談できます。

■2月7日(土)午後1時30分～4時40分会 高砂地区センター(高砂3-1-39)区内在住または区

### ハガキ・ファックス・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(ファックス番号)
- ⑥その他(各記事に掲載)

※原則、重複申し込みはできません。

内に空き家をお持ちの方4組方1月19日(月)午前9時から電話で(先着順)。申空き家等相談窓口☎03-3605-1222担住環境整備課

#### HIV・梅毒即日検査

無料・匿名の検査です。

HIV検査は、感染の機会から3カ月以上経過していないと正しい検査結果が出ないことがあります。

検査結果は当日にお伝えします。検査結果が判定保留の場合は、2～4週間後の区が指定する日時にお伝えします。

■2月4日(木)午前9時～9時45分会 健康プラザかつしか(青戸4-15-14)定20人方1月21日

(水)午前9時からオンライン申請か電話で(先着順)。申担 保健予防課☎03-3602-1331



▲オンライン申請



▲オンライン申請

0時30分会金町地区センター(東金町1-22-1)対区内在住・在勤・在学15歳以上の方40人(個別相談は14人)持個別相談を希望する方は、基礎年金番号が分かる物・本人確認できる物オンライン申請かハガキ(「上欄記入事項と個別相談希望の有無」を記入)で、2月2日(月)(必着)まで(多数抽選)。

申担 〒124-8555葛飾区役所生涯学習課☎03-5654-8475



▲オンライン申請

PTAや地域の大人たちが、子どもを犯罪から守るために取り組んだ活動内容を報告し、地域の犯罪の実態や、安心して過ごせるまちにしていくための方法を学びます。

■2月7日(土)午後2～4時会 亀有地区センター(亀有3-26-1リリオ館7階)定50人保2歳以上就学前のお子さん6人方オンライン申請で、2月2日(月)まで(多数抽選)。

申担 生涯学習課☎03-5654-8476



▲オンライン申請

自分に何かあった時に備える生前整理について学びます。

■2月14日(土)午後2～4時対中学生以上の方40人方1月17日(土)午前9時からオンライン申請・電話・窓口で(先着順)。

申担 鎌倉図書館(鎌倉2-4-5)☎03-3650-7741



▲オンライン申請

### 令和8年度 広報かつしか・区HPの広告を募集

#### 【その他】

版下・バナーは広告主が作成してください。品位を損なうものは掲載できません。

掲載基準など詳しくは、区HPをご覧ください。

【掲載の可否】審査により決定します。

【申込方法】1月20日(火)午前9時からオンライン申請で(先着順)。※広報かつしかは、掲載枠に限りがあります。申し込み前に空き状況をお問い合わせください。

#### 【担当課】広報課

▶広報かつしかについて ☎03-5654-8116

▶区HPについて ☎03-5654-8115



▲詳細はこちら

#### 区HP

掲載場所	規格	1カ月の掲載料
トップページ バナー広告	120×45ピクセル GIF形式 4KB以内	2万円
第2階層ページ テキスト広告	団体名・説明 各20文字以内	5,000円

#### 【広告媒体】

##### ▶広報かつしか

月3回の発行(5・15・25日号)で全世帯に配布しています(各号約26万部発行)。

##### ▶区HP

月平均約11万アクセス(トップページ)、サイト全体では年間約2,141万回のアクセスがあります(令和7年実績)。

##### 【規格・掲載料】

令和8年度から広報かつしかの掲載料を改定しました。広報かつしか・区HPともに、連続掲載の場合は割引があります。

#### 広報かつしか

掲載面	規格(cm)	1回の掲載料
中面 (青と黒の2色)	7×23.5	18万7,000円
	7×11.5	10万4,000円
	7×5.5	5万7,000円
	下帯(1×17)	2万6,000円
最終面 (カラーも可)	7×23.5	39万円
	7×11.5	19万5,000円
	7×5.5	10万4,000円



「かつしかインフォメーション(葛飾区提供)」で  
区からのお知らせを放送しています!  
ラジオのダイヤルはFM78.9MHzです。

月～金曜日／午前9時～午後4時 パソコン・スマートフォンからも聴けます。

広報

# かつしか

令和8年(2026年)1月15日 No.2006

5

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。

## 郷土と天文の博物館 講座・講演会

モ

### 星の講演会

流れ星について研究者が解説します。  
■ 2月7日(土)午後7時～8時30分 定140人(小・中学生は保護者同伴) □ オンライン申請か往復ハガキ(「4面上欄記入事項」を記入)で、1月30日(金)(必着)まで(多数抽選)。  
▲オンライン申請



### 西の多摩川、東の江戸川 東京を流れる大河の民俗を学ぶ

■ 内 下表のとおり定各日100人 □ オンライン申請か往復ハガキ(「4面上欄記入事項と希望日(複数可)」を記入)で、2月24日(火)(必着)まで(多数抽選)。



日程	内容
3/7(土)	江戸川の民俗
3/14(土)	多摩川の民俗

いずれも午後2～4時  
—— いずれも ——

費 各日200円 会申担 〒125-0063白鳥3-25-1郷土と天文の博物館 03-3838-1101

## 障害のある方へ パソコン講習会

キーボード操作や文字入力の方法を学びます。

### 高次脳機能障害のある方へ

パソコン講習会 全4回  
■ ①2月18日～3月11日の(水)  
②2月19日～3月12日の(木)。いずれも午前10時～11時30分。  
対区内在住18～69歳で、高次脳機能障害のある方3人

### 知的障害のある方へ

わいわいパソコン講習会 全5回  
■ 2月18日～3月18日の(水)午後3時30分～5時 対区内在住18～69歳で、愛の手帳をお持ちの方3人

—— いずれも ——

万往復ハガキに「4面上欄記入事項、生年月日、希望講座名(「高次①」「高次②」「わいわい」のいずれか)」を書いて、1月26日(月)(必着)まで(新規申し込み優先・多数抽選)。会申担 〒124-0006堀切3-34-1ウェルピアかつしか内障害者施設課 03-5698-1336

## かつしかはつらつ体操 体験会

モ

区歌に合わせて行う体操です。肩こりの解消やフレイル予防にも役立ちます。  
■ 1月19日(月)午前10～11時。直接会場へ(先着順)。会 金町地区センター(東金町1-22-1) 定20人 □ かつしかはつらつ体操(動画)は、区公式YouTubeチャンネルでご覧になります。申 健康推進課 03-3602-1268



▲詳細はこちら

## 乳がんについて 理解しよう

モ

東京慈恵会医科大学葛飾医療センターで乳がんの治療に携わる医師が、早期発見・治療のために日々頑張り気を付ける点や、検診の大切さについてお話しします。  
■ 2月7日(土)午後3時～4時30分 会 健康プラザかつしか(青戸4-15-14) 対 区内在住の方40人 □ 1月14日(水)～29日(木)にオンライン申請か電話で(多数抽選)。申 はなしうぶコール 03-6758-2222 □ 健康推進課



▲オンライン申請

## 認知症サポーター養成講座

モ

認知症の方やその家族が、地域で安心して一緒に暮らしていくよう、認知症を正しく理解します。

### 亀有会場

■ 1月29日(木)午後2時～3時30分 会 亀有地区センター(亀有3-26-1リリオ館7階) 定15人 □ 1月19日(月)午前9時から電話で(先着順)。申 高齢者総合相談センター亀有 03-6240-7630

### お花茶屋会場

■ 2月5日(木)午後2時～3時30分 会 お花茶屋地区センター(お花茶屋2-1-12) 定20人 □ 1月17日(土)午前9時からオンライン申請か電話で(先着順)。

申 高齢者総合相談センターお花茶屋 03-6662-7907



▲オンライン申請

—— いずれも ——  
対区内在住・在勤・在学の方 担 高齢者支援課

## 広告 内容については広告主にお問い合わせください

### 弁護士 司法書士 税理士

に一度にまとめて相談できる!

## 相続・不動産 無料相談会

弁護士、司法書士、税理士の3人が同席し、お話を伺います。  
「誰に相談すればいいかわからない」という方も安心してお気軽にご相談ください。お待ちしております。

1月24日(土) 10時～17時

場所 葛飾区東四つ木4-5-16杉田ビル1階  
四ツ木駅 徒歩6分 洪江商店街沿い

お申込は こちら 株式会社フォーライフ 事前予約制  
受付時間 9時～17時  
03-3692-8283

主催 株式会社フォーライフ 東京都墨田区中島1-4-17マートコート中島第2-305

恒社葬  
ご対応致します

孝行舎

かつしか  
区民のお葬式

式を行わない  
火葬のみ

火葬式  
プラン

通夜を行わない  
1日のお葬式

1日葬  
プラン

こうこうしゃ

(株) 孝行舎

足立区役所から一番近くの葬儀社

東京都足立区中央本町1-19-2

24時間365日受付 はい こうこうしゃ

0120-81-5548

一般葬・大型葬・2日葬も通常プランにて承っております。詳しくはお問合せ下さい。

## 女性のための 無料法律相談会

相談日 1月23日、28日、30日

担当者 弁護士 佐藤 洋子

離婚、養育費、セクシャルハラスメントなど

女性にかかるトラブルについて、女性弁護士が

無料で相談に応じます(30分・事前予約制)

連絡先 TEL: 03-5672-9898

葛飾区高砂5-29-5-201

## 入居者募集 軽費老人ホーム

△60才以上、自立された方が対象の施設です

月々102,760円～

※上記は保証金30万を選択の場合

※食事代込

※公的補助あり

詳しく述べるお問い合わせ下さい

社会福祉法人 いろは福祉会

ケアハウス グレースビレッジ

葛飾区鎌倉1-3-1

電話(5668)0294

ホームページ http://www.iroha.or.jp

## 凡例

他 日 その他  
日時  
会 会場  
方 申込方法  
申 定員  
問 内容  
費 費用  
担 担当課  
HP ホームページ  
保 保育

モンチャレポート付与

QRコード

申込方法の記載がないイベントなどは、直接会場へお越しください。費用の記載がない事業は無料です。「全〇回」とある講座は、全ての日程に参加してください。



凡例

他日  
その他  
会場  
申込方法対象  
申込先  
問い合わせ  
費用担当課  
HP  
ホームページモニチャレポート付  
対象事業です。申込方法の記載が  
「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

## 就学援助費(2学期分)を 振り込みます

**【振込完了日】** 1月15日(木)

支給金額・費目については、学年や認定区分、申請月によって  
変わります。詳しくは結果通知書に同封の支給額一覧表をご覧ください。

**【担当課】** 学務課 ☎ 03-5654-8460

### 子どもエコ工作教室 とびだせ 恵方巻きちゃん

工作をしながら、3Rやごみの減量について  
楽しく学びます。恵方巻きは食べられません。  
**日** 1月21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



## 車いすで出動 まち探検隊

区民大学単位認定講座。

車いすに乗って、亀有駅周辺を走行したり、買い物をしたりします。  
**日** 2月8日(日)午前9時30分~正午 **会**亀有地区センター(亀有3-26-1リリオ館7階) **対**区内在住の小学3~6年生と保護者  
10人 **方**オンライン申請か電話、ファックス(「4面上欄  
記入事項と必要な配慮(手話通訳など)」を記入)で、  
1月23日(金)まで(多数抽選)。 **申担**障害福祉課 ☎ 03-  
5654-8263 FAX 03-5698-1531



▲オンライン申請



**児童1人当たり  
2万円(1回限り)**

## 物価高対応子育て 応援手当を支給します

**【支給対象】** 高校生相当年齢(18歳に達した日以降の最初の3月31日)までのお子さんを養育している方

### 【申請方法・支給時期】

#### ▶ 9月分の児童手当を受給した方(公務員を除く)

物価高対応子育て応援手当の**申請は不要です**。児童手当を支給している口座に2月中旬に振り込みます。

対象の方には1月上旬にお知らせを送付しています。

#### ▶ 令和7年10月1日~8年3月31日に生まれたお子さんを 養育する方(公務員を除く)

児童手当の申請をした場合、物価高対応子育て応援手当の**申請は不要です**。児童手当を支給する口座に2月中旬以降順次振り込みます。

#### ▶ 公務員

物価高対応子育て応援手当の**申請が必要です**。勤務先から申請書が配布されます。申請方法など、詳しくは区HPをご覧になるか、お問い合わせください。

※児童手当を受給していない方などは、物価高対応子育て応援手当の申請が必要となりますので、お問い合わせください。

**【担当課】** 子育て応援課

#### ▶ 物価高対応子育て応援手当に関するこ

☎ 03-5654-7022

#### ▶ 児童手当に関するこ

☎ 03-5654-8294



▲詳細はこちら

## かつしか

## 「自分を大切にする子ども」を育てたい 思春期講習会

思春期を迎える子どもとの向き合い方を考えます。

**日** 2月11日(水・祝)午後2~4時 **会**青戸地区センター(青戸5-20-6) **定**50人 **方**オンライン申請で、2月1日(日)まで(多数抽選)。 **担**地域教育課 ☎ 03-5654-8589



▲オンライン申請

## そうさく教室

オリジナルの財布を作ります。

**日** 会 下表のとおり **対**小学生各日36人 **方**オンライン申請で、1月29日(木)まで(多数抽選)。 **担**生涯学習課 ☎ 03-5654-8512



日程	会場
2/21(土)	水元学び交流館(南水元2-13-1)
2/28(土)	亀有学び交流館(お花茶屋3-5-6)
3/14(土)	柴又学び交流館(柴又5-33-8)
3/21(土)	にこわ新小岩(西新小岩4-33-2)



いずれも午前9時~11時30分

## ぜんそくのあるお子さんへ 音楽くんれん教室

全2回

音楽を通じて、呼吸が楽になる腹式呼吸を学びます。

### 新小岩コース

**日** 2月21日(土)・22日(日)午前10時30分~正午 **会**新小岩地区センター(新小岩2-17-1)

### 亀有コース

**日** 3月7日(土)・8日(日)午前10時30分~正午 **会**亀有地区センター(亀有3-26-1リリオ館7階)

いずれも

**対**区内在住で、ぜんそくの症状があるか、ぜんそくの心配がある3歳から小学2年生までの子供さんと保護者20組 **方**オンライン申請・電話・窓口で、2月6日(金)まで(多数抽選)。**申担**地域保健課(青戸4-15-14健康プラザかつしか内) ☎ 03-3602-1231



## 葛飾間税会主催

## 税の標語の受賞者が決まりました

区内の中学生から3,923点の応募があり、次の方々が受賞しました  
(敬称略・五十音順)。 **【担当課】** 税務課 ☎ 03-5654-8194

### 葛飾区長賞

かとう ゆいな(大道中1年)  
「消費税 大人も子どもも 納税者」

### 葛飾区教育委員会教育長賞

むらかみ かのん(水元中1年)  
「消費税 見えない互いの助け合い」

### 葛飾税務署長賞

しなの しょうき(水元中1年)  
「納める税 未来を築く 社会の礎」

### 東京都葛飾都税事務所長賞

なかはら みつき(四ツ木中1年)  
「税を知ろう 自分とみんなの  
未来のために」

### 葛飾間税会長賞

かさまつ かの(奥戸中1年)  
「誰でもできる人助け 税を納めて  
住みよい町を」

### 金賞

なかやま たくみ(新宿中1年)  
「e-Tax 親子で学ぶ 納税の知恵」

### 銀賞

澤田 汐莉(奥戸中1年)  
「聞いて 調べて 考えよう  
税のこと」

星野 雨音(新小岩中1年)  
「知っておこう 税の使い道  
未来のために」

この他3人が佳作に選ばれ、16人が入選しました。

## 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歳未満の方もお越しください。

■ 1月25日(日)午後1~2時。直接会場へ(先着順)。会  
寿湯(東四つ木4-19-14)対区内在住の方20人程度  
担 高齢者支援課 ☎ 03-5654-8299



## のうちから 脳力トレーニング ふらっとみんなで脳トレ

手指を使った左右違う動きや簡単なゲーム、言葉遊びなどを行い、参加者同士で交流しながら脳の活性化を促します。付き添いの方と一緒に参加できます。

■ 1月28日(水)午前10~11時。直接会場へ(先着順)。会シニア活動支援センター(立石6-38-11)対区内在住おおむね65歳以上の方30人担地域包括ケア担当課 ☎ 03-5698-6202

## シニアのためのゆっくり・じっくりIT講座 2月分

日会内 下表のとおり対区内在住おおむね65歳以上の方往復ハガキに「4面上欄記入事項と希望記号」を書いて、各申し込み先に1月26日(月)(必着)まで(多数抽選)。担 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(持ち込み可) ワード基礎 操作の基本から	全2回 2/16(月)・23(月)	2,000円		
B※	パソコン(持ち込み可) エクセル応用 簡単な表作成と住所録	全2回 2/2(月)・9(月)	2,000円		
C	iPhone・アンドロイド(持ち込みのみ) LINE基礎 トーク、友だち、グループなど	全2回 2/17(火)・24(火)	2,000円		
D	アンドロイド(持ち込みのみ) スマホ基礎 やさしく画面をマネするだけ	全2回 2/4(水)・11(水)	2,000円		
E	iPhone(持ち込みのみ) スマホ基礎 やさしく画面をマネするだけ	全2回 2/3(火)・10(火)	2,000円		
F	1日講座 iPhone・アンドロイド(持ち込みのみ)	安全なPayPay 現金チャージ、買い物 話題のAIの使い方を学び体験してみよう	2/12(木) 2/19(木)	1,000円 1,000円	各日6 【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~金曜日/午前10時~午後4時)
G	写真編集・加工、アルバム、コラージュなど	2/26(木)	1,000円		
H					
I	パソコン(持ち込みのみ) 何でも相談できます!	2/13(金)	2,000円		
J	マンツーマン 講座 iPhone・アンドロイド(持ち込みのみ)	アンドロイド(持ち込みのみ) 何でも相談できます!	2/20(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・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)
K	iPhone(持ち込みのみ) 何でも相談できます!	2/27(金)	2,000円		
あ※	パソコン(持ち込み可) ワード基礎 操作の基本から	全2回 2/3(火)・10(火)	2,000円		
い※	パソコン(持ち込み可) エクセル応用 簡単な表作成と住所録	全2回 2/17(火)・24(火)	2,000円		
う	iPhone・アンドロイド(持ち込みのみ) 女性だけのLINE トーク、友だち、グループなど	全2回 2/4(水)・11(水)	2,000円		
え	アンドロイド(持ち込みのみ) スマホ基礎 やさしく画面をマネするだけ	全2回 2/19(木)・26(木)	2,000円		
お	iPhone(持ち込みのみ) スマホ基礎 やさしく画面をマネするだけ	全2回 2/18(水)・25(水)	2,000円		
か	1日講座 iPhone・アンドロイド(持ち込みのみ)	スマホの写真をパソコンに移動 無料の音楽・YouTubeを楽しむ	2/11(水) 2/25(水)	★ 1,000円 ★ 1,000円	各日6 【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)
き					
く	マンツーマン 講座 iPhone・アンドロイド(持ち込みのみ)	パソコン(持ち込みのみ) 何でも相談できます!	2/20(金)	2,000円	
け					
こ					
1	はじめよう!スマホ 購入から電話、メール、文字入力、画面操作	全2回 2/2(月)・9(月)	● 2,000円		
2※	ワード入門編 文書作成、写真・画像を自由自在に編集と整理	全2回 2/3(火)・10(火)	2,000円		
3※	ワード応用編 簡単連絡網(SmartArt)、ポスター・ハガキ作成	全2回 2/17(火)・24(火)	2,000円		
4	1コイン講座 パソコン購入相談 ローマ字入力レッスン	2/4(水)	500円		
5※	エクセル入門編 表計算、グラフ、住所録 作成	全2回 2/5(木)・12(木)	2,000円		
6※	エクセル応用編 表(テーブル)で集計表、家計簿作成、関数	全2回 2/19(木)・26(木)	2,000円		
7	スマホ応用編① LINE、写真整理・保存方法(パソコン、USBなど)	全2回 2/6(金)・13(金)	2,000円		
8	スマホ応用編② ネット検索、スマホ決済	全2回 2/20(金)・27(金)	2,000円		
301	初めてのパソコン	全4回 2/4~25(水)	4,000円		
302	デジカメ、スマホ(アンドロイド)の写真を パソコンへ取り込み・整理・印刷(持ち込みのみ)	全2回 2/5(木)・12(木)	◆ 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 2/5~26(木)	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 2/7~28(土)	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 2/6(金)・13(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 2/20(金)・27(金)	◆ 2,000円		

\*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。

## 介護予防教室

### 柴又会場 全4回

健康運動指導士から、介護予防につながるストレッチ(立位、座位など)を学びます。

■ 2月6日(金)、3月6日(金)、4月3日(金)、5月1日(金)午前10~11時会 柴又学び交流館(柴又5-33-8)対 区内在住65歳以上の方20人申 高齢者総合相談センター高砂☎ 03-5889-8600

### 立石会場

歯科医師や管理栄養士などから、フレイル予防につながるお口のケア方法や栄養の取り方を学びます。

■ 2月17日(水)午後2時~3時30分会 立石地区センター(立石3-12-1)対 区内在住65歳以上の方30人申 高齢者総合相談センター立石☎ 03-6657-6140

..... いずれも .....

■ 1月19日(月)午前9時から電話で(先着順)。担 地域包括ケア担当課

## 子どもと遊ぶ ボランティア 入門講座

### 全4回

■ ▶ 講義／2月12日(木)・19日(木)、3月19日(木)午前9時30分~11時45分▶ 体験実習／3月16日(月)午前10~11時会 カナマチぶらっと(金町6-5-1)対 区内在住おおむね60歳以上の方20人費 500円万オンライン申請か窓口、ファックス(「4面上欄記入事項」を記入)で、2月5日(木)まで(多数抽選)。申 問 おーぶんはうす金町(金町6-4-2)FAX・☎ 03-3609-9604担 地域包括ケア担当課



▲オンライン申請

## 思い出の歌を 歌おう会 新小岩

懐かしい思い出の歌をみんなで一緒に歌って、思い出をたどりながら楽しく過ごします。

■ 2月27日(金)午後1時30分~3時会 新小岩北地区センター(東新小岩6-21-1)対 区内在住おおむね65歳以上の方50人方オンライン申請か、往復ハガキ・ファックス(「4面上欄記入事項」を記入)で、2月10日(火)(必着)まで(多数抽選)。申 問 〒125-0062青戸5-33-1-103NPO法人葛飾アクティブ.COM ☎・FAX 03-5680-2964担 地域包括ケア担当課



▲オンライン申請

凡例

他日  
その他

会場  
申込方法

対象  
申込先

問い合わせ  
内閣

費用  
担当課

持ち物  
HP

保育  
ページ

モニターリング

レポート付与

QRコード

QRコード

申込方法の記載がないイベントなどは、直接会場へお越しください。費用の記載がない事業

は無料です。「全〇回」とある講座は、全ての日程に参加してください。



## 国民健康保険・後期高齢者医療制度

## あなたの医療費をお知らせします

【担当課】国保年金課

「医療費のお知らせ(医療費通知)」を1月下旬に送付します。通知を受け取った後に、区への手続きは必要ありません。

医療費通知は、確定申告の医療費控除に利用できます。

マイナ保険証をお持ちの方は、マイナポータルで自身の医療費情報をご覧になれます。

## 【対象】

## ▶国民健康保険

令和7年6~10月に医療機関などを受診した方(令和7年8~12月に医療機関などから区に請求があった分)

## ▶後期高齢者医療制度

令和7年11月28日時点で、東京都後期高齢者医療の被保険者であり、令和6年9月~7年8月に保険診療で医療機関などへの受診履歴がある方

## 【問い合わせ】

▶国民健康保険について 国保年金課 ☎03-5654-8212

▶後期高齢者医療制度について 広域連合お問合せセンター ☎0570-086-519



## 確定申告をする方へ

## 介護保険料は社会保険料控除の対象です

## 納付書払いまたは口座振替で納めた保険料

1月下旬に対象の方へ送付する「介護保険料(普通徴収)納付済額のお知らせ」でご確認ください。

## 年金天引きで納めた保険料

1月下旬に対象の方へ各年金保険者から送付される「公的年金等の源泉徴収票」でご確認ください(障害年金、遺族年金を除く)。本人が申告する場合のみ控除の対象となります。

【担当課】介護保険課

☎03-5654-8249



## 区民相談 2月分

各窓口で相談できます。  
相談に関する資料があれば  
お持ちください。

2月11日(水・祝)・23日(月・祝)の相談はありません。

電…電話での相談も可  
ビ…ビデオ通話での相談も可(事前に電話で相談してください)

※利用可能なビデオ通話アプリ(FaceTime/Google Meet)

法律相談電ビ	(月)~(金)	午後1時~4時40分	区民相談室(要予約。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	不登校などの教育相談電	(月)~(金)	午前9時~午後5時(来所相談は要予約)	総合教育センター	☎03-5668-7603	
	2/5(木)	午前8時40分~午後4時40分				子どものいじめ相談(電話相談のみ)	(月)~(金)	午前9時~午後5時	かつしかいじめほっとライン	☎03-5654-6837	
遺言書・遺産分割協議書の書き方相談電ビ	2/3(火)・17(火)	午後1~4時				子どもの総合相談電	(月)~(土)	午前8時30分~午後5時	子ども総合センター	☎03-3602-1386	
不動産取引相談電ビ	2/10(火)・24(火)	午後1時~3時50分				児童虐待通報電	(月)~(金)	午前8時30分~午後5時	新小岩地区センター	☎03-3602-1389	
登記相談電ビ	2/5(木)・19(木)	午後1時~3時45分				子どもの発達相談	(月)~(金)	午前10時~午後4時	区民相談室	☎03-3602-1388	
境界・測量相談電ビ	2/19(木)	午後1時~3時45分				若者相談	2/3(火) 2/10(火) 2/17(火) 2/27(金)	午前10時~午後5時	高砂地区センター 金町地区センター 新小岩地区センター	若者相談窓口(要電話予約) ☎080-3730-5687	
税金相談電ビ	(火)	午前10時~午後3時40分	区民相談室(要予約。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	専門相談 シニア・障害のある方	司法書士 2/12(木) 弁護士 2/26(木) 終活相談電	午後1~4時	葛飾区成年後見センター(ウェルピアかつしか内)(要予約)	☎03-5672-2833	
	青少年の生活相談(保護観察官)	2/9(月)				福祉サービス苦情調整	(金)	午後1時30分~3時30分	福祉管理課(要電話予約)	☎03-5654-8243	
成年後見センター出張相談	2/10(火)・24(火)	午前10時~正午				手話相談	(月)~(金)	午前8時30分~午後5時	障害福祉課(区役所2階201番) FAX 03-5698-1531		
人権身の上相談	2/13(金)	午前10時~午後3時	区民相談室(区役所2階209番)直接会場へ。	☎03-5654-8612	5	精神保健相談	精神科医が相談に応じます。		保健センター(9面に欄参照)(要電話予約)		
行政相談	2/26(木)	午後1~4時				健康に関する相談(電話相談のみ)	(月)~(金)	午前8時30分~午後8時	健康ホットラインかつしか	☎03-3602-1244	
年金・社会保険・労働問題相談電ビ	2/12(木)	午後1~4時				患者からの医療相談(電話相談のみ)	(月)~(金)	午前9時~午後5時	患者相談窓口	☎03-3602-1226	
青少年の生活相談(保護司)	2/2(月)・16(月)	午後1~4時	区民相談室(区役所2階209番)直接会場へ。	☎03-5698-2213	5	内職相談	(火)・(木)	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)(要予約)	☎03-5680-8765	
建築・リフォームなんでも相談電ビ	2/6(金)・20(金)	午後1~4時				就職相談 あっせん	(月)~(金) 2/7(土)・21(土)	午前10時~午後7時			
住宅修繕案内電	(月)~(金)	午前8時30分~午後5時				中小企業経営相談	(月)~(金)	午前10時~午後5時			
区政・一般相談電ビ	(月)~(金)	午前8時45分~午後5時				事業承継に関する相談	(月)~(金)	午前10時~午後5時			
交通事故相談電ビ	(月)~(金)	午前8時45分~午後5時				労務相談	(月)~(金)	午後1~4時	産業経済課(テクノプラザかつしか内)(要予約)	☎03-3838-5556	
悩みごと相談(女性対象)電ビ	(月)・(火)・(木)・(金)	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	5	税務相談	(月)~(金)	午前10時~午後4時			
	(水)	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)				法務相談	(月)~(金)	午前10時~午後4時			
配偶者等からの暴力相談電	(月)・(木)	午前10時~午後5時(男性は電話相談のみ)				IT相談	(水)・2/10(火)	午前9時30分~午後5時			
法律相談(女性対象)電ビ	(火)	午後1時30分~4時30分				消費生活相談電ビ	(月)~(金)	午前9時~午後5時	消費生活センター(ウィメンズパル内)	☎03-5698-2311	
LGBTs相談電	2/14(土)	午後1時30分~4時30分				空き家相談(電話相談のみ)	(月)~(金)	午前9時~午後5時	空き家等相談窓口	☎03-3605-1222	
外国人の入国・在留・帰化・就労など手続き相談(翻訳機対応可能)電ビ		2/13(金)午後1~4時 在留カードを持ってきてください。 外国人を雇用している事業者も利用できます。				NPO活動に関する相談(税理士・弁護士・社労士による専門相談は予約が必要です。)	(月)~(金) 2/7(土)・21(土)	午前8時30分~午後5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	
外国人生活相談電ビ		英語・中国語・日本語 2/2(月)・9(月)・16(月)・24(火) 午後0時30分~4時30分 2/2(Mon)・9(Mon)・16(Mon)・24(Tue) 0:30pm~4:30pm 2月2日(星期一)・9日(星期一)・16日(星期一)・24日(星期二) 午後12時30分、至下午4時30分									
外国人生活相談室(也可以电话或视频通话咨询)		中国語・日本語 2/18(水)午後0時30分~4時30分 直接会場へ来てください。 2月18日(星期三) 午後12時30分、至下午4時30分 请直接来咨询室。									
外国人生活相談 外国人生活咨询室											
外国人の入国・在留・帰化・就労など手続き相談(翻訳機対応可能)電ビ		2/13(金)午後1~4時 在留カードを持ってきてください。 外国人を雇用している事業者も利用できます。				区民相談室(区役所2階209番)相談を行っている時間に直接会場へ来るか、電話してください。 Katsushika City Office, 2nd Floor, No.209 Please come in or call us during the consultation hours. 区民咨询室(葛饰区政府2楼209号窗口)请在我们的咨询时间内来访或致电我们。					
外国人生活相談電ビ		英語・中国語・日本語 2/2(月)・9(月)・16(月)・24(火) 午後0時30分~4時30分 2/2(Mon)・9(Mon)・16(Mon)・24(Tue) 0:30pm~4:30pm 2月2日(星期一)・9日(星期一)・16日(星期一)・24日(星期二) 午後12時30分、至下午4時30分									
外国人生活相談室(也可以电话或视频通话咨询)		中国語・日本語 2/18(水)午後0時30分~4時30分 直接会場へ来てください。 2月18日(星期三) 午後12時30分、至下午4時30分 请直接来咨询室。				新小岩区民事務所(えきにこわ内)相談ブース 新小岩区民事務所(Ekinikowa内)咨询室					

健康部（保健所）  
☎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

## 人材募集

応募方法など、詳しくは区HPをご覧になるか、お問い合わせください。



▲詳細はこちら

【勤務期間】 4月1日～令和9年3月31日（再任可）

職種・勤務内容	応募締切	担当課
福祉事務所就労支援専門員 生活保護受給者の求職相談、ハローワークへの同行業務など	1月23日（金）	西生活課 ☎03-5654-8283
福祉事務所現業業務員 ケースワーク業務に関する補助業務		
建築設計等補助員 JW_CADを利用した設計、施工監理（技術的補助）	1月30日（金）	営繕課 ☎03-6657-7293
区立保育園 保育補助・調理補助・用務補助・短時間保育士	2月13日（金）	保育課 ☎03-5654-8267

## 区民のひろば

文化・スポーツ・芸術活動など、地域で活動する団体を紹介します。

区は、内容に関与しません。

1回2,000円 入会3,500円  
☎橋本080-1075-5922

### 詩吟教室 無料見学可

月3回（月）午後1時30分～  
金町駅前団地集会場  
月3,100円 入会1,000円  
☎太田090-1704-7323

### クラフトバンド（かご編み）

第4（火）午後2時～  
西亀有集い交流館他  
1回500円（材料費別）  
☎和田090-2739-1586

### 新年会 小さな旅・歴史散歩

月1回最終（日）青砥駅上りホーム  
午前10時集合  
1回1,000円 入会1,000円  
☎野澤090-4820-4067



## 休日応急診療

### ◆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

#### いずれも

事前の電話予約は不要です。

【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

インフルエンザと溶連菌の迅速検査、新型コロナウイルス感染症の抗原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。

### 休日当番医などを受診する方へ

各医療機関へ電話の上、受診してください。

### ◆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
1/18 (日)	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
	飯田クリニック	内、小	新小岩1-40-10	03-3674-1033
	東金町内科クリニック	内、小、消	東金町7-5-8	03-5648-5715
	徳友クリニック	内、皮	新小岩2-8-3	03-3655-5868
	真田整形外科	整、リハ	東新小岩7-15-10	03-3692-9161

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。

### ◆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

事前の電話予約は不要です。

【受付時間】 月～金曜日（祝日を除く）／午後7時30分～9時45分

### ◆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

### ◆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
1/18 (日)	柳原歯科医院	高砂5-18-7	03-3609-5385
	相原歯科医院	青戸7-18-4	03-3604-0363

### ◆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
1/18 (日)	岡島接骨院	南水元4-17-4	03-5660-0461
	土屋整骨院	龜有4-31-18	03-3603-3229

### ◆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
1/18 (日)	新生堂薬局東金町店	東金町7-5-9	03-5648-5320
	新小岩調剤薬局	東新小岩7-15-11	03-3693-4193

## 凡例

日時  
その他  
会場  
申込方法  
対象  
定員  
申込先  
問い合わせ  
費用  
担当課  
持ち物  
ホームページ  
保育

## モニターリポート

モニチャレポート付与



申込方法の記載がないイベントなどは、直接会場へお越しください。費用の記載がない事業は無料です。「全〇回」とある講座は、全ての日程に参加してください。



凡例

□ 日時

会場

その他

対象

種目

HP 部別

ホームページ

内 容

講師

定員

メーリル

持物

担当課

方 申込方法

申込先

問い合わせ先

モニチャレポート付与

## 研修会のお知らせ

～安心・安全にスポーツ活動を行うために～

スポーツ指導者  
フォローアップ  
研修会日 2月28日(土)  
会 水元総合スポーツセンター  
地域交流ホールA・B・C  
※昨年と会場が異なります。

## 第1部

## 普通救命講習

救命技能認定証を  
取得できます！対 区内でスポーツ指導に携わるすべての方  
(中学生以上)

定 30人(多数選考)

費 無料(ただし、テキスト代として1,700円かかります。)

問 生涯スポーツ課 ☎ 03 - 3691 - 7111

午後1～3時(受付：午後0時30分～)

## コンプライアンス研修会

～最新の情報を含めて～



対 区内でスポーツ指導に携わるすべての方

定 80人(多数選考)

費 無料

問 スポーツ協会

☎ 03 - 5670 - 8690

方 オンライン申請で**2月15日(日)**まで。◀申込はこちら

## 荒川河川敷のトイレ改修工事のお知らせ

荒川河川敷の木根川橋野球場および四つ木橋野球場においてトイレ改修工事を行います。

この工事に伴い、令和8年1月中旬ごろから令和8年5月31日(日)(予定)まで、既存のトイレはご利用いただけなくなりますが、仮設トイレを設置する予定です。また、施設自体は通常通りご利用いただけます。

ご不便をおかけしますが、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。



高齢者向け事業

## 都内名所巡りウォーキング

ガイドの説明を聞きながら、寒桜が楽しめる上野恩賜公園をゆっくり歩きます。

日 2月26日(木)午前10時30分～正午 会 合集合場所／JR上野駅公園口改札外

定 20人程度 費 2,500円(保険料等含む。)※集合場所までの交通費と食事代は自己負担。

方 ハガキに「4面上欄記入事項」を書いて、1月30日(金)(必着)まで(多数抽選)。

申 〒125 - 0032 水元1 - 23 - 1 水元総合スポーツセンター内

(一社)オール水元スポーツクラブ ☎ 03 - 5876 - 9188

(月～土曜日／午前10時～正午、午後1～5時)(日曜日及び祝日は休み)



## 各種大会参加者募集 ①

## [区民体育大会]

大会名	日程	時間	会場	対象	種目	参加費	申込方法	問い合わせ先
インディアカマスターズ大会	2/22(日)	午前9時～午後5時	奥戸総合 スポーツセンター 体育館 小体育室	区内在住・在勤 または 連盟加盟団体員で 45歳以上により 構成されたチーム	混合の部 女子の部	1チーム3,000円	連盟に問い合わせの上 申込書に 必要事項を記入し、 メールか郵送で 2月10日(火)(必着) まで。	インディアカ連盟(宮本) ☎ 03 - 3695 - 0294 申 〒125 - 0062 青戸7 - 12 - 4 - 303 (風見) ✉ pocha-1109@outlook.jp

## [エンジョイスポーツ]※競技を楽しみたい方のための大会です

大会名	日程	時間	会場	対象	種目	参加費	申込方法	問い合わせ先
少年少女 サッカー大会	4/4(土) 開幕	-	区内各サッカー場	小学生の各学年及 び少女で編成する チーム 1カテゴリー 2チームまで登録可 (2チーム登録規定による。)	-	無料	申込書に必要事項を 記入し、メールで2月 8日(日)まで。3月1日 (日)午後6時30分から 奥戸総合スポーツセン ターエンターティメント 体育館第1会議室で 代表者会議を行 います。※責任者のみ出 席。不明な点はお問い合わせください。	✉ サッカー協会 少年部大会運営部(中川) ✉ info@tkfajp.jp



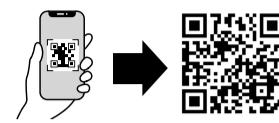
1月～3月  
(第4期)

# スポーツコース随時募集受付中!

ヨーガ ピラティス ダンス  
格闘技系 親子教室 スイミング

全121クラス開催!!

開催クラスの  
空き状況はスマホから



奥戸総合スポーツセンター体育館

奥戸総合スポーツセンター温水プール館・エイトホール

水元総合スポーツセンター体育館

曜日	コース名	対象	時間	単価(税込)
月	楽しいバドミントン(初級)	高校生相当以上	9:00～10:20	1,650円
	ZUMBA	高校生相当以上	19:50～20:50	1,100円
火	リズム健康体操&ストレッチ	高校生相当以上	9:45～10:45	1,100円
	かんたんヨーガ	高校生相当以上	13:30～14:30	1,100円
水	24式太極拳	高校生相当以上	13:30～14:30	1,100円
	機能改善エクササイズ	高校生相当以上	16:00～17:00	1,100円
木	クラシックバレエ	高校生相当以上	19:50～20:50	1,100円
金	骨盤ヨーガ	高校生相当以上	14:30～15:30	1,100円
土	リラクゼーションフローヨーガ	高校生相当以上	13:30～14:30	1,100円
	Group Centergy	高校生相当以上	17:45～18:45	1,100円
日	マーシャルワークアウト	高校生相当以上	9:45～10:45	1,100円
	BODY BALANCE	高校生相当以上	11:00～12:00	1,100円

奥戸総合スポーツセンター温水プール館・エイトホール

曜日	コース名	対象	時間	単価(税込)
月	フラダンス初級	高校生相当以上	10:30～11:30	1,100円
	ジュニアトランポリン(月)	小学生	16:45～17:35	1,540円
水	ヨーガ(水)	高校生相当以上	15:00～16:00	1,100円
	親子トランポリン	3歳～未就学児+保護者	16:30～17:20	1,540円
木	ジュニアトランポリン(水)	小学生	17:30～18:20	1,540円
	ジュニアK-POPダンス	小学生	17:30～18:30	1,100円
金	はじめてのK-POPダンス	高校生相当以上	19:00～20:00	1,100円
	キッズ体操	3歳～未就学児	16:00～17:00	1,100円
土	ジュニア体操	小学生	17:15～18:15	1,100円
	ヨーガ(金)	高校生相当以上	10:00～11:00	1,100円
日	ジュニアダンス	小学生	16:30～17:30	1,100円
	リラックスヨーガ	高校生相当以上	19:15～20:15	1,100円

曜日	コース名	対象	時間	単価(税込)
月	シニア健康体操	60歳以上	9:30～11:00	660円
火	テーマパークダンス(低学年)	小学生(1～3年生)	16:15～17:15	1,100円
水	テーマパークダンス(高学年)	小学生(4～6年生)	17:30～18:30	1,100円
木	やさしいエアロ&アロマストレッチ	高校生相当以上	11:00～12:00	1,100円
金	らくらくストレッチ	50歳以上	9:45～10:45	660円
土	水中ウォーキング	高校生相当以上	14:00～15:00	990円
日	成人水泳入門	高校生相当以上	14:00～15:00	1,100円
月	アロマヨーガ	高校生相当以上	11:15～12:15	1,100円
火	わんぱく家族体操名人	3歳～6歳	9:45～10:45	1,100円
水	キッズチアダンス	4歳～未就学児	14:30～15:30	1,100円
木	ジュニアチアダンス	小学生	15:45～16:45	1,100円
金	ヨーガ	高校生相当以上	17:00～18:00	1,100円

2月
1日
2月
3火
4水
5木
6金
7土
8日
9月
10火
11水
12木
13金
14土
15日
16月
17火
18水
19木
20金
21土
22日
23月
24火
25水
26木
27金
28土

■参加費：1回単価×開催回数 ■お試し体験：1,200円(税込) ※一部金額の異なるクラスあり。空きがあるクラス対象。

空き状況や残り回数は、随時変わりますので各施設へお問合せください。定員に達した時点で締め切りとなります。

紙に印刷した全クラス一覧を、各館で配布しております。各クラスの詳細は、各館にお気軽にお問い合わせください。

## 4・5月分の施設抽選申込スケジュール

抽選申込可能件数	1ヶ月につき5件	葛飾区公共施設予約システム	※抽選結果確認期間内に予約の確定を行わない場合はキャンセル扱いとなります。
抽選申込期間	2月1日(日)～2月10日(火)	<a href="https://rsv.shisetsu.city.katsushika.lg.jp/katsushika/web/">https://rsv.shisetsu.city.katsushika.lg.jp/katsushika/web/</a>	※利用日の6日前からの取消申請は取消料が発生します。
抽選日	2月12日(木)	◎各施設の空き状況は画面上に表示されます。	※抽選申込が可能な施設・対象団体につきましてはパンフレット・ホームページをご覧ください。
抽選結果確認期間	2月16日(月)～2月25日(水)	◎お申込みは、PC、スマホ等からアクセスしてください。 葛飾区公共施設予約システムはこちらから →	

## 各種大会参加者募集②

【参加促進事業】※新たにスポーツを体験してみたい方向けの事業です。

事業名	日程	時間	会場	対象	定員	参加費	申込方法	問い合わせ先
第3回葛飾ビーム射撃無料体験会	2/1(日)	午前10時～午後5時20分	奥戸総合スポーツセンター体育館エアライフル場	おおむね身長130cm以上※16歳未満の方は保護者同伴	40人(ピストル：16人ライフル：24人)	無料	1月19日(月)から連盟HPのオンライン申請で(先着順)。 	連盟HPのお問い合わせフォームからお問い合わせください。

### 【連盟大会】

大会名	日程	時間	会場	対象	種目	参加費	申込方法	問い合わせ先
バレーボール選手権大会	家庭婦人の部2/28～3/21の(土)	午前9時受付	奥戸総合スポーツセンター体育館大体育室	区内在住の家庭婦人及び30歳以上の女性で編成されたチーム	－	1チーム6,000円※連盟への年度登録料8,000円が必要	往復ハガキ([4面に欄記入事項]を記入)で1月23日(金)(必着)まで。 ※2月12日(木)午後7時から奥戸総合スポーツセンター体育館第1会議室にて代表者会議を行います。	■バレーボール連盟(中村) ☎ 090-3574-4952
	一般の部3/22(日)		水元総合スポーツセンターアリーナ	6人制男子・9人制女子	－	1チーム6,000円※連盟未登録チームは1万円	オンライン申請で3月2日(月)まで。 	連盟公式ラインからお問い合わせください。 連盟公式ライン

お問合せ先  
1・2月休館日のご案内

奥戸総合スポーツセンター体育館  
奥戸総合スポーツセンター温水プール館  
水元総合スポーツセンター体育館

△休館日：1月28日(水)・29日(木)、2月25日(水)  
△休館日：1月21日(水)、2月18日(水)  
△休館日：1月14日(水)、2月12日(木)

TEL：03-3691-7111 住所：葛飾区奥戸7-17-1  
TEL：03-3695-9911 住所：葛飾区高砂1-2-1  
TEL：03-3609-8182 住所：葛飾区水元1-23-1  
※画像は一部イメージです。

凡例

他日  
…日時  
その他  
会場  
申込方法  
対象  
申込先定員  
問い合わせ  
費用  
担当課  
HP  
ホームページ保育  
対象事業  
モニチャレポート付与

モニチャレポート付与

QRコード

申込方法の記載がないイベントなどは、直接会場へお越しください。費用の記載がない事業

は無料です。「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

## 冬の堀切菖蒲園 王 和の光のおもてなし

冬ならではの雪吊りのライトアップやイルミネーションによる光のトンネルが登場し、冬の堀切菖蒲園を彩ります。園内では数量限定で温かい飲み物も販売します。

菖蒲七福神前では、堀切地域のお店の紹介を行う他、特設のお茶処が出店します。また、商店街イベント「堀切麺グランプリ」を1月23日(金)～2月8日(日)に開催します。

イベントの詳細は区HPをご覧ください。



日時・会場 1月24日(土)・25日(日)

▶堀切菖蒲園(堀切2-19-1)/午後6~8時  
▶菖蒲七福神前(堀切3-1-6先)/午後5~8時



▲詳細はこちら

[主催] 冬の堀切菖蒲園 和の光のおもてなし実行委員会

[担当課] 観光課 ☎03-3838-5558

## 「チョコ&フルーツ」をテーマにしたパンNO.1を決めよう かつしかグルメ選手権 Jaぱんカップ2026

ショップ投票  
1月23日(金)～  
2月13日(金)

会場/参加店舗 17店舗

2月14日(土)  
午前10時～午後3時  
(荒天の場合は2月15日に延期)

会場/亀有リリオパーク  
(亀有3-25-1)

### Jaぱんカップの楽しみ方

ショップ投票の期間中に対象店舗で「チョコ&フルーツ」をテーマにしたパンを購入し、投票してください。イベント会場でも投票できます。

投票者の中から抽選で、後日豪華賞品が当たります。参加店舗など、詳しくはHPか、区施設や駅広報スタンプに設置してあるパンフレットをご覧ください。

【問い合わせ】 Jaぱんカップ2026イベント事務局  
(株)東京ネットワーク ☎03-3693-3646

【担当課】 商工振興課



▲詳細はこちら



### 葛飾区認定製品等販売会

## かつしかミライテラス 王

日時 1月25日(日)午前10時～午後4時

### 〈販売品の一例〉

#### 工業

葛飾ブランド「葛飾町工場物語」



(株)扶桑  
アイロン不要の  
布用シール  
irodo

有長沢ベルト工業  
くつろぎ  
リラックス  
レザーベルト

#### 商業

一店一品認定商品  
(洋生菓子・和菓子・惣菜)



和菓子 くまがい  
菖蒲あわせ  
(和菓子)

マルヤストアー  
おやつジャンボ  
コロッケ(惣菜)

#### 伝統産業

葛飾区伝統工芸品



菊和弘  
東京打刃物

松井形紙店  
伊勢形紙

#### 農業

葛飾元気野菜



小松菜などの  
冬野菜

※ 天候などにより出品商品が  
変更になる場合があります

pain de Hitomi  
国産小麦を  
100%使用した  
パン

#### その他

和菓子・洋菓子  
組合に所属する店舗が  
出店します。



さまざまな工夫や熱意を込めて作られた工業・商業・伝統産業・農業の認定製品を一堂に集めた販売会です。

【担当課】 商工振興課 ☎03-3838-5559



▲詳細はこちら

会場 テクノプラザかつしか(青戸7-2-1)

### 〈体験イベント〉

対象や費用など、詳しくは区HPをご覧ください。

- シリコーンゴム粘土でマイブローチを作ろう
- 風車作り体験
- 好きな絵や文字を貼り付けてデザイン体験
- irodoを使ったデコレーション体験
- ハンカチ色さし体験
- 布バッグに柄付け
- 江戸べっ甲根付け作り
- 真鍮の根付け作り体験
- お菓子教室



### 〈ステージイベント〉

吉本芸人によるお笑いライブ

- 時間 ●午前11時から  
●午後2時から

出演



▲キャベツ確認中

▲ぼよんぼよん

## 太陽光パネル + 蓄電池 で

停電対策も電気代削減もまとめて実現!

補助金支給例 【国産】長州産業 364w パネル8枚(2.912kw)と蓄電池(スマートpvマルチ)12.7kwhを設置した場合

通常273万9千円 のところ

今なら!

実質負担

29万7千円

補助金内訳

- ・(都) 太陽光発電、蓄電池導入促進事業 1,960,000円
- ・(区) かつしかエコ助成金 482,000円

(本体・設置・メンテナンス費用込み)

◎北向き屋根専用パネル有

◎補助金の申請代行

◎10年間の点検付き



Shift Eco for the FUTURE

FUTAWA

お見積もり  
無料

047-441-5080 二和パワーテック株式会社

info@futawa-powertec.co.jp

