

▶ かつしか便り (お知らせ・講座など)	2面
▶ すくすく子育て	6面
▶ シニア	8面
▶ 休日応急診療	11面



モンチッチ[®]と歩いて アプリでポイントが貯まるモン!



© Sekiguchi

モンチッチと歩こう! ~かつしか Active チャレンジ~ **モンチャレ**

スマートフォンで楽しみながら健康づくりができる新しいアプリを配信しています。

対象 区内在住・在勤・在学 18歳以上の方 **担当課** 政策企画課



▲詳細はこちら

AIが健康づくりをサポート

毎日の食事内容を入力すると、AIによる4週間後の体重予測や食生活についてのアドバイスが受けられます。

また、毎日の歩数や体重・運動・睡眠・血圧などのデータをアプリに記録すると、グラフ化されるため、体の変化を一目で確認できます。

体重予測



ダイエット後



ポイントを貯めて「かつしかPAY」に交換

食事など毎日の記録やウォーキング、区の対象事業に参加すると、ポイントが貯まります。貯まったポイントは「かつしかPAY」に交換（1ポイント=1円）して、区内約500店舗（一部大型店を含む）でお買い物に使うことができます*。

「かつしかPAY」が使えるお店は、右の二次元コードからご覧になれます。



▲店舗一覧

*令和6年度の使用期間は、令和7年1月31日(金)まで。令和7年度の使用期間は決まり次第、アプリ内などでお知らせします。



楽しく継続

観光スポットを巡るウォークラリーや、友だちや会社の仲間とランキング形式で競うグループ機能により、ゲーム感覚で楽しく続けられます。



モンチャレポイント付対象事業はアプリ内で探すことができる他、広報かつしかでも紹介します。右のマークが目印です。



登録はこちら



スマートフォンで下の二次元コードを読み取り、アプリ「WoLN」をインストールしてください。その後、アプリを開き、画面の案内に従って設定します。

インストール

iPhoneをご利用の方



Androidをご利用の方



*あらかじめ、アプリ「Google Fit」のインストールが必要です。



▲Google Fit

モンチャレに参加

- ① 「東京都」を選択
- ② 「かつしか Active チャレンジ」をタップ



参加でポイントがもらえる



登録方法や使い方に不安のある方へ

説明会

区内で実施するイベントの中で、ブースを出展し、アプリの登録方法や使い方を説明します。

日程	イベント・会場
10/12 (土)	葛飾区消費生活展 ウィメンズパル (立石5-27-1)
10/14 (月・祝) ★	かつしかスポーツフェスティバル 奥戸総合スポーツセンター (奥戸7-17-1)
10/26 (土)	葛飾区産業フェア テクノプラザかつしか (青戸7-2-1)
11/2 (土)	寅さんサミット 寅さんサミット第二会場 (柴又7-9)
11/16 (土)	かつしかフードフェスタ 新小岩公園 (西新小岩1-1-3)
11/23 (土・祝)・24 (日)	葛飾地区理大祭 東京理科大学葛飾キャンパス (新宿6-3-1)

いずれも午前10時30分～午後3時30分 ★は午後2時30分まで

凡例

他日...日時
会...会場
対...申込方法
申...対象
定...定員
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。

かつしか便利

区からのお知らせ・講座など

お知らせ

音声版(デジ版) CDなどの貸し出し・販売

第2期葛飾区地域福祉計画

10月2日(水)から音声版(デジ版) CDを貸し出し・販売します。点字版も閲覧できます。

【音声版 CD 販売価格】 500円

【点字版閲覧場所】

障害福祉課(区役所2階201番)、中央図書館(金町6-2-1)

【担当課】

くらしのまると相談課

☎03-5654-6388

第9期葛飾区高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画

10月7日(月)から音声版(デジ版) CDを貸し出し・販売します。

【音声版 CD 販売価格】 1,100円

【担当課】 福祉管理課

☎03-5654-8243

— いずれも —

【音声版 CD 貸出場所】

図書館、男女平等推進センター図書資料室(立石5-27-1ウィメンズパル内)

【音声版 CD 販売場所】

区政情報コーナー(区役所3階304番)

区内在住の視覚障害1・2級の方には無償で配布します。詳しくは障害福祉課(☎03-5654-8302)へお問い合わせください。

住宅デー

住宅に関する相談の他、工作教室や包丁研ぎ、模擬店などを行います(開催時間や内容は会場により異なります)。

詳しくは、東京土建葛飾支部HPをご覧ください。

☎10月20日(日) 区

区内公園など 東京土建葛飾支部 ☎03-5698-1261 すぐやる課



▲詳細はこちら

イベント

野菜収穫 オリエンテーリング

約4km歩いて水元地域の畑をめぐり、新鮮な野菜(小松菜、大根、カブなど)を収穫しながら、葛飾の農業について学びます。

☎11月24日(日)午前9時から・9時30分から・10時から。集合/ JA東京スマイル水元支店駐車場(南水元4-11-13) 区内在住・在勤・在学の方140組(1組5人まで) 費1組1,500円他 共催/ JA東京スマイル オンライン申請で、10月20日(日)まで(多数抽選)。

☎産業経済課 ☎03-3838-5554



▲オンライン申請

グリーンバンク 樹木フェア

苗木の無料配布、園芸相談、樹木害虫相談などを行います。

グリーンバンク(緑の銀行)では、自宅の増改築などで伐採せざるを得なくなった樹木を、区が引き取り仮植しています。欲しい樹木があった場合は、区内に植えることを条件に引き取れます(移植・運搬費は自己負担)。

☎10月12日(土)午前10時～正午(小雨決行) 会細田グリーンバンク(細田4-14) 環環境課 ☎03-5654-8239

野草園で楽しむ秋の音楽会

葛飾フィルハーモニー管弦楽団による弦楽四重奏を楽しみます。

☎10月26日(土)午後5時30分～6時30分 定30人程度 10月14日(月・祝)午後5時までに電話か窓口で(多数抽選) 会申鎌倉公園野草園管理所(鎌倉3-22-1) ☎03-3659-7655 環公園課



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。
※10月から郵便料金が増額となったため、ハガキで申し込む方はご注意ください。

銭湯でラベンダー湯に入りませんか

区内公衆浴場(銭湯)でラベンダー湯を行います。実施日が異なる銭湯があります。詳しくは葛飾銭湯HPをご覧ください。

☎10月13日(日) 入浴料 葛飾区浴場組合連合会(石倉) ☎03-3602-1447 環商工振興課



▲詳細はこちら

『男はつらいよ(第20作)』 上映会

☎10月18日(金)午後7時開演。直接会場へ(先着順) 定40人 会 和楽亭(西新小岩1-1-3新小岩公園内) ☎03-5670-3515 環公園課

南綾瀬地区センター まつり

☎10月12日(土)・13日(日)午前9時～午後5時(13日は午後3時30分まで) 内小・中学生の楽器演奏、模擬店、作品展示、葛飾元気野菜の即売(12日のみ)、血圧測定・握力測定・健康相談(12日のみ)など 会 南綾瀬地区センター(堀切7-8-22) ☎03-3604-7126

下町ライブ in 堀切

堀切地区出身者を中心とする区内アマチュアバンドが、日頃の練習の成果を発表します。

☎10月13日(日)午前11時15分～午後5時50分 会 堀切地区センター(堀切3-8-5) ☎03-3693-5637

亀有まつり 2024

☎10月20日(日)午前9時30分～午後4時50分(荒天中止) 会 亀有リリオパーク(亀有3-25-1) 他 内小・中学生、高校生による楽器演奏、ダンス、舞踊パレード、模擬店など 環 亀有地区センター ☎03-3601-6790

講座・講演会

図書館×講談+ 奉仕と福祉 思いやる心

講談師の一籠斎貞花氏の講談を聞きます。

☎10月19日(土)午後2時開演。直接会場へ(先着順) 中 中学生以上の方50人 会 担 亀有図書館(亀有1-17-5) ☎03-3690-1901

シニアまち歩きガイド・サポーター養成講座 全3回

葛飾のまちの魅力を伝えるボランティア活動です。講義や体験を通して、ガイドやツアープランの作成方法を学びます。

☎11月2日～16日(土)午後1時～3時30分 会 シニア活動支援センター(立石6-38-11) 他 区内在住・在勤のおおむね50歳以上の方15人 費1,000円 他 主催/葛飾のまち歩きを創る会 往復ハガキに「上欄記入事項」を書いて、10月18日(金)(必着)まで(多数抽選) 申 環 〒125-0041 東金町2-15-3-501 小河正昭 ☎03-3600-1110 環 地域包括ケア担当課

さき織り講座(織りのみ)

家庭で余っている布を使って、さき織りをします。

☎11月6日(水)・7日(木)午後1時～2時15分・2時30分～3時45分。いずれも同じ内容です。

会 かつしかエコライブプラザ(立石1-9-1) 区内在住・在勤・在学16歳以上の方各回4人 費1,100円 環 オンライン申請か往復ハガキ(「上欄記入事項と希望日時(第2希望まで)」を記入)で、10月18日(金)(必着)まで(多数抽選) 申 環 〒124-8555 葛飾区役所リサイクル清掃課 ☎03-5654-8273



▲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

IMS(イムス)グループ 医療法人社団 明芳会
IMS 東京葛飾総合病院 ご予約不要

11月新棟OPEN・内覧会

10/29(火) 14:00~17:00
新棟1階 受付までご来場下さい

急性期から回復期まで 切れ目のない医療提供を

- 回復期リハビリ病棟100床増床
- ECU(救命救急センター)16床新設
- 有事にも対応可能なホド施設へ

【住所】〒124-0025 東京都葛飾区西新小岩4丁目18番1号
お問合せ: ☎03-5670-9901 (代表)

おふとんのクリーニング&除菌安心パック

お電話1本でご自宅まで 葛飾区内限定 お引取りに伺います。

困っていませんか?

- ふとんって 持って行くのが大変!!
- ふとんの取柄って 場所ばかりって 困るよね
- 3分の1~5分の1 くらいに汚る

まずはきれいにクリーニング 90℃の高温でダニ、カビ、ウイルス除菌コンパクトに1/3~1/5にして省スペース 開封時にはふっくらと再生

特別感謝割引!!! 好評につき延長決定!

10月31日までに注文していただいたら、1枚あたり500円の値引きサービス実施

羽毛布団3枚で 12,000円 → 10,500円
2枚で 9,900円 → 8,900円
1枚で 6,600円 → 6,100円 (全て税込)

※保管サービスもご利用ください。(1枚600円)

この間の冬に使ったおふとん この冬に使う前にキレイにしませんか!

おふとん以外のクリーニングもお気軽に相談下さい。

クリーニング ニノ (三和産業株式会社内)
03(3603)5123 080(1231)3116
葛飾区白鳥2-19-5
営業時間 平日9:00~17:00

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。散歩の時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

短歌講座

講話「買う」を詠んだ名歌を鑑賞し、講師から出詠作品に対する講評を受けます。
日11月9日(土)午後1～4時 **会**青戸地区センター(青戸5-20-6) **定**40人 **費**400円 **方**原稿用紙に「自作の短歌(「買う」を詠った1首)と2面上欄記入事項」を書いて、10月23日(火)(必着)までに郵送で(多数抽選)。**申**〒125-0051新 宿6-2-1-A812村田方(葛飾短歌会事務局) ☎03-3607-0636 **担**生涯学習課

囲碁初級者・中級者講座 全4回

日11月1日～22日の(金)午後2時～4時30分 **会**立石地区センター(立石3-12-1) **対**▶初級者コース/囲碁を始めて間もない20～10級程度の方10人▶中級者コース/9級～初段程度の方10人 **費**1,000円 **方**往復ハガキに「2面上欄記入事項と希望コース」を書いて、10月25日(金)(必着)まで(多数抽選)。**申**〒124-0004東堀切2-20-18-104(葛飾区囲碁連盟) **問**☎080-1059-7621(古市) **担**生涯学習課

かつしか創業塾 全6回

創業に必要な経営の基本的な知識と事業計画の作り方を学びます。
日内下表のとおり **会**立石地区センター(立石3-12-1) **対**区内での創業をめざす方、創業から間もない方30人 **方**10月15日(火)午前9時からオンライン申請で(先着順)。**問**東栄信用金庫(杉浦) ☎03-5607-1142 **担**産業経済課

日程	内容
11/16(土)	経営
11/23(土・祝)	販路開拓
11/30(土)	人材育成、財務
12/7(土)	税務、法務
12/14(土)	金融
12/21(土)	ビジネスプラン作成、まとめ

いずれも午後2時～6時30分

失語症サポーター養成講座

日頃の支援の中での困りごとについての相談や、具体的な支援方法について言語聴覚士からアドバイスを受けられます。
日11月3日(日・祝)午後0時30分～1時30分 **会**ウェルピアかつしか(堀切3-34-1) **対**失語症のある方の支援者または家族3組 **方**電話かファクス(「2面上欄記入事項」を記入)で、10月25日(金)まで(多数抽選)。**申**担障害者施設課 ☎03-5698-1336 FAX03-5698-1349

コミュニケーション障害の理解と支援

失語症や構音障害などを引き起こす脳の仕組みや、それによるさまざまな障害の実態と支援内容などを学びます。
日11月3日(日・祝)午前10時～午後0時30分 **会**ウェルピアかつしか(堀切3-34-1) **対**区内在住・在勤で、失語症などコミュニケーション障害のある方、またはその家族・支援者50人 **方**10月7日(月)午前9時から電話かファクス(「2面上欄記入事項」を記入)で(先着順)。**申**担障害者施設課 ☎03-5698-1336 FAX03-5698-1349

認知症サポーター養成講座

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けるよう、認知症を正しく理解します。
堀切会場
日10月26日(土)午後2時～3時30分 **会**南綾瀬地区センター(堀切7-8-22) **定**20人 **方**10月7日(月)午前9時からオンライン申請か電話で(先着順)。**申**担高齢者総合相談センター堀切 ☎03-3697-7815
奥戸会場
日10月30日(水)午後1時30分～3時 **会**奥戸くつろぎの郷(奥戸3-25-1) **定**15人 **方**10月8日(火)午前9時から電話で(先着順)。**申**担高齢者総合相談センター奥戸 ☎03-5670-5212

いずれも

対区内在住・在勤・在学の方 **担**高齢者支援課

認知症サポーター スキルアップ講座

認知症の疾患別の症状や対応方法、早期発見のポイントなどについて学びます。
日11月30日(土)午後2時～3時30分 **会**葛飾ロイヤルケアセンター(堀切2-66-17) **対**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30人 **方**10月7日(月)午前9時からオンライン申請か電話で(先着順)。**申**担高齢者総合相談センター堀切 ☎03-3697-7815 **担**高齢者支援課

西井開と考える、アクティブ・バイスタンダーができること

身近で起こっている差別やハラスメントに対して、アクティブ・バイスタンダー(行動する第三者)が適切に介入する方法を臨床心理士から学びます。
日11月10日(日)午後1時～3時30分 **会**カナマチぶらっと(金町6-5-1) **対**男性30人 **方**10月7日(月)午前9時からオンライン申請か電話で(先着順)。**申**担人権推進課 ☎03-5698-2211

文化財めぐり「新宿」

新宿地区にある文化財を、約3km歩いて見学します。
日11月2日(土)午前9時30分～正午。集合/亀有香取神社(亀有3-42-24)、解散/新宿地区センター(新宿4-1-10) **定**30

人費100円 **方**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、10月22日(火)(必着)まで(多数抽選)。**申**担〒125-0063白鳥3-25-1郷土と天文の博物館 ☎03-3838-1101



▲オンライン申請

プランクトンたちの小宇宙をのぞいてみよう



水辺の生態系を支えるプランクトンを観察し、その役割や特性を学びます。
日11月9日(土)午後1～3時 **定**30人(小学3年生以下は保護者同伴) **方**オンライン申請・電話・窓口で、10月14日(月・祝)午後5時30分まで(多数抽選)。**会**申水元かわせみの里(水元公園8-3) ☎03-3627-5201 **担**環境課



▲オンライン申請

腸を整えて健康に

免疫力向上や便秘、肥満予防など、さまざまな効果がある腸内環境を整える「腸活」について学びます。
日10月31日(木)午後2～3時 **会**かつしかシンフォニーヒルズ(立石6-33-1) **定**45人 **方**10月30日(水)午後6時までに電話で(多数抽選)。**申**担ベネッセスタイルケア ☎0120-17-1165 **担**地域保健課

関係機関のお知らせ

東京理科大学オープンカレッジ割引講座

東京理科大学社会人教育センターで開講している「オープンカレッジ」で区民割引を実施します。
 対象講座・会場など詳しくは、東京理科大学HPをご覧ください。
【対象】 区内在住の方
【問い合わせ】 東京理科大学オープンカレッジ事務局 ☎03-5227-6268 (月～金曜日(祝日を除く)/午前9時～午後5時)



▲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

太陽光パネル+蓄電池
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
 通常219万8000円のところ
 補助金申請で **実質負担 21万円**

補助金内訳
 ・子育てエコホーム支援事業 64,000円
 ・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

◎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
 お見積もり無料
 047-441-5080
 info@futawa-powertec.co.jp

FUTAWA 二和パワーテック株式会社
千葉県鎌ヶ谷市初富808-471

葛飾柴又の塗装屋さん
 地場で創業50年。気軽にご相談! 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

開催日程10/14(月・祝)～10/18(金)
16(水)マイルグランプリ(SII)

東京シティ競馬(大井競馬)は、東京23区が主催しています。

勝馬投票券の購入は20歳から、適度に遊ぶ、大人のたしなみ。地方競馬の収益金は、畜産振興及び地方財政の改善に活用されています。

特別区競馬組合 〒140-0012 東京都品川区勝島2-1-2
 東京シティ競馬総合案内 TEL:03-3763-2170

凡例

日:日時
 他:その他
 方:会場
 対:申込方法
 申:申込先
 問:問い合わせ先
 担:担当課
 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。

10月は ごみ減量月間

ごみを減らすため、ごみになる物を買わない、無駄な物をもらわないようにするなど、一人一人がごみの発生抑制を優先にした取り組みを実践しましょう。

【担当課】 リサイクル清掃課
☎03-5654-8273



▲葛飾区ごみ減量・3R推進キャラクター リー(Ree)ちゃん

誰でも簡単に実践 かつしかルールでごみ減量

▶生ごみの減量

燃やすごみの約3割は生ごみです。生ごみの水きり、食材の使いきり、食べきりの3つの「きり」を実践して、生ごみの量を減らしましょう。



▶^{ぞつみ}雑紙の分別

リサイクルできる紙類(チラシ、包装紙、お菓子やティッシュの箱など)を分別して「資源の日」に出しましょう。



▶^{ふるめの}古布の資源化

古布は、区内各所で回収しています。回収場所など、詳しくは区HPをご覧ください。また、区内のスーパーマーケット「ライフ」でも毎月1回回収しています(下表のとおり)。



▲詳細はこちら

回収場所	日時
ライフ奥戸店(奥戸3-23-19)	第1土曜日
ライフ葛飾鎌倉店(鎌倉1-14-7)	第2土曜日
ライフ奥戸街道店(奥戸2-14-25)	第3土曜日
ライフ葛飾白鳥店(白鳥3-27-8)	第4土曜日
ライフ水元店(水元2-11-5)	第3木曜日

午前10時
～
午後4時

繰り返し使えるマイバッグやマイボトルでごみ減量

レジ袋やペットボトルの代わりに、繰り返し使えるマイバッグやマイボトルを使用して、使い捨てプラスチック製品を減らし、環境に優しい生活を心掛けましょう。



ごみ減量に関するアンケート

下表の会場で行うごみ減量に関するアンケートに回答いただいた方へ、啓発品を差し上げます。

オンラインでも回答できます(啓発品の受け取りは郵送のみ)。

※アンケートの回答は1人1回まで。



▲詳細はこちら

日時	会場
10/20(日)午前11時～正午	亀有リリオパーク(亀有3-25-1)
10/25(金)午後3～4時	立石仲見世商店街(立石1-20-4)
10/27(日)午前11時～正午	高砂北公園(高砂4-3-1)
11/3(日・祝)午前11時～正午	葛飾清掃工場(水元1-20-1)

食べきり・使いきり

メニューコンテスト入賞者が 決まりました

食品ロス(食べられるのに廃棄されている食品)を削減するため、食材を無駄なく使いきる料理レシピを募集した結果、38作品の応募があり、次の方々が入賞しました(敬称略)。
【審査】 東京聖栄大学

【担当課】 リサイクル清掃課 ☎03-5654-8273

最優秀賞



さばとキムチと梅の韓国風混ぜご飯
秋本 花奈

優秀賞



余りがちな野菜を使った総菜
西江 秀子



食べきり ミニキッシュ!
小川 由晏

りーちゃん賞



お母さん直伝 万能カレー炒め
堀内 梨令



もちもち☆じゃがひじき
ず＼がに(クックネーム)



サクサク! 丸ごと大根フライ
田中 諒之



貝だくさんかき揚げ
小島 結槻



インスタント味噌もち
秋山 亜紀子



和風リゾットオープン焼き
こども園そあ 國吉 真子(クックネーム)



小麦・卵・牛乳アレルギーOK 茶殻で蒸しパン
叶キッチン(クックネーム)

入賞レシピは、区HPの他、10月11日(金)～30日(水)に、次の場所でもご覧になれます。

- ▶かつしかエコライフプラザ(立石1-9-1)
- ▶リサイクル清掃課(区役所4階409番)



▲詳細はこちら





葛飾区役所内の資源回収拠点を一部変更します

【担当課】

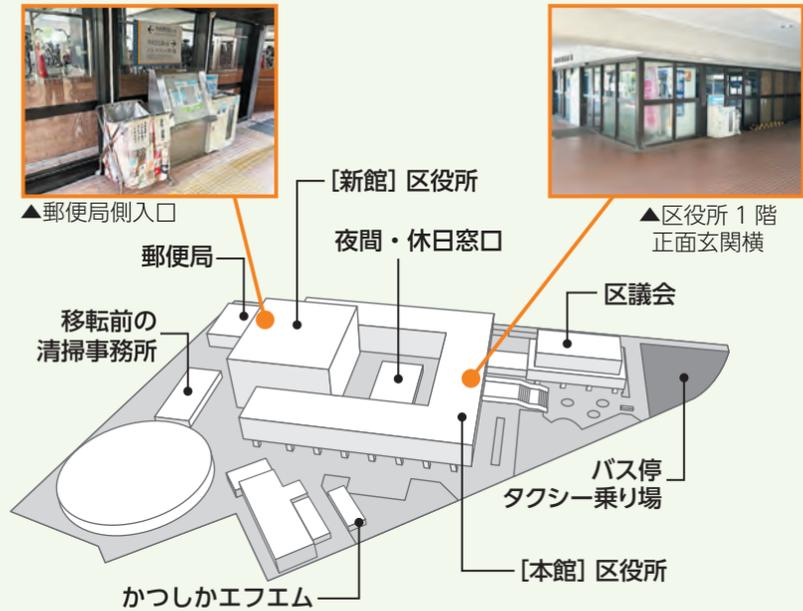
- ▶ 廃食用油の回収に関すること 環境課 ☎ 03 - 5654 - 8228
- ▶ 古布・小型家電・ペットボトル・乾電池・インクカートリッジの回収に関すること 清掃事務所 ☎ 03 - 3693 - 6113

現在、清掃事務所で行っている各種資源回収について、清掃事務所の移転に伴い回収拠点を変更します。

【変更日】 10月21日(月)から

	場所	内容
変更	区役所 1階正面玄関横	廃食用油
	郵便局側入口	古布
変更なし	区役所 1階正面玄関横	ペットボトル★ 乾電池 (マンガン・アルカリ電池)★
	区役所 2階正面玄関入口	小型家電
	郵便局側入口	ペットボトル
		乾電池 (マンガン・アルカリ電池)
		インクカートリッジ (トナーを除く)
リサイクル清掃課 (区役所 4階 409番)	小型家電	

いずれも区役所開館時間 (★のみ毎日 24時間)



ご存じですか?

ヘルプマーク・ヘルプカード

【担当課】 障害福祉課 ☎ 03 - 5654 - 8302 FAX 03 - 5698 - 1531

ヘルプマークとは

義足や人工関節を利用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、外見からは分からなくても、配慮が必要であることを周囲に知らせることで、援助を得やすくなるためのマークです。



ヘルプマークを身に着けた方を見かけたら

困っているようであれば声を掛ける、電車・バス内で席を譲るなど、思いやりのある行動をお願いします。

ヘルプカードとは

障害のある方や難病の方が携帯し、困った時や災害時に周囲の人に具体的な手助けを求めるためのカードです。



ヘルプカードの提示があったら

ヘルプカードを持っていた場合は、記載内容にある手助けをお願いします。ヘルプカードの提示がなくても、パニックや発作を起こしている人、災害発生時に危険を察知していない人や動けない人がいるときは、優しく声を掛け手助けしましょう。

ヘルプマーク・ヘルプカードを配布しています

【対象】 身体・知的・精神に障害のある方、難病患者の方など (障害者手帳の有無は問いません)

【配布場所】

障害福祉課 (区役所 2階 201番)、障害者施設課 (堀切 3 - 34 - 1 ウェルピアかつしか内)、保健所・保健センター (11面上欄参照)

※ 青戸保健センターでは配布していません。

ヘルプカードの記載例

表面

あなたの支援が必要です。
ヘルプカード

葛飾区

記入年月日 R6年10月5日

ふりがな だていし たろう
氏名 立石 太郎

住所 葛飾区 立石5-13-1

生年月日 T(S)H 42年6月25日

血液型 O型

第1連絡先 立石花子(だていし はなこ)

電話(FAX) 03-3695-1111(03-5698-1531)

メール ****.***@****.***.jp

本人との関係 母

障害名・病名 知的障害(愛の手帳2度)

服薬 ○○○○、×××、△△△

通院先(☎) ○○病院○○科(03-****-****)

通院先(☎) ××××医院(03-****-****)

第2連絡先(☎) ○○福祉館(03-****-****)

第3連絡先(☎) 立石 一郎(090-****-****)

裏面

目が不自由です。 足が不自由です。

耳が不自由です。 手が不自由です。

コミュニケーションが苦手です。

上記以外で不自由なことがあります。

移動のときに誘導してください。

周りの状況や掲示の内容を説明してください。

簡単な言葉で説明してください。

手話で伝えてください。

筆談で伝えてください。

介護が必要です。 洋式トイレを使います。

アレルギーがあります。

パニックになることがあります。

発作があります。

人工透析をしています。

その他

・大きな音や声が苦手です。

・人の多い場所が苦手です。

配慮して欲しいこと

- ・まず第1連絡先に連絡してください。
- ・現況が分からず、不安な気持ちやパニックになってしまっていることがあります。
- ・短い言葉で、やさしくゆっくり話しかけて状況を説明してください。
- ・話しかけるときは、横や後ろからではなく、正面から話しかけてください。
- ・迷子になりにやすく、自宅に帰れないことがあります。

「ヘルプカード(葛飾区安心カード)」は、障害のある方が「困った」ときに、まわりの方に手助けをお願いするため、使用するものです。

手助けが必要なときにカードを開いて見てください!

発行 葛飾区 障害福祉課



凡例

他日:日時 会:会場 方:申込方法 申:対象 申:申込先 問: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。

葛飾区特定不妊治療費(先進医療)の助成

保険適用された特定不妊治療とともに自費で実施した先進医療にかかる医療費から都の助成額を除いた額に対して、1回の治療につき5万円を上限に助成します。

申請方法など、詳しくは区HPをご覧ください。

【担当課】 子ども家庭支援課 ☎03-3602-1387



▲詳細はこちら

児童扶養手当の所得判定と制度改正について

令和6年10月申請分から令和5年中の所得で判定します。

要件に該当する方で申請をしていない方や、令和4年中の所得超過を理由として申請しなかった方は、ご相談ください。

児童扶養手当とは

ひとり親家庭等の自立と生活の安定のための手当です。対象年齢(18歳になった最初の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(所得制限あり)。

また、令和6年11月より、児童扶養手当制度が一部改正されます。

- ▶本人所得制限限度額の引き上げ
▶第3子以降の手当加算額(月額)の引き上げ
要件や所得制限、支給額など、詳しくは区HPをご覧ください。



▲詳細はこちら

【担当課】 子育て応援課 ☎03-5654-8298

児童手当・児童育成手当を受給している方へ

6~9月分の児童手当と児童育成手当を支給します。個別の通知はしません。

各手当の現況届の提出が必要な方にはすでに送付しています。

現況届が未提出の方や内容に不備がある方には支給ができません。詳しくはお問い合わせください。

【振込予定日】 10月10日(木)

※制度改正後の児童手当(10・11月分)は、12月10日(火)に振り込む予定です。

児童手当とは

中学生までのお子さんがある家庭が対象の手当です。

児童育成手当(育成手当・障害手当)とは

ひとり親家庭や、父(母)に障害のある家庭、障害のあるお子さんがある家庭が対象の手当です。障害の度合いにより対象とならない場合があります。

【担当課】 子育て応援課

- ▶児童手当に関すること ☎03-5654-8294
▶児童育成手当に関すること ☎03-5654-8298



親子で伊勢形紙にチャレンジ

全2回

区民大学単位認定講座。

葛飾区認定伝統工芸士に教わりながら、形紙に好きな絵を彫って布バッグやハガキに色付けします。

日 11月10日(日)・17日(日) 午前10時~正午 会 立石地区センター(立石3-12-1) 区内在住・在学の小学3~6年生と保護者12組(1組2人) 費 1組2,500円 方 オンライン申請で、10月29日(火)まで(多数抽選)。 担 生涯学習課 ☎03-5654-8475



▲オンライン申請

国際鍼灸専門学校公開講座 親と子のふれあい教室②

区民大学単位認定講座。

親子でできるマッサージやストレッチの方法を学び、実践します。

日 11月16日(土) 午後2時~3時30分 対 小学生と保護者15組(1組2人・祖父母も可) 方 ハガキかファクス(「2面上欄記入事項と自転車で来場する場合は駐輪場の利用台数」を記入)で、11月1日(金)(必着)まで(多数抽選)。 会 申 問 〒124-0012 立石6-36-7 国際鍼灸専門学校 FAX 03-3694-6297 ☎03-3693-1214 担 生涯学習課



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。

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、助産師がお話しします。

日 11月11日(月)・18日(月) 午前10時~正午 会 亀有地区センター(亀有3-26-1 リリオ館7階) 対 乳幼児の保護者15人 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) 費 500円 方 オンライン申請で、10月30日(火)まで(多数抽選)。 担 生涯学習課 ☎03-5654-8475



▲オンライン申請

令和7年度 幼稚園・認定こども園(教育部分)新入園児を募集

区立幼稚園(北住吉)

【対象】 区内在住で次のいずれかに該当するお子さん

▶平成31年4月2日~令和2年4月1日生まれの5歳児(1年保育) 59人

▶令和2年4月2日~3年4月1日生まれの4歳児(2年保育) 90人

※人数は9月1日時点の在園児数に基づきます。

【募集案内・願書配布】

10月15日(火)から配布/区立幼稚園、学務課(区役所4階428番)、図書館、区民事務所、区民サービスコーナー、児童館、金町子どもセンター(東金町3-8-1)、保健センター(11面上欄参照)

【応募方法】

11月1日(金)・2日(土)午後2~4時に、願書を北住吉幼稚園へ持参(多数抽選)。受付期間を過ぎても、定員に達するまでは入園願書を受け付けます。

【願書提出・問い合わせ】

北住吉幼稚園(柴又2-1-10) ☎03-3600-8330

【担当課】 学務課

私立幼稚園・認定こども園(教育部分)

【対象】 令和3年4月2日~4年4月1日生まれの3歳児(3年保育)

※2年保育、1年保育および満3歳児保育の募集は、各園にお問い合わせください。

【募集案内・願書配布・願書提出】

10月15日(火)から各園で願書を配布し、11月1日(金)から各園で受け付けます。

【その他】

各園の一覧・特徴などについては、子育て施設支援課(区役所4階401番)、児童館、区民事務所などで配布している「令和6年度版葛飾区幼稚園ガイド」または区HPをご覧ください。

【問い合わせ】

各私立幼稚園・認定こども園(教育部分)

【担当課】

子育て施設支援課 ☎03-5654-8266



▲詳細はこちら



令和7年度に高校へ進学する方、現在高校1・2年生の方へ 奨学資金貸付金（無利子）の申請を受け付けます

【対象】 令和7年4月1日時点で、区内に6カ月以上在住し、経済的に修学が困難で、次のいずれかに該当する方

- ▶ 令和7年度に高校へ進学する方 50人程度
- ▶ 令和6年4月1日時点で、高校1・2年生の方 若干名

【貸付額】

- ▶ 入学準備金（令和7年度に入学する方）
国・公立／5万円以内、私立／10万円以内
- ▶ 学資金（月額）
国・公立／1万8,000円以内、私立／3万円以内



【申請方法】

区立中学3年生の方は、在籍校で配布する申請書を在籍校へ提出。その他の方は、10月15日(火)～11月15日(金)（必着）に申請書を持参か郵送。

【申請書配布・申請・担当課】

〒124-8555 葛飾区役所教育総務課（区役所4階427番）
☎03-5654-8447

受験生を応援します

受験生チャレンジ支援貸付

中学3年生・高校3年生などの受験生がいる世帯を対象に、学習塾の受講料や受験料を無利子で貸し付けます。高校・大学などに入学した場合、申請により返済が免除されます。

申込方法など、詳しくは葛飾区社会福祉協議会 HP をご覧になるか、お問い合わせください。

【対象】 次の全てに該当する18歳以上の世帯の生計中心者

- ▶ 世帯の総収入または合計所得金額が一定の基準以下である
 - ▶ 世帯の預貯金等資産の保有額が600万円以下である
 - ▶ 都内に引き続き1年以上在住（住民登録）している
 - ▶ 原則、自宅以外の土地・建物を所有していない
 - ▶ 生活保護受給世帯でない
- この他にも条件があります。



▲詳細はこちら

【貸付限度額】

中学3年生またはこれに準じる方

- ▶ 学習塾等受講料／20万円
- ▶ 受験料／2万7,400円

高校3年生またはこれに準じる方

- ▶ 学習塾等受講料／20万円
- ▶ 受験料／8万円

【申請期限】 令和7年1月31日(金)

【申し込み・問い合わせ】

(福) 葛飾区社会福祉協議会 受験生チャレンジ支援貸付担当
(堀切3-34-1 ウェルピアかつしか内)

☎03-5671-5175

※来所される場合は、事前に電話で予約してください。

【担当課】 福祉管理課



▲受験生チャレンジ支援貸付事業
キャラクター チャレニャン

10月16日(水)～11月3日(日・祝)

中央図書館

秋の読書週間特別イベント ～ゆったりゆたか秋の図書館～

【会場・担当課】 中央図書館（金町6-2-1） ☎03-3607-9201

新小岩が舞台！「うれしい居酒屋」の作家

山口恵以子さんの美味しい創作秘話

山口恵以子氏が人気シリーズ『うれしい居酒屋』や『婚活食堂』などの自著についてや、食堂のおばちゃんから作家になるまでの半生についてお話しします。
■10月26日(土)午後1時30分～3時30分 定員100人
■10月8日(火)午前8時から電話で（先着順）。☎はなしょうぶコール ☎03-6758-2222



▲山口 恵以子氏

紙と印刷 - その歴史と展開 -

紙や印刷技術の発明・展開の歴史過程を通じて、テクノロジーと社会の需要について考えます。

■10月20日(日)午後2～4時 定員80人
■10月8日(火)午前9時からオンライン申請か窓口・電話で（先着順）。☎中央図書館



▲オンライン申請

大人のための朗読会

心に響く朗読で本の世界を楽しみます。

■10月27日(日)午後1時30分～3時30分 定員80人
■10月9日(水)午前8時から電話で（先着順）。☎はなしょうぶコール ☎03-6758-2222

ティーンズ向けイラスト講座

「目指せ、神絵師！魅力的な顔の描き方」

■11月3日(日・祝)午後2～4時 対中学生～おむね25歳の方30人
■10月8日(火)午前9時からオンライン申請か窓口で（先着順）。☎中央図書館



▲オンライン申請

図書館見学ツアー

普段は入れない閉架書庫や自動返却仕分機など、図書館の裏側を見学します。

■11月2日(土)午後2～4時 定員20人
■10月8日(火)午前9時から電話か窓口で（先着順）。☎中央図書館

記念おはなし会

▶ たんじょう日の絵本の時間

■10月16日(水)午後3時30分～4時。直接会場へ（先着順）。

■小学生までのお子さんと保護者15組

▶ たんじょう日のおひざにだっこのおはなし会

■10月19日(土)午前10時30分～11時。直接会場へ（先着順）。

■3歳以下のお子さんと保護者15組

▶ パパによるおはなし会

■10月27日(日)午後3時30分～4時。直接会場へ（先着順）。

■小学生までのお子さんと保護者15組

展示（11月3日(日・祝)まで）

▶ ブックシェア

葛飾の大学の学生・教職員 おすすめの一冊 ～気分があがる～
東京理科大学・東京聖栄大学の学生・教職員がおすすめする本を紹介しします。

▶ 山口恵以子さん押し本展

図書館員が、山口恵以子さんの作品からおすすめの本を紹介しします。



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、家族でデジタル機器の使い方について考えてみましょう。【担当課】 地域教育課 ☎03-5654-8589

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。



凡例

他日...日時...会場...申込方法...対象...定員...申込先...内容...費用...担当...持ち物...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。

介護予防教室

全2回

理学療法士から転倒しない体づくりに必要な運動を学びます。また、栄養士から介護予防に必要な栄養の知識も学びます。

10月31日(木)、令和7年2月27日(木)午前10時～正午
高砂地区センター(高砂3-1-39)区内在住65歳以上の方15人
10月8日(火)午前9時から電話で(先着順)。
高齢者総合相談センター高砂 03-5889-8600 地域包括ケア担当課

シニア版ポニースクール

全3回

モ

ポニーに乗って楽しみながら、介護予防に取り組みます。
11月18日(月)・25日(月)、12月2日(月)午後1時30分～3時30分
ポニースクールかつしか(水元1-19水元スポーツセンター公園内)区内在住の要支援・要介護認定を受けていない65歳以上で、乗馬による体調の悪化(腰痛・膝痛など)の恐れがない方20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、10月23日(水)(必着)まで(新規申し込み優先・多数抽選)。
申込 124-0012立石6-38-11 地域包括ケア担当課 03-5698-6202



▲オンライン申請

直接会場へ(先着順)

ふれあい銭湯

モ

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。
回数 下表のとおり 区内在住のおおむね65歳以上の方各10～15人程度
地域包括ケア担当課 03-5698-6202

Table with 3 columns: 会場, 日時, 内容. Lists various bathhouse locations and activities like music therapy and exercises.

シニアのためのゆっくり・じっくりIT講座 11月分

区内下表のとおり区内在住のおおむね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10月18日(金)(必着)まで(多数抽選)。地域包括ケア担当課

Large table listing IT courses with columns for 記号, コース, 日程, 費用, 定員(人), 時間・会場・申し込み.

*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

将棋超初心者教室

全4回

11月3日～24日の(日)午後1時30分～3時 区内在住のおおむね65歳以上の方24人
600円 往復ハガキに「2面上欄記入事項」を書いて、10月22日(火)(必着)まで(多数抽選)。
申込 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 地域包括ケア担当課



リンパ体操

全4回

11月1日～22日の(金)午前10時30分～正午 砂原憩い交流館(西亀有3-12-1) 区内在住のおおむね65歳以上の方15人
1,500円 往復ハガキに「2面上欄記入事項」を書いて、10月22日(火)(必着)まで(多数抽選)。
申込 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



回想法・思い出語る体験会 全4回

懐かしい記憶をたどる回想法と、簡単な脳トレを組み合わせたプログラムで脳を活性化します。

■11月11日～12月2日の(月)午後2時～3時30分(区)区内在住おおむね65歳以上で、回想法自主グループに在籍していない方14人(区)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、10月21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



▲オンライン申請

生きがい支援講座

毛

羊毛フェルトで干支飾りを作ろう 全2回

■11月12日(火)・19日(火)午前10時～正午(区)区内在住65歳以上の方20人(費)2,960円(区)往復ハガキに「2面上欄記入事項」を書いて、10月28日(月) (必着)まで(新規申し込み優先・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



介護予防事業を実施するシニア団体の方へ

経費の一部を助成します

介護予防・地域支えあい活動支援事業助成(後期)申請を受け付けます。

【対象団体】 次の全てに該当する団体

- ▶会員が10人以上で、その半数以上の方が60歳以上の区民である
- ▶区内に活動拠点がある自主活動団体または特定非営利活動法人(NPO法人)である
- ▶会則または規約などを有している

【対象事業】

会員の健康、身体機能の維持・向上のために、自主的・継続的に行う介護予防事業

※他の補助を受けている事業を除く

【補助対象経費・補助率】

- ▶必要物品購入費など/3分の2
- ▶施設使用料/10分の10

【補助額】 10万円以内(1団体当たり1回限り)

【申請方法】

所定の申請書と必要書類を、10月25日(金)までに持参。書類審査で補助の可否を決定します。必ず申請前にお問い合わせください。

【申請書配布・申請・担当課】

地域包括ケア担当課(立石6-38-11シニア活動支援センター内) ☎03-5698-6202

やさしい健康づくり体操 全2回

身体を動かす楽しさや大切さを再認識し、無理なく安全にできる体操を行います。

■11月11日(月)・25日(月)午前10時～11時30分(会)新宿憩い交流館(新宿1-5-6) (区)区内在住おおむね65歳以上の方20人(費)600円(区)往復ハガキに「2面上欄記入事項」を書いて、10月28日(月) (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 ☎03-5680-2964 (区)地域包括ケア担当課

地域交通を守るバス運転手をめざしませんか？ バス会社合同説明会

【担当課】 交通政策課

区内を走るバス事業者が一堂に集い、会社説明会や実際に使用しているバスの展示などを行います。

バス運転手に興味がある方や大型二種運転免許を持っていない方もぜひご参加ください。

日時 10月20日(日)午前10時～午後2時

参加企業 京成タウンバス、京成バス、東京空港交通、東武バスセントラル、日立自動車交通

会社説明会

各バス会社の人事担当者やバス運転手が、どのようにバス運転手になれるのか、どのような仕事内容なのかを説明します。

お子さん向けコーナー

実際に運行しているバスの展示や子ども運転士体験(制服を着ての写真撮影)、ミニゲームなどを行います。

主催・会場・問い合わせ

平和橋自動車教習所(東立石1-3-16) ☎03-3694-1011



金町フェスタ ハロウィンパーティ 仮装DE集まれ! 2024

【担当課】 商工振興課

事前申し込みが必要なイベントもあります。詳しくはHPをご覧ください。

日時 10月20日(日)午前10時～午後4時

会場 金町駅南口カリヨン広場周辺(金町6-2-1)

内容 子どもたちの仮装パレード、ミュージックライブ・漫才などのステージイベント、キッチンカー、ガラポン抽選会、大型絵本のおはなし会、ネイルアートなど

主催 ヴィナシス金町ブライツコート商店会、ベルトーレ金町商店会

問い合わせ 金町フェスタ事務局 ☎03-3607-3059



▲詳細はこちら



ウィメンズパル休館のお知らせ

(立石5-27-1)

改修工事のため、次の期間お休みします。

なお、各相談事業およびインターネット予約による本の貸し出し・返却は行えます。

【期間】 10月15日(火)～令和7年4月30日(火)

【担当課】 人権推進課 ☎03-5698-2211

凡例

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

毛

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。

審議会など傍聴のお知らせ

地域公共交通会議

10月18日(金)午前10時～正午。午前9時45分までに直接会場へ(先着順)。会 区役所7階会議室 定 10人程度 担 交通政策課 ☎03-5654-8397

公文書管理条例準備委員会

10月18日(金)午後1時30分～3時30分 会 区役所7階会議室 定 5人程度 方 10月7日(月)午前9時から電話で(先着順)。申 担 総務課 ☎03-5654-8137

(仮称)葛飾区人権基本条例制定のための懇談会

10月21日(月)午前10時～正午 会 区役所7階会議室 定 10人 方 10月7日(月)午前9時から電話で(先着順)。申 担 人権推進課 ☎03-5654-8148

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、学童保育クラブ、子ども未来プラザにおける児童指導	12月1日～令和7年3月31日(再任可)	10月15日(火)	子育て政策課 ☎03-5654-8265
施設開放調整員 小・中学校の使用調整や巡回などの業務		10月18日(金)	教育総務課 ☎03-3826-8655

20～39歳の方・3歳未満のお子さんがある方へ健康づくり健康診査を受診しましょう

健診は、体の異常を早期に発見できる絶好の機会です。検査結果を参考に日頃の生活を振り返り、生活習慣を見直すため、健康診査を定期的を受診しましょう。

令和7年3月31日時点で、20・30歳になる方と、昨年度に健康づくり健康診査を受診した方には10月上旬に受診票を送付するため、申し込みは不要です。

【受診期間】 令和7年3月31日(月)まで(休診日を除く)

【受診場所】 区内実施医療機関約150カ所

【対象】 区内在住で、次のいずれかに該当する方

- ▶ 令和7年3月31日時点で20～39歳
- ▶ 3歳未満のお子さんがある

【内容】

身体・血圧測定、尿・血液検査、胸部エックス線撮影

【申込方法】

オンライン申請かハガキ(「2面上欄記入事項と生年月日」を記入)で、令和7年2月28日(金)(消印有効)まで。

申し込み後、2週間程度で受診票を送付します。

【申し込み・担当課】

〒125-0062 青戸4-15-14 健康推進課
☎03-3602-1268



▲詳細はこちら

公衆喫煙所の整備費用などを助成します

望まない受動喫煙が生じない社会を実現することを目的として、一般利用できる屋内喫煙所の設置と維持管理にかかる費用を助成します。要件など、詳しくは区HPをご覧ください。

申請には事前相談が必要です。お問い合わせください。

【対象】 次のいずれかに該当する方

- ▶ 区内の建物または土地を所有している
- ▶ 区内の建物または土地を賃借している

※法人・団体・個人いずれの場合も助成を受けることができます。ただし国、独立行政法人、地方公共団体を除きます。

【助成内容】

助成対象経費		助成率	上限額	回数・期間
設置経費	工事費、設備費、備品費、機械装置費など	10/10	500万円	1回
維持管理経費	空気清浄機の賃借料・保守料、電気代、火災保険料、清掃・ごみ処理委託費、賃料など	10/10	600万円(1カ月当たり10万円相当)	5年間

【事前相談・担当課】 健康推進課 ☎03-3602-1268



▲詳細はこちら

10月は乳がん月間



乳がんは女性に1番多いがんで、40～60歳代をピークに発症や死亡が増加しています。20～30歳代で発症することもあります。早期に発見、治療することでほぼ治るといわれています。

乳房を意識する生活習慣 ブレスト・アウェアネス

乳房の状態に日頃から関心を持つことにより、乳房の変化に気づきやすくなります。右の項目に1つでも該当する方は、すぐに医療機関を受診してください。

- 乳房や脇の下にしこりがある
- 血液などの分泌物が出る
- 乳房の表面にえくぼのようなくぼみやひきつれ、ただれがある

無料 乳がん・子宮頸がん検診

乳がん検診は40歳から、子宮頸がん検診は20歳から、いずれも2年に一度、無料で受診できます。

定期的な受診が、早期発見・早期治療につながります。

乳がん検診

【対象】

区内在住で、令和7年3月31日時点で40歳以上の女性のうち、令和5年度に区の乳がん検診を受診していない方

【検査内容】

視触診とマンモグラフィ検査の併用(マンモグラフィ検査は定員があります)

【受診期間】

- ▶ 視触診/令和7年1月31日(金)まで(休診日を除く)
- ▶ マンモグラフィ検査/視触診後、令和7年3月中旬まで(施設ごとの実施日のみ)



子宮頸がん検診

【対象】

区内在住で、令和7年3月31日時点で20歳以上の女性のうち、令和5年度に区の子宮頸がん検診を受診していない方

【検査内容】 問診・視診・内診・細胞診

【受診期間】 令和7年2月28日(金)まで(休診日を除く)

— いずれも —

【受診場所】

区内実施医療機関(マンモグラフィ検査は保健所・保健センター(11面上欄参照)でも実施します)

【申込方法】

オンライン申請か、はなしょうぶコール(☎03-6758-2222)へ電話、またはハガキ(「2面上欄記入事項、希望検診名(複数申込可)、生年月日」を記入)で、12月31日(火)(消印有効)まで。

受診票は、申し込みから10日ほどで送付します。

【ハガキ申し込み・担当課】

〒125-0062 青戸4-15-14 健康推進課



▲オンライン申請

凡例

他 日 時 会 場 対 象 申 込 先 申 込 方 法 担 当 課 HP

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

葛飾区特定健康診査・長寿(後期高齢者)医療健康診査は10月31日(木)まで

受診券がお手元がない方は、下記までお問い合わせください。

【対象】

▶ **特定健康診査**

区内在住で令和6年4月1日以前から引き続き、葛飾区の国民健康保険に加入している40～74歳の方

▶ **長寿(後期高齢者)医療健康診査**

区内在住で東京都の後期高齢者医療制度に加入している方(特別養護老人ホームなどの施設に入所している方、6カ月以上の長期入院中の方などを除く)

【担当課】

▶ **健康診査の制度について**

国保年金課 ☎03-5654-8173

▶ **健康診査の内容について**

健康推進課 ☎03-3602-1268



野山に自生しているキノコの食中毒にご注意ください

【担当課】生活衛生課 ☎03-3602-1242

キノコによる食中毒は国内で毎年発生しており、そのほとんどが秋に発生しています。秋は野山の散歩などでキノコを見かける機会が多くなります。その中には毒キノコもありますので、写真やイラストを見て食用と思っても、食べないようにしましょう。

昔から言われている
 迷信は信じない!

次の情報は
 全て間違いです

●柄を縦に裂くことができる
 キノコは食べられる



●地味な色をした
 キノコは食べられる

●ナスと一緒に料理すれば
 食べられる

●虫が食べている
 キノコは食べられる

●塩漬けや乾燥
 させば食べられる

キノコを食べて体調に異常を感じたら、一刻も早く医療機関を受診してください。食べたキノコが残っている場合は、受診時に持参して治療の参考にしてもらいましょう。



かつしかの元気食堂推進事業

【担当課】健康推進課 ☎03-3602-1268

かつしかの元気食堂推進事業 10周年記念イベント

『月下上海』や『食堂のおばちゃん』シリーズの著者である山口恵以子氏の基調講演とシンポジウムを行います。

【日時】11月10日(日)午後1時20分～4時

【会場】東京聖栄大学(西新小岩1-4-6)

駐車場・駐輪場はありません。公共交通機関をご利用ください。

【対象】区内在住・在勤・在学の方70人

【申込方法】10月8日(火)午前9時からオンライン申請か電話で(先着順)。

【申し込み】はなしようぶコール ☎03-6758-2222



▲オンライン申請



▲山口恵以子氏
 撮影：遠藤宏

かつしかの元気食堂アンケート 実施中

「かつしかの元気食堂」は栄養バランスのよいメニューなどを提供する地域の飲食店です。アンケートに回答すると、健康グッズや調理器具などのプレゼントがもらえる抽選に申し込みます。元気食堂を利用したことのある方もない方も回答できます。

【対象】区内在住・在勤・在学の方

【回答方法】オンラインで、12月31日(火)まで。



▲回答はこちら

かつしかの元気食堂推進協議会へご意見をお寄せください

公開講座をはじめとした東京聖栄大学との協働事業や認定店のPRなどについて検討しました。

協議の内容についてのご意見・感想を受け付けています。区HPから協議の内容をご確認の上、オンラインでご提出ください。

区HPをご覧になれない場合はお問い合わせください。



▲詳細はこちら

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

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。

◆ **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
10/6 (日)	亀有みんなのクリニック	内	亀有2-4-8	03-5650-2821
	四ツ木診療所	内	東四つ木4-45-16	03-3694-1661
	加藤医院	内、皮	金町3-20-5	03-3607-1238
	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
	林整形外科	整	堀切4-12-10	03-3697-2013
10/13 (日)	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
	土屋クリニック	産婦	高砂8-25-1	03-3607-2203
	真田整形外科	整、リハ	東新小岩7-15-10	03-3692-9161
10/14 (月・祝)	ヴィナシス金町内科クリニック	内、胃	金町6-2-1-2階	03-5876-9416
	栗原医院	内、小、皮	新小岩2-21-21	03-5607-1088
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	03-5698-3688
	やたクリニック	内、外、胃	新小岩1-18-6	03-5661-1505
	茅野外科内科	外	西亀有2-37-3	03-3602-0357
	真田整形外科	整、リハ	東新小岩7-15-10	03-3692-9161

◆ **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
10/6 (日)	会田歯科医院	鎌倉3-44-9	03-3672-0648
	なかい歯科医院	立石6-20-11	03-5698-8418
10/13 (日)	小林歯科医院	細田1-17-7	03-3671-8141
	奥戸いろは歯科・矯正歯科	奥戸2-15-7	03-5875-7171
10/14 (月・祝)	マコト歯科医院	東水元2-4-1	03-3607-6207
	井上歯科医院	東四つ木4-9-13	03-3696-6488

◆ **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
10/6 (日)	岡島接骨院	南水元4-17-4	03-5660-0461
	たなか接骨院	四つ木4-15-3	03-3693-5388
10/13 (日)	ロイヤル整骨院	お花茶屋2-1-4	03-3604-3354
	おぐら整骨院	新小岩1-40-11	03-3674-8533
10/14 (月・祝)	こばやし接骨院	鎌倉3-11-10	03-6657-9973
	有馬接骨院	東四つ木2-8-12	03-3696-8186

◆ **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
10/6 (日)	プライム薬局亀有店	亀有5-21-8-103	03-5682-7060
	ポプラ調剤薬局	金町3-20-6	03-3600-2338
	へいわ橋薬局	東四つ木4-45-10	03-5698-0502
10/13 (日)	水戸薬局本店	高砂5-36-7	03-3607-2562
	新小岩調剤薬局	東新小岩7-15-11	03-3693-4193
	フレンド薬局	西新小岩1-8-5-1階	03-5670-9311
10/14 (月・祝)	新小岩調剤薬局	東新小岩7-15-11	03-3693-4193
	なの花薬局金町店	金町6-2-1-2階	03-3609-8301
	秋山薬局第三支店	小菅2-20-13	03-3603-0301

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：会場
 会：申込方法
 方：申込方法
 申：申込先
 問：問い合わせ先
 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。



自転車用ヘルメット購入費助成を再開します



令和6年度の上限数に達したため受け付けを終了していましたが、追加で予算措置を行ったため、申請の受け付けを再開します。



▲詳細はこちら

詳しくは区 HP をご覧になるか、お問い合わせください。

【対象】 区内在住で、過去に本事業で補助を受けていない方

【対象ヘルメット】 次の全てに該当する物

▶ 令和4年12月20日以降に新品で購入した

(インターネットで購入した物も対象)

▶ 下のいずれかの安全基準の認証マークが付いている

※中古品(未使用品を含む)や、オークション・個人間売買・譲渡品は対象外

対象となる安全基準の認証を受けているマーク



▲ SG マーク ▲ JCF マーク ▲ CPSC マーク (CPSC1203のみ) ▲ GS マーク ▲ CE マーク (EN1078のみ)

【補助額】 上限3,000円(1回限り。1人1個まで)

【申請方法】 補助対象のヘルメット購入後に、オンライン申請か、申請書と添付書類を持参か郵送で、令和7年2月28日(金)(消印有効)まで。

申請書は窓口・区民事務所で配布する他、区 HP から取り出せます。
※上限(8,000個)に達した場合、早めに終了します。

【添付書類】

▶ 使用者の氏名・住所が確認できる書類(運転免許証など)の写し

▶ 次の①～⑤が記載されている領収書など

①申請者または使用者の氏名 ②領収日 ③領収金額(購入単価が分かること) ④購入店名 ⑤品名・品番(ヘルメットを購入したことが分かること)

▶ 左記の安全基準の認証が確認できる物(カタログ・取扱説明書・安全基準の認証マーク部分を写した写真など)

【問い合わせ】 ヘルメット購入費補助金交付担当

☎ 03-5654-6851(月～金曜日(祝日を除く)/午前9時～午後5時)

【申請書配布・申請・担当課】

〒124-8555 葛飾区役所交通政策課(区役所4階423番)

かつしかで ものづくり体験

かつしかライブファクトリー

【担当課】 商工振興課

【日程】 10月26日(土)

【会場・内容・定員・費用】

下表のとおり

時間や対象について詳しくは、かつしかライブファクトリー HP をご覧ください。



▲詳細はこちら

区内には、世界に誇る技術を持つ町工場が多くあります。「かつしかライブファクトリー」では、葛飾のものづくり文化をもっと知ってもらうために、町工場の生きる(LIVE)姿を、実際に見て(LIVE)体験します。

普段目にする事のない工場内部を職人が案内し、特殊機械を使った繊細かつ大迫力な作業風景を見学し、各社の技術を生かしたワークショップでものづくりにチャレンジします。

【申込方法】 10月7日(月)午前9時からオンライン申請で(先着順)。

【問い合わせ】

かつしかライブファクトリー実行委員会(株)ミヨシ内)

☎ 03-3692-0662



会場	内容	定員	費用	会場	内容	定員	費用
(有)アズ池田 (奥戸1-16-9)	ミニ彫刻ペンでオリジナル小物トレイを作ろう(3回実施)	10人	2,000円	(株)ミヨシ (西新小岩5-19-14)	再利用プラスチック成形体験(3回実施)	12人	1,000円
(有)海鴻社 (西新小岩5-10-3)	ステンレスボトルに名前を印刷しよう(3回実施)	6人	2,000円	(有)山崎精工 (東四つ木2-12-11)	旋盤加工に挑戦	2人	2,000円
(有)立花製作所 (小菅2-2-13)	ペーパーコード手編み体験	8人	1万6,500円	(有)長沢ベルト工業 (堀切3-19-4)	自分だけの本革ベルトを作ろう(2回実施)	8人	3,000円
新越精機(株) (立石8-54-7)	アルミ製六角ミニ植木鉢を作ってみよう(2回実施)	8人	2,000円	(株)日伸鉄工建設 (西新小岩4-8-5)	鉄板に溶接でお絵描き(4回実施)	8人	1,000円
(有)坪川製箱所 (東四つ木1-22-23)	カードケースを段ボールで作ろう(2回実施)	8人	1,000円	京葉特殊工具(株) (西新小岩4-3-5)	超硬合金製の箸置き作り(2回実施)	6人	2,000円
長坂染革(株) (堀切1-34-8)	ヌメ牛革を使って皮革染色体験しよう	7人	3,000円	アクリルショップ はざいや (東立石4-55-5)	オリジナルアクリルスタンド、キーホルダーを作ろう(2回実施)	8人	2,000円

2社でのコラボ企画や工場見学のみの参加も募集しています。

広告 内容については広告主にお問い合わせください

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



相談・見積 ¥0

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1-4-13 越後ビル2F

江戸川区西小岩1-28-12 カーサ西小岩1F・2F

ジャンル 恵利Sister

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

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