

▶ かつしか便り (お知らせ・講座など)	3面
▶ すくすく子育て	8面
▶ シニアライフ	10面
▶ 休日応急診療	11面

Z世代が街にスキを生み出すために

K A T S U S H I K A

デザイン ラボ

日時 2月16日(日)午後1～5時

※1時間当たり30人程度が参加できます。

会場 カナマチぷらっと(金町6-5-1)

大人になるにつれて離れてしまった街との距離感。新たな居場所を見つけ、街との関わりを深める若者(高校生から29歳)向けのイベントを開催します。

【担当課】 すぐやる課 ☎03-5654-8448

DEAU

#かつしかマップ

大きな葛飾区の地図に、みんなの「イチオシスポット(場所やお店)」を書き込み、オリジナルマップを作成します。

#クイズでGo

区公式「TikTok」から出題するクイズに答えて、葛飾の魅力を発見します。

TSUNAGARU

#かつしかリビング

友達や家族とだんらんするように、テーブルを囲んで会話を楽しんだり、ゆったりと過ごせる空間を用意します。若者未来会議のメンバーが焙煎したオリジナルコーヒーを振る舞います。

TSUMUGU

#写真と言葉で紡ぐ、わたしの葛飾

何気なく撮影した写真とそのときの記憶を結び付けて、新たな作品を作るワークショップを行います。

作品は会場に展示します。

時間：午後1時30分～2時30分

3時30分～4時30分

定員：10人程度

(各回開始15分前から受け付け。先着順)

私たちが企画・運営します

かつしか若者未来会議

「葛飾を素敵なまちにしたい」という思いを抱く若者が集まって活動しています。

1期メンバーは学生から社会人までの6人で、約20回の会議を重ねながら準備を進めてきました。事業実施のために必要な調整や当日の運営もメンバー自身が行います。

メンバーに、イベントについてインタビューしました。

詳しくは、**2面**をご覧ください。

かつしか若者未来会議メンバーにインタビュー



伴 あさみさん

葛飾総合高校を卒業。現在は、区内で教育やコミュニティづくりの分野でフリーランスとして活動している。また、かつしか演劇祭実行委員としても活動している。

茂木 杏樹さん

大学3年生。葛飾区ジュニアリーダークラブ*に所属している。昨年度は、はたちのつどいの司会を務めた。

*高校生・大学生を中心としたボランティア団体で、地域イベントなどの運営を手伝い、地域の子どものための支えとなる活動をしている。



参加したきっかけは何ですか？

伴さん

私にとって葛飾は、高校生活を送った場所、仕事をしに行く場所でした。しかし、以前、人や活動同士をつなげる地域活性プロジェクトに参加したことで、初めて街の人たちの想いや熱量に触れました。ここにはあの人がいる、好きな場所がある、と葛飾が自分の街になったように感じて、この街に恩返しをしたいと思い、参加しました。

茂木さん

私は区内に住んでいて、自分の住んでいる街や人がすごく好きです。街づくりに興味があり、また大学では図書館司書課程を取得中なので、葛飾の図書館のことについて考え、学びにつなげられると思ったことが参加のきっかけです。

どのようなイベントですか？

伴さん

若者が葛飾の魅力に出会い、愛着を持つきっかけとなるようなイベントです。普段当たり前に感じている葛飾のすてきなものたちに目を向け、それを「デザイン」という視点で再構築します。

例えば、みんなの一押しの場所を書き込んでオリジナルのマップを作ったり、魅力的な場所や物を写真や文章にしてデザインしたりすることで、葛飾の良さを視覚化します。「葛飾ってこんなにいい場所だったんだ」と、参加者自身が葛飾の魅力に気づき、他の人と共有し、街への愛着をさらに深めていきます。居心地の良さや発見が詰まった空間で、参加者同士がつながり、街の魅力を再発見するワクワク感を共に楽しめるイベントにしたいと思っています。

会議では、どのようなことをしましたか？

伴さん

メンバーで話し合い、イベントのテーマを「若者に葛飾を好きになってもらう」に決めました。好きになってもらうにはどうしたらいいのか、知人や周りの方々に聞くなどして答えを探りました。

茂木さん

気さくに話しかけてくれる人がいることや、落ち着ける場所が多いことが葛飾の好きなところでした。しかし、周りの方に話を聞くと、このような街の魅力に気付いていないことや、人や街とつながる機会が減っていることが分かりました。街の魅力に気付いていない人に魅力を知ってもらったり、居場所がない若い世代に居場所を提供したりすることが、街を好きになってもらうことにつながる第一歩になるはずだと、私たちのプロジェクトは始まりました。



▲メンバー同士で意見を出し合う



▲区長への企画説明

これからどのような街になってほしいですか？

伴さん

街の個性や文化、人とのつながりを感じられる場所がもっと増えると思うと思います。葛飾を良くしたいと思って好きなことをしているだけでも、街をつくっていることにつながると思います。若い世代が「自分もこの街をつくる一員なんだ」と実感できるような、愛着を感じられる街になってほしいです。

茂木さん

「葛飾の、この場所が好き」と言える人がたくさんいる街になるといいと思います。どんな世代の方にも、居心地の良い場所ですてきな人と出会い、住み続けたいと思えたり、もっと良くしたいと思ったりできるような経験をしてほしいなと思います。



...私たちが焙煎した
オリジナルコーヒーを
飲みに来てください

KATSUSHIKA

デザインラボ

日時 2月16日(日)午後1～5時

会場 カナマチぶらっと(金町6-5-1)

公共交通機関をご利用ください。



▲若者未来会議
インスタグラム



アクセス

電車 ■ JR 金町駅南口から徒歩1分
■ 京成金町駅から徒歩1分

▲(左)茂木さん(右)菊地 愛佳さん

【担当課】すぐやる課 ☎03-5654-8448

かつしか若者未来会議では、来年度活動する第2期生を募集する予定です。
詳しくは、4月ごろに広報かつしかや区HPなどでお知らせします。

かつしか便利

区からのお知らせ・講座など

お知らせ

環境・緑化フェア2025 出展団体の募集

団体の取組紹介や、体験コーナーなどの出展ができます。
☎10月5日(日)会テクノプラザかつしか(青戸7-2-1) 対環境活動・保全に取り組んでいる区内の団体または事業者30団体程度(政治・宗教活動を目的とする団体を除く) 対オンライン申請か所定の申込書を、2月28日(金)(必着)までに持参か郵送、ファクスで(多数選考)。申込書は区HPから取り出せます。申 担 124-8555 葛飾区役所環境課(区役所4階410番) FAX03-5698-1538 ☎03-5654-8228



▲詳細はこちら

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。
☎3月6日(木)午後1～3時 会柴又地区センター(柴又1-38-2) 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 対電話で、2月19日(水)午後5時まで(多数の場合、相談内容により決定)。申 高齢者総合相談センター柴又 ☎03-5876-9531 担高齢者支援課

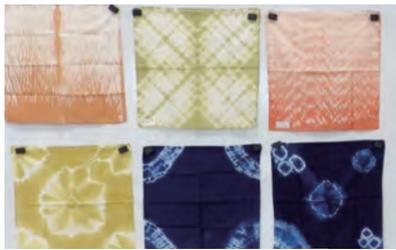
献血にご協力ください

☎2月8日(土)午前10時～正午、午後1時30分～4時 会カナマチぷらっと(金町6-5-1) 対16～69歳で体重が男性45kg以上、女性40kg以上の方(65歳以上の方は60～64歳に献血の経験がある方) 対本人確認できる物 会東京都赤十字血液センター ☎03-5272-3523 担地域保健課



講座・講演会

区民科学教室 草木染めに挑戦しよう



☎3月8日(土)午前9時30分～正午 対区内在住16歳以上の方20人 費500円 対オンライン申請か往復ハガキ(「上欄記入事項」を記入)で、2月19日(水)(必着)まで(多数抽選)。申 担 125-0051 新宿6-3-2 科学教育センター未来わくわく館 ☎03-5876-6790 担教育指導課



▲オンライン申請

ヤングケアラーの 理解と支援を考える講演会

ヤングケアラーに気付き、支援するための基本的な知識を学びます。
☎3月14日(金)午後6～8時 会立石地区センター(立石3-12-1) 対30人 対2月7日(金)午前9時からオンライン申請か電話で(先着順)。申 担子ども・子育て計画担当課 ☎03-5654-8578



▲オンライン申請

はつらっクラブ 全11回

健康づくり推進員と一緒に「かつしかはつらっ体操」と、コース別の運動を行います。
①女性のための健康づくりコース
レクリエーションダンスやフォークダンスなどを行います。
☎4月～令和8年3月の第1(金)午前10時～11時30分
②ゆったりコース
ストレッチやタオル体操、脳トレ体操を行います。
☎4月～令和8年3月の第3(金)午前10時～11時30分

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。

いずれも

8月は実施しません。
対区内在住で、自力で立って運動ができる方20人(①は女性のみ) 対往復ハガキに「上欄記入事項」を書いて、2月17日(月)(必着)まで(多数抽選)。申 担 124-0025 西新小岩4-33-2にこわ新小岩内新小岩保健センター ☎03-3696-3781

フェイシャルマッサー ジで輝く笑顔

区民大学単位認定講座。
国際鍼灸専門学校講師から、顔の正しいセルフマッサージ方法を学びます。
☎3月15日(土)午後2～4時 会国際鍼灸専門学校(立石6-36-7) 対区内在住・在勤・在学15歳以上の方50人 対オンライン申請かハガキ(「上欄記入事項」を記入)で、3月3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

不登校34万人時代の リアル

区民大学単位認定講座。
中学生と元校長先生の話聞いて、子どもが安心でき、自信を持てる学校について考えます。
☎3月16日(日)午後2時～4時30分 会亀有地区センター(亀有3-26-1リリオ館7階) 対40人(14歳以下は保護者同伴) 対オンライン申請かハガキ(「上欄記入事項」を記入)で、3月5日(水)(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

いきいき元気講演会

新聞記者の望月衣壱子氏が、これまで取り組んできたことやめざしていることなどをお話します。
☎3月9日(日)午後1時30分～3時30分 会金町地区センター(東金町1-22-1) 対200人 対2月

7日(金)午前8時からオンライン申請か電話で(先着順)。申 会 はなしょうぶコール ☎03-6758-2222 担 人権推進課



▲オンライン申請

認知症サポーター養成講座

認知症の方やその家族が、地域で安心して暮らせるよう、認知症を正しく理解します。
☎3月1日(土)午前10時～11時30分 会水元集い交流館(東水元1-7-3) 対区内在住・在勤・在学の方15人 対2月7日(金)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水元公園 ☎03-6231-3567 担 高齢者支援課

女性のための健康教室

看護師が、乳がんになった経験や早期発見のための生活習慣などについてお話しします。講演後、アロマのハンドオイルを作ります。
☎2月24日(月・振休)午後1時30分～4時 会健康プラザかつしか(青戸4-15-14) 対区内在住の方40人程度 対2月7日(金)午前9時からオンライン申請か電話で(先着順)。申 担 健康推進課 ☎03-3602-1268



▲オンライン申請

がんと向き合う医療

がん治療などについて、医師・看護師がお話します。
☎2月15日(土)午後2～4時。直接会場へ(先着順)。会 亀有地区センター(亀有3-26-1リリオ館7階) 対130人 担 東部地域病院 ☎03-5682-5111 担 地域保健課

姿勢の改善と 効率的な身体の動かし方

☎2月27日(日)午後2時～3時30分 会堀切地区センター(堀切3-8-5) 対40人 対電話で、2月26日(水)午後5時30分まで(多数抽選)。申 担 新葛飾ロイヤルクリニック ☎03-3697-8333 担 地域保健課

広告 内容については広告主にお問い合わせください

「相続・生前贈与・不動産・税金の無料個別相談会」開催

2月20日(木)・21日(金)・22日(土)・23日(日)・24日(月) かつしかシンフォニーヒルズで開催! 税理士などがわかりやすくアドバイス



氏名・連絡先・希望日時・相談内容をご記入ください。

- (各日共通)
 - ①9:30～ ②10:30～
 - ③11:30～ ④13:00～
 - ⑤14:00～ ⑥15:00～
 - ⑦16:00～
- ※第2希望までご記入ください

【予約・申し込み】
相続東京相談センター
03-5288-5967(受付時間平日午前8時30分～午後17時30分) 電話予約は先着順。WEB申込は日程を調整し返信メールにてご連絡します。
※個人情報保護は受け付けに利用し

参加無料・要予約(電話予約優先)
遺言や遺産分割対策
財産管理の悩みを解消

相続や不動産、税金の悩みは多くの方が経験することはいえ、いざというときに相談できる専門家は少ないのではないのでしょうか? また相続対策は、家庭ごとの相続人や資産などの事情が異なるため、必要な対策や有効な方法も人それぞれです。そこで「相続東京相談センター」(千代田区丸の内1-8-3)では、2月20日(木)・21日(金)・22日(土)・23日(日)・24日(月)の午前9時30分～午後5時に、相続や遺言、不動産、税金に関する悩みや不安を解決するための無料相談会を「かつしかシンフォニーヒルズ別館4階バンジール(葛飾区立石6-33-1)」で開催。相談会では、相続税対策や生前贈与、相続登記義務化に伴う対応、採れないための遺言や遺産分割対策、財産管理や認知症対策に有効な家族信託や後見人制度、分割の難しい不動産の相続対策などについて相談できます。

相続実務に精通した専門家に無料で相談できる貴重なこの機会。都合の良い時間に予約してプロのアドバイスを聞いてみませんか。

凡例

日:日時
他:その他
会:会場
方:申込方法
対:対象
申:申込先
問:問い合わせ先
担: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...日時...その他...日...時...会場...申込方法...対象...対象...定員...定員...内容...費用...費用...担当...担当...持ち物...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。

イベント情報

新小岩えきひろマルシェ

日2月8日(土)・9日(日)午前11時~午後4時 新小岩駅南口駅前広場(新小岩1-47) キッチンカーの出店、食品・雑貨などの販売、音楽イベント さらめきの街・新小岩南地域実行委員会事務局(観光課内) ☎03-3838-5558 観光課

堀切カラオケまつり

地域の皆さんが日頃の活動の成果を発表します。 日2月23日(日・祝)午前9時30分~午後4時 定100人 堀切地区センター(堀切3-8-5) ☎03-3693-5637

『男はつらいよ(第24作)』上映会

日2月21日(金)午後6時30分開演。直接会場へ(先着順)。定40人 会 閩和楽亭(西新小岩1-1-3新小岩公園内) ☎03-5670-3515 公園課

銭湯でポンタン湯に入りませんか

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。

日2月16日(日)。時間は銭湯により異なります。費入浴料(土・日曜日は親子で入浴すると、小学生以下は2人まで無料) 閩葛飾区浴場組合連合会(石倉) ☎03-3602-1447 商工振興課



▲詳細はこちら

ビジネスセミナー

仕事に生かせる外国語学習法

ビジネスに役立つ外国語多読について学びます。 日3月1日(土)午後2~4時 中学生以上の方80人 日2月7日(金)午前9時からオンライン申請・電話・窓口で(先着順)。



▲オンライン申請

株式市場から学ぶ ビジネスチャンスへ生かす手法

上場企業の動きを把握して、自身のビジネスへ生かすスキルを中小企業診断士から学びます。

日3月9日(日)午後2~4時 中学生以上の方▶会場30人▶オンライン50人 日2月7日(金)午前9時からオンライン申請・電話・窓口で(先着順)。オンライン参加希望の方はオンライン申請のみ。



▲詳細はこちら

いずれも

会 申 担 中央図書館(金町6-2-1) ☎03-3607-9201

デビューと出会いから33年

森絵都×スギヤマカナヨ 対談講演

作家の森絵都さんと絵本作家のスギヤマカナヨさんが、お互いの作品、創作活動などについてお話しします。

日3月2日(日)午後1時30分~3時30分 区内在住の小学5年生以上の方100人 保1歳以上就学前のお子さん6人 他手話通訳あり。

日 オンライン申請か往復ハガキ(「3面上欄記入事項、手話通訳希望の有無、保育希望の方はお子さんの名前(フリガナ)と年齢」を記入)で、2月12日(水)(必着)まで(多数抽選)。

会 申 担 〒125-0042 金町6-2-1 中央図書館 ☎03-3607-9201



▲オンライン申請

記念展示

森さんとスギヤマさんのお宝展

お二人の共著の絵本の原画などを展示します。

日3月9日(日)まで 会 担 中央図書館(金町6-2-1) ☎03-3607-9201

機械要素技術展 共同出展企業の募集

機械要素・加工技術を一堂に集めた国内最大級の見本市「機械要素技術展」の葛飾区ブースに共同出展する企業を募集します。

【出展期間】 7月9日(水)~11日(金)

【会場】 幕張メッセ(千葉県千葉市美浜区中瀬2-1)

【対象】 次の全てに該当する中小企業

▶区内に主たる事業所を有し、機械要素・加工技術に関連した事業を行っている

▶期間中、製品や技術の説明・商談を常時ブース内で行える

▶法人住民税または特別区民税を滞納していない

▶出展後に「出展者報告書」(年2回程度)を提出できる

【募集企業数】 13社

【出展企業負担金】 19万円(出展スペースの使用料、基本小間装飾料、電気工事料、電気使用料を含む)

展示物の運搬費や追加備品などの費用は別途かかります。

【出展スペース】 約7㎡

【申込方法】 オンライン申請か、所定の申込書を持参か郵送、ファクスで、2月28日(金)(必着)まで(多数抽選)。

申込書は区HPから取り出せます。

【申し込み・担当課】

〒125-0062 青戸7-2-1 テクノプラザかつしか内 商工振興課 FAX03-3838-5551 ☎03-3838-5587



▲詳細はこちら

ウインターフェスティバル おいでよ亀有 Winter Festival 2025

当日は下記イベントの他、会場付近5カ所を巡るスタンプラリーを開催します。また、亀有を中心に活動するパフォーマーが大道芸を披露します。 イベントの内容など詳しくは、区HPをご覧ください。 【担当課】 観光課

日時 2月8日(土) 午前10時~午後4時

亀有公園(亀有5-36-1) 会場

亀有千人鍋の販売(午前11時から)

葛飾元気野菜を使い、直径1mの大鍋で作るゆず塩味の亀有オリジナル鍋です(1杯100円)。

※売り切れ次第終了

手作りリサイクルマーケット

ハンドメイド品やリサイクル品、雑貨などを販売します。

葛飾元気野菜即売会

区内の新鮮な野菜と小松菜肉まんを販売します。

※売り切れ次第終了

亀有公園会場には大島部屋の力士も参加します



亀有リリオパーク(亀有3-25-1) 会場

模擬店

亀有地域の飲食店や雑貨店などが自慢の品を販売します。

ステージパフォーマンス

バンドやダンスチームがステージでパフォーマンスを披露します。

フードドライブ

食品ロス削減を目的に、家庭で余っている食品を集め、社会福祉協議会と連携して、子ども食堂などにお渡しします。

【対象食品】 缶詰、インスタント・レトルト食品、乾物、調味料、嗜好品(アルコール類を除く)で、次の全てに該当する物(生鮮食品は受け取れません)

▶未開封▶賞味期限が3月8日以降(要明記)▶包装や外装が破損していない▶常温で保存可

【担当課】 リサイクル清掃課 ☎03-5654-8273



【問い合わせ】 おいでよ亀有実行委員会事務局(ゆうろーどサービスカウンター内) ☎03-5680-8685

毎月5日は「ごみ減量の日」です。食品ロス削減のため、フードドライブにご協力ください。

【担当課】 リサイクル清掃課 ☎03-5654-8273

協働のまち葛飾下町川柳コンクールの入賞作品が決定

【担当課】 政策企画課 ☎03-5654-8177

言葉を通じて「協働のまち葛飾」を推進していくために実施している「協働のまち葛飾下町川柳コンクール」で**かつしか自慢**をテーマに川柳を募集しました。1,592点の応募があり、次の方が選ばれました。川柳・ペンネームは、応募者の表記に従っています(敬称略)。

小学生の部

区長賞

「キューピーさん 海をわたった セルロイド」(かつしか区)

教育長賞

「葛飾から こち亀、つばさ 世界まで」(ゆーたん)

葛飾川柳連盟会長賞

「かつしかの げんきやさいを おかわりだ」(富永章太郎)

中学生の部

区長賞

「葛飾に 歴史伝える 町工場」(小笠原楓)

教育長賞

「葛飾区 未来を創る 我が故郷」(吉村柊杏)

葛飾川柳連盟会長賞

「サッカーの 未来を描く 葛飾区」(赤点回避)

一般の部

区長賞

「葛の文字 優しく人を 包んでる」(並木一徳)

葛飾川柳連盟会長賞

「勝つしかと 覚悟締め込む 相撲部屋」(武井満智子)

特別賞

「あのおもちゃ 実はふるさと 葛飾区」(エザキアツキ)

この他の入選作品は、区HPをご覧ください。



▲詳細はこちら

本気で演劇をやってみませんか

区民劇団「かつしかドラマヒストリー」演技受講者を募集

演劇講師から1年間の演技指導を受け、演劇の発表会を行います。

【期間】 4月～令和8年3月の週2回(月・木)の夜間

【会場】 区内の地区センターなど

【対象】 18～30歳程度の方30人(演技経験など不問)

【費用】 年額2万4,000円(オーディション無料)

【応募方法】 履歴書と上半身正面の写真1枚をメールに添付して、2月28日(金)まで。書類選考後、オーディションを実施します(3月予定)。

【申し込み】

区民劇団「かつしかドラマヒストリー」設立委員会(坂 俊一) ☎katsushika.drama.history@gmail.com

【担当課】 文化国際課 ☎03-5670-2259



▲詳細はこちら

笑い与健康講座

お笑いストレス解消法 笑いは副作用のない薬

テレビドラマの演技指導を担当したこともある落語家が、笑い与健康に関する講演と落語を行います。

【日】 2月22日(土)午後5時～6時30分【会】 青戸地区センター(青戸5-20-6)【対】 区内在住・在勤・在学の方100人【時】 2月7日(金)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



【講師】 林家 笑丸氏(落語家)

2月は生活習慣病予防月間

食習慣を見直してみませんか

【担当課】 健康推進課 ☎03-3602-1268

生活習慣病とは、高血圧症、糖尿病、肥満、脂質異常症など、生活習慣が発症の要因となる疾病の総称です。生活習慣病の予防・改善には、ご自身に合った食事、運動、休養などが年齢を問わず大切です。

今回は食習慣に注目して、栄養バランスのとれた食事をとるためのポイントを紹介します。

ポイント 毎食、主食・主菜・副菜をそろえましょう

自宅での食事だけでなく、外食の時でも、メニューを工夫することで、栄養バランスのよい食事をとることができます。

外食では…

▶ 野菜の小鉢がついた定食

▶ 具材がたっぷり入ったカレーライス・中華丼・タンメン など

また、コンビニやスーパーで調理済みの食品を選ぶときは、納豆巻きやねぎとろ巻きに、筑前煮や豚汁などの具たくさん入った汁物などを組み合わせることで、主食・主菜、副菜をとることができます。



区内にある「かつしかの元気食堂」では、栄養バランスのよいメニューや、不足しがちな野菜がたくさん入ったメニューが選べます。

また、区HPでは、元気食堂の紹介やおうちで簡単に作れるレシピの紹介も行っています。



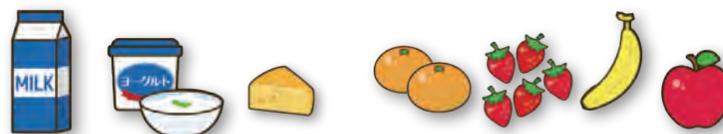
詳細はこちら▶

ポイント 1日1回程度、牛乳・乳製品、果物を食べましょう

間食は、市販のスナック菓子などではなく、ヨーグルトや果物にすることで1日の栄養バランスを整え、塩分や脂質を抑えることができます。

1日の目安(例)

- ▶ 牛乳・乳製品 牛乳200ml
- ▶ 果物 200g(例: みかん2個分)



ポイント 1日3食、朝ごはんから食べる習慣を大切にしましょう

朝ごはんを食べることは、肥満防止や、脳の活動の活性化、お腹の調子を整えるなど多くのメリットがあります。

朝ごはんを食べる習慣がない方は、早寝、早起きの生活リズムを心掛けて、食事をとる時間をつくることから始めてみましょう。

まずはバナナだけ、シリアルと牛乳だけといったように、簡単に準備できるものを用意して、朝に何かを食べる習慣を付けることが大切です。

また、夕食の時間が遅くなってしまいう場合には、夕方に間食をとり、夕食を軽めにしてみるなど、朝お腹が空いた状態で目が覚めるように工夫しましょう。



凡例

日…日時
時…その他
会…会場
場…申込方法
対…対象
定…定員
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。



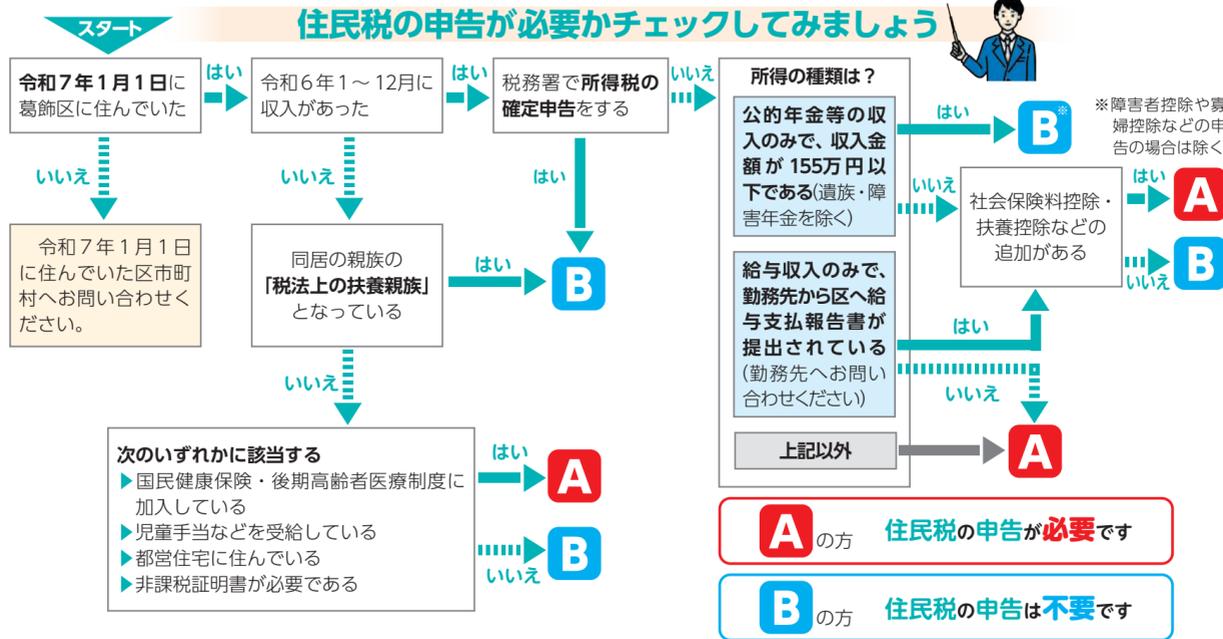
「全〇回」とある講座は、全ての日程に参加してください。費用の記載がない事業は無料です。多数抽選の記載がある事業は、定員を超えた場合抽選します。

税の申告受け付けが始まります

【担当課】 税務課

住民税 (特別区民税・都民税)

【申告期間】 2月17日(月)～3月17日(月)
【申告書請求・担当課】 〒124-8555 葛飾区役所税務課 (区役所3階321番) ☎03-5654-8550



住民税が非課税の方へ

住民税の試算結果が非課税となる方については、保険料や医療費など控除の追加を行っても税額に変更にならないため、各種控除の申告は不要です。住民税の試算については、右の「住民税試算システムをご活用ください」をご覧ください。

住民税試算システムをご活用ください

源泉徴収票などに記載されている数値を入力することで、税額の試算や「特別区民税・都民税申告書」を簡単に作成することができます。 ▲詳細はこちら

申告に必要な物

▶特別区民税・都民税申告書

葛飾区へ令和6年度(令和5年分)の住民税の申告をした方には、1月28日に案内と申告書を送付しました。

【申告書配布場所】

税務課(区役所3階321番)、下表の住民税申告会場、区民事務所、区民サービスコーナー

区HPからも取り出せます。

郵送を希望する方は、税務課へお問い合わせください。



▲詳細はこちら

▶申告が必要な方のマイナンバーカード

お持ちでない方は、マイナンバーが確認できる物(通知カードかマイナンバーの記載がある住民票の写し)と本人確認できる物(運転免許証など)

▶令和6年中の収入金額が分かる書類(給与や年金の源泉徴収票、給与明細など)

▶各種控除を受けるための必要書類

保険料控除を受ける方

国民年金保険料(国民年金基金を含む)の領収書や控除証明書、生命保険料・地震保険料などの控除証明書

医療費控除を受ける方

医療費控除の明細書、医療費通知、高額療養費などの給付金額が分かる書類(医療機関の領収書ではお受けできません)

障害者控除を受ける方

障害者手帳(写しでも可)や障害者控除対象者認定書など

▶海外在住の扶養親族各人への送金証明書・親族関係が分かる書類

※外国語で作成された書類は日本語での翻訳文が必要です。

▶申告が必要な方と住民票上同一世帯でない代理人が申告する場合は、委任状と代理人の本人確認できるもの

申告書提出方法

申告会場で提出する場合、窓口が混み合い長時間お待たせすることがあります。

郵送での申告にご協力をお願いします

郵送で申告する場合

申告書に同封か、上記申告書配布場所に置いてある返信用封筒で、郵便局の窓口から簡易書留で送付してください。

会場で申告する場合

【日程・会場】 右表のとおり

【受付時間】 午前9時～午後4時30分

住民税申告会場

日程	会場
2/17(月)～3/17(月) (土・日曜日、2/24(日・振替)を除く。 2/23(日・祝)は午前9時～正午)	区役所2階区民ホール
2/20(木)・21(金)	南綾瀬地区センター(堀切7-8-22) 新小岩北地区センター(東新小岩6-21-1)
2/25(火)・26(水)	柴又地区センター(柴又1-38-2)
2/25(火)	東四つ木地区センター(東四つ木1-20-4)
2/27(木)・28(金)	金町地区センター(東金町1-22-1)
3/4(火)・5(水)	高砂地区センター(高砂3-1-39) 新小岩地区センター(新小岩2-17-1)
3/6(木)・7(金)	水元地区センター(水元3-13-22) 堀切地区センター(堀切3-8-5)
3/11(火)・12(水)	亀有地区センター(亀有3-26-1 リリオ館7階)

所得税

【申告期限】

所得税および贈与税
3月17日(月)

個人事業者の消費税など
3月31日(月)

【問い合わせ】 葛飾税務署 ☎03-3691-0941

確定申告はご自宅から申告できる「e-Tax」が便利です

「e-Tax」で申告書を送信することで、自宅からいつでも確定申告が行えます。また、税務署に提出した記録が残ります。

確定申告書の作成方法

スマートフォン・パソコンで作成できます
ご自身のスマートフォンやパソコンから国税庁HP「確定申告書作成コーナー」で作成できます。



マイナポータル連携を利用すると、ふるさと納税を含む控除証明書などのデータが確定申告書に自動入力されます。詳しくは、国税庁HPをご覧ください。

確定申告書提出方法

▶スマートフォンやパソコンから「e-Tax」で提出
国税庁HP「確定申告書作成コーナー」で作成した申告書を「e-Tax」で送信することで提出できます。

▶郵送や窓口で提出

国税庁HP「確定申告書作成コーナー」で作成した申告書を印刷して提出できます。

【郵送先】 〒124-8705 立石8-31-6

東京国税局業務センター葛飾分室

【提出先】 ・税務署窓口(立石8-31-6)

・税務署の時間外収受箱への投函

確定申告書の作成やe-Taxでの申告方法について、詳しくは国税庁HPをご覧ください。

【チャットボットや電話で相談】

▶確定申告電話相談センター ☎0570-00-5901

月～金曜日(祝日を除く) / 午前8時30分～午後5時

▶e-Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎0570-01-5901

2月3日(月)～14日(金)(土・日曜日、祝日を除く) / 午前9時～午後6時

2月17日(月)～3月17日(月)(土・日曜日、2月24日(月・振替)を除く) / 午前9時～午後8時

2月24日(月・振替)、3月2日～16日(日) / 午前9時～午後5時

個人事業税

個人事業税は、地方税法などに定める事業(法定業種)を営む個人事業主のうち、前年中の所得が290万円(営業期間が1年未満の場合は月割額)を超える方に対してかかる都税です。所得税・住民税の申告をする方は、都税事務所への申告は必要ありません。

該当業種や税額の計算方法など、詳しくは東京都主税局HPをご覧ください。

【問い合わせ】

東京都台東区税務事務所(台東区雷門1-6-1)

☎03-3841-1683

広告 内容については広告主にお問い合わせください

社会福祉法人 敬寿会
ケアハウス 葛飾敬寿園

入居者募集中

要介護認定を受けている要介護1～5の方
・広々とした個室
・洗面台、トイレ居室完備

詳しくはココ➡
葛飾区新宿3-19-19
葛飾老人ホーム

03(3600)1551

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!

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5-2-105

庭木 1本から大歓迎!! 見積無料

3,300円(税込)

0120-187-894

株式会社 大和グリーン

葛飾支店 葛飾区南戸3-31-4
受付時間: 9:00～18:00 黒休
定休: 日曜・祝日・年末年始

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 つつみ研

0120-973-877

葛飾区 03-5631-116
mail: info@tatumi-j.co.jp
http://www.tatumi-j.co.jp



凡例

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

親子で学ぶ「使いきりクッキング」講座

食品ロスの現状を知り、使いきり・食べきりをテーマにしたレシピを試食しながら学びます。

調理実習はありません。

3月9日(日)午前11時～正午 会場 カナマチぷらっと (金町6-5-1) 区内在住の小学生とその保護者5組(10人程度) オンライン申請で、2月17日(月)まで(多数抽選)。



▲オンライン申請

ひとり親家庭の方へ

就労支援個別相談会

水曜日の夜間に開催

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。

2月19日(水)午後5時30分～6時15分・6時30分～7時15分 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 2月7日(金)午前9時から電話で(先着順)。

児童手当・児童育成手当を受給している方へ

令和6年12月、令和7年1月分の児童手当と、令和6年10月～令和7年1月分の児童育成手当を支給します。

現況届が未提出の方や内容に不備がある方には支給できません。

振込予定日 2月10日(月)

児童手当とは

高校生年代までのお子さんがある家庭が対象の手当です。

※児童手当制度改正で新たに対象となる方は、3月31日(月)までに申請してください。

児童育成手当(育成手当・障害手当)

ひとり親家庭や、母親または父親に障害のある家庭、障害のあるお子さんがいる家庭が対象の手当です。

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

令和7年度4月入会 学童保育クラブ2次募集

1次募集で定員に満たなかった学童保育クラブの2次募集を行います。

受付期間 2月5日(水)～10日(月)

申請方法 必要書類を第1希望の学童保育クラブへ持参してください。

必要書類

- 入会申請書
監護(保育)が必要な状況を証明する書類(勤務証明書など)
仕事以外の理由の場合は、事情を証明する物(診断書や在学証明書の写しなど)を添付した申立書が必要です。

入会申請書配布場所 学童保育クラブ(公立・私立)、児童館、子ども未来プラザ、子育て支援窓口(区役所4階401番) 区HPからも取り出せます。

結果通知 3月上旬に通知します。私立学童保育クラブは、運営する社会福祉法人などから通知します。

担当課 放課後支援課 03-5654-7613

(一社)葛飾青色申告会主催 「書道展」の受賞者が決まりました

区内在住の小・中学生から402点の応募があり、次の方が選ばれました(敬称略)。

担当課 税務課 03-5654-8194

葛飾区長賞



朝比奈 凌也 (幸田小2年)



高橋 咲穂 (原田小4年)

葛飾税務署長賞

井原 光咲 (桜道中2年)

東京都葛飾都税事務所長賞

小太刀 由夏 (道上小5年)

中村 二胡 (幸田小6年)

一般社団法人

葛飾青色申告会長賞

石川 秋希 (松上小1年)

辨野 太一 (道上小3年)

受賞作品の一部を展示します

展示期間 2月17日(月)～3月17日(月)

会場 区役所2階区民ホール

中学生の「税についての作文」の受賞者が決まりました

区内在学の中学生から2,573点の応募があり、次の方が選ばれました(敬称略)。

担当課 税務課 03-5654-8194

葛飾区長賞

河野 優 (桜道中3年)

葛飾区教育委員会教育長賞

西村 萌 (青葉中3年)

東京国税局管内納税貯蓄組合 連合会会長賞

朽方 瑠依 (奥戸中3年)

東京国税局管内納税貯蓄組合 連合会優秀賞

高橋 心遥 (金町中3年)

北川 義英 (亀有中3年)

伊藤 亮汰 (東金町中3年)

ジャッド ジェシカ (水元中3年)

東京納税貯蓄組合総連合会 会長賞

佐々木 麦 (青戸中3年)

和泉 弥沙 (青葉中3年)

葛飾税務署長賞

芝宮 怜花 (綾瀬中3年)

菱山 珠希 (新小岩中3年)

東京都葛飾都税事務所長賞

田中 歩佳 (修徳中2年)

葛飾納税貯蓄組合連合会 会長賞

内野 沙綺 (小松中3年)

この他、26人の方が入選しました。

受賞者(上記13人)の作品を展示します

展示期間 2月17日(月)～3月17日(月)

会場 区役所2階区民ホール

すくすく
歯育て

フッ化物(フッ素)でむし歯予防

2～3歳はむし歯になりやすい時期です。早い時期からフッ化物を活用し、むし歯予防に役立てましょう。

【担当課】健康推進課 ☎03-3602-1268



フッ化物の3つの効果

- ▶ 歯を丈夫にし、酸に溶けにくい歯にする
- ▶ むし歯菌がつくる酸の量を抑え、むし歯菌の動きを弱める
- ▶ 歯から溶け出したカルシウムやリンの再石灰化を促し、歯を修復する

フッ化物の活用方法

家庭では毎日フッ化物入り歯磨き剤を使いましょう

ポイント

- ▶ 就寝前の使用がより効果的
- ▶ うがいは、少ない水で1回
- ▶ 年齢に応じた使用量で



※歯磨き剤は、ぶくぶくうがいができるようになったら使います。正しい使い方は、歯科医院や保健所に確認しましょう。

歯科医院で定期的にフッ化物を塗ってもらいましょう

- ▶ 歯科医院のフッ化物は濃度が高いため、より効果的です。
- ▶ 受診は奥歯が生えた頃(1歳半)から、3～4カ月に1回を目安にしましょう。

すくすく歯育て歯科健康診査

歯科健診の他、お子さんはフッ化物塗布、保護者も歯のクリーニングを受けられます。

受診方法など、詳しくは区HPをご覧ください。

【対象】2歳のお子さんと保護者

受診券は、2歳の誕生月下旬に送付します。



▲詳細はこちら

ヤングケアラーへの支援活動を行う団体へ活動費を助成します

ヤングケアラーやその家族への支援を行う法人格を有する団体に対し、ピアサポートや相談支援などの事業に係る経費を助成します。

申請には、区の事前確認が必要です。必要書類や事前確認の方法など、詳しくは募集要項または区HPをご覧ください。

【対象事業】4月1日～令和8年3月31日に実施する次のいずれかに該当する事業

- ▶ ヤングケアラー同士の経験や悩みを共有し合う活動
- ▶ SNSやICT機器を活用したオンラインサロンの活動

【助成上限額】いずれも助成割合は10分の10

- ▶ 事業立ち上げに対する助成 / 20万円
- ▶ 日常的な支援活動に対する助成
 - ・月1回以上の活動 / 30万円
 - ・週1回以上の活動 / 60万円

【事前確認期間】2月10日(月)～28日(金)

【募集要項配布・担当課】

子ども・子育て計画担当課(区役所7階707番)

☎03-5654-8578



▲詳細はこちら

さとおや映画上映会 ㊦

9歳の少女が親元を離れ、親族の夫婦のもとで一夏を過ごす絆を描いた『コット、はじまりの夏』(2022年制作/キャサリン・クリンチ出演)の上映会を行います。上映後、里親の方からの養育についての体験談や、里親制度の説明会も行います。

【日時】3月30日(日)午後1時30分～4時

【会場】テクノプラザかつしか(青戸7-2-1)

【定員】35人

【申込方法】

2月10日(月)午前9時からオンライン申請が電話で(先着順)。

【申し込み・担当課】

葛飾区児童相談所 ☎03-5698-0303



▲オンライン申請

ベビー服・子ども服&マタニティ服 洋服交換会

まだ着られるベビー服やマタニティ服を持ち寄り、欲しい洋服と交換します。

日程	時間	会場
3/8(土)	午前10時～10時25分	かつしか エコライフプラザ (立石1-9-1)
	午前10時40分～11時5分	
	午前11時20分～11時45分	
	正午～午後0時25分	

【対象】区内在住・在勤の方各回20人

【交換できる物】マタニティ服・ベビー服・子ども服(140cm以内)・ベビー用品(30cm以内)で、汚れが目立たず、もらった人が使える状態の物。

【持ち帰り点数】

- ▶ 1点以上持ち込みをした場合 / お子さん1人につき10点まで
- ▶ 持ち込みがない場合 / お子さん1人につき5点まで(出産を控えている方は10点まで)

【申込方法】オンライン申請で、2月19日(水)まで(多数抽選)。

【担当課】リサイクル清掃課 ☎03-5654-8273



▲オンライン申請

子ども・若者への支援活動を行う団体へ活動費を助成します

子ども食堂や学習支援など、子どもや若者への支援活動を行う団体に対し、活動に係る経費を助成します。

申請には、区の事前確認が必要です。必要書類や事前確認の方法など、詳しくは募集要項または区HPをご覧ください。

【対象事業】4月1日～令和8年3月31日に実施する次のいずれかに該当する事業

- ▶ 子ども食堂 ▶ 学習支援 ▶ 就労支援
- ▶ その他、子ども・若者の自立および健やかな育成に役立つ支援

【助成上限額】いずれも助成割合は3分の2

- ▶ 日常的な支援活動 / 10～180万円
- ▶ 長期休暇対応支援強化事業 / 72万円
- ▶ 体験活動事業 / 10万円
- ▶ 子ども・若者支援イベント事業 / 60万円
- ▶ 事業立ち上げ / 20～50万円
- ▶ 設備整備事業 / 30万円
- ▶ かつしか子ども食堂マップ作成事業 / 30万円

事業の内容などにより助成上限額が異なります。詳しくは区HPをご覧ください。

【事前確認期間】2月10日(月)～28日(金)

【募集要項配布・担当課】

子ども・子育て計画担当課(区役所7階707番)

☎03-5654-8578



▲詳細はこちら

凡例

他日…日時
その他…会場
方…申込方法
申…対象
申…定員
先…内容
問…費用
問…持ち物
問…保
問…ページ

㊦

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。

新規会員募集

マージャン
活き生き健康麻雀サロン



楽しみながら健康・生きがい・仲間づくりをめざします。

日会定 下表のとおり 対 区内在住おおむね65歳以上の麻雀経験者費 1回400円他活動期間/4月1日～令和9年3月31日 往復ハガキに「3面上欄記入事項、希望番号(1つ)、経験年数」を書いて、2月20日(木)(必着)まで(多数抽選)。 申 問 〒124-0022 奥戸2-8-10-501 活き生き健康麻雀サロン(横澤) ☎090-2144-6105 担 地 域 包 括 ケ ア 担 当 課



番号	会場	日程	定員
1	宝町憩い交流館 (宝町2-38-19)	毎週(日)★	各40人
2		毎週(月)	
3		毎週(木)	32人
4	砂原憩い交流館 (西亀有3-12-1)	毎週(木)	32人
5	中道憩い交流館 (西亀有1-2-7)	毎週(日)◆	各24人
6		毎週(日)	
7	たつみ憩い交流館 (西新小岩2-1-4)	毎週(火)	40人
8	東奥戸憩い交流館 (奥戸4-20-11)	毎週(火)	40人
9	柴又憩い交流館 (柴又2-4-5)	毎週(月)	24人
10		毎週(水)	36人

番号	会場	日程	定員
11	末広憩い交流館 (金町5-4-1)	毎週(月)	各24人
12		毎週(火)	
13		毎週(水)	
14		毎週(木)	
15	新宿憩い交流館 (新宿1-5-6)	毎週(日)★	各32人
16		毎週(日)	
17	水元憩い交流館 (水元4-6-15)	毎週(火)	24人
18	シニア活動支援センター (立石6-38-11)	毎週(土)	各40人
19		毎週(日)◆	

いずれも午後1時30分～4時30分
★午前9時～正午 ◆午前9時30分～午後0時30分

シニアのためのゆっくり・じっくりIT講座 3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「3面上欄記入事項と希望記号」を書いて、各申し込み先に2月21日(金)(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 ワード入門 操作の基本から	全2回 3/3(月)・10(月)	2,500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※	パソコン エクセル入門 操作の基本から	全2回 3/17(月)・24(月)	2,500円		
C	スマホ・タブレット (iPhone・Android) LINE入門 操作の基本から	全2回 3/4(火)・11(火)	2,700円		
D	スマホ・タブレット(Android/持ち込みのみ) 操作の基本から	全2回 3/18(火)・25(火)	2,500円		
E	スマホ・タブレット (iPhone・iPad) 操作の基本から	全2回 3/5(水)・12(水)	2,000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)
F	便利な Google 検索 (花の名前、翻訳など)	3/6(木)	1,000円		
G	1日講座 (iPhone・Android) スマホ決済について知ろう	3/13(木)	1,000円		
H	無料の音楽・YouTube を楽しむ	3/20(木)	1,000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】 〒125-0062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)
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	3/9(日)	2,000円		
J	スマホ (Android/持ち込みのみ) ここが知りたい!マンツーマン1日講座	3/16(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】 〒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)
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	3/23(日)	2,000円		
あ※	パソコン ワード入門 操作の基本から	全2回 3/4(火)・11(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※	パソコン エクセル入門 操作の基本から	全2回 3/18(火)・25(火)	2,500円		
う	スマホ・タブレット (iPhone・Android) LINE入門 操作の基本から	全2回 3/5(水)・12(水)	2,700円		
え	スマホ・タブレット(Android/持ち込みのみ) 操作の基本から	全2回 3/19(水)・26(水)	2,500円		
お	スマホ・タブレット (iPhone・iPad) 操作の基本から	全2回 3/14(金)・21(金)	2,000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】 〒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)
か	1日講座 (iPhone・Android) 便利な Google 検索 (花の名前、翻訳など)	3/6(木)	1,000円		
き	1日講座 (iPhone・Android) スマホ決済について知ろう	3/13(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	3/7(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】 〒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)
け	スマホ (Android/持ち込みのみ) ここが知りたい!マンツーマン1日講座	3/12(水) ★	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	3/26(水) ★	2,000円	各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】 〒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)
1	はじめよう!スマホ購入から電話、メール 基本操作	全2回 3/3(月)・10(月)	2,000円		
2	スマホ応用編① アプリ購入、カメラ、マップ、電車乗り換え	全2回 3/17(月)・24(月)	2,000円		
3	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 3/4(火)・11(火)	2,000円		
4※	パソコン入門編 文書作成、写真・画像編集や 表計算、グラフ、住所録	全2回 3/18(火)・25(火)	2,000円		
5※	パソコン応用編① ワードでポスター、ハガキ、連絡網	全2回 3/5(水)・12(水)	2,000円		
6※	パソコン応用編② エクセルで作成、データ整理、関数	全2回 3/6(木)・13(木)	2,000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)
7	スマホ応用編② LINE、写真整理・保存方法 (パソコン、USB など)	全2回 3/7(金)・14(金)	2,000円		
8	スマホ応用編③ ネット検索、スマホ決済など	全2回 3/21(金)・28(金)	2,000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)
301	初めてのパソコン	全4回 3/6～27(木)	4,000円		
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 (Android/持ち込みのみ)	全2回 3/7(金)・14(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 3/1～22(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 3/5～26(水)	4,500円	各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)
305	サクッと操作!Androidスマホ (写真、音楽、地図) (持ち込みのみ)	全2回 3/21(金)・28(金) ◆	2,000円		
306	サクッと操作!Androidスマホ (LINE使いこなし) (持ち込みのみ)	全2回 3/6(木)・13(木) ◆	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。

使用ソフト/ウィンドウズ 11

かつしか
シニアフォーラム

【担当課】
地域包括ケア担当課

安全・安心で楽しいシニアライフを送るため詐欺や防犯対策についての講話を聞き、脳トレを行うことで脳の活性化を促す他、懐かしの歌を楽しむイベントです。

【日時】
3月8日(土)午後1～4時

【会場】
シニア活動支援センター
(立石6-38-11)

【対象】
区内在住おおむね65歳以上の方80人

【申し込み方法】
往復ハガキに「3面上欄記入事項」を書いて、2月25日(火)(必着)まで(多数抽選)。

【申し込み・問い合わせ】
〒125-0062青戸5-33-1-103NPO法人葛飾アクティブ.COM
☎03-5680-2964



凡例

日...日時
時...その他
会...会場
対...申込方法
申...対象
定...定員
内...内容
費...費用
担...担当
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

2月最終日は 世界希少・難治性疾患の日

世界希少・難治性疾患の日(Rare Disease Day)は、希少・難治性疾患の患者やその家族を社会とつなぎ、生活の質の向上をめざして、2008年からスウェーデンで始まった活動です。区では神経難病専門医による難病医療相談を行っています。

難病医療相談

【日時】 2月27日(休)午後2時～4時30分
【会場】 健康プラザかつしか(青戸4-15-14)
【対象】 パーキンソン病や脊髄小脳変性症などの神経難病の方や、転倒・手足の震えなど神経難病の恐れがある方5人
【申込方法】 2月7日(金)午前9時から電話で(先着順)。
【申し込み・担当課】 保健予防課 ☎03-3602-1274

2月23日(日・祝)に各種戸籍届を提出される方へ

2月23日(日・祝)は休日開庁ですが、法務省のシステムメンテナンス実施により、届書はお預かりのみの対応となります。翌営業日に審査となるため、当日受理証明書を発行することはできませんのでご注意ください。

届書は審査の上、問題がなければ2月23日付で受理されます。
【開庁日】 2月23日(日・祝)
【担当課】 戸籍住民課 ☎03-5654-8190

Jアラート 全国一斉試験放送の実施

Jアラートとは、地震・津波などの緊急情報を国から瞬時にお伝えするシステムです。Jアラートの正常な動作を確認するため、学校などに設置している防災行政無線から全国一斉で試験放送が流れます。

【日時】 2月12日(水)午前11時ごろ
【放送内容】 (チャイム音)「これは、Jアラートのテストです」(3回繰り返し)「こちらは、防災かつしかです」(チャイム音)
 ※気象状況などにより中止となる場合があります。※試験放送のため、サイレン音は鳴りません。
【担当課】 危機管理課 ☎03-5654-8572

人材募集

応募方法など、詳しくは区HPをご覧ください。

【勤務期間】
 4月1日～令和8年3月31日(◆は再任可)



▲詳細はこちら

職種・勤務内容	応募締切	担当課
登校サポーター 小学校における不登校未然防止のための登校支援・見守り支援など		総合教育センター ☎03-5668-7601
学校等サポートチーム指導員◆ 保護者および教育職員からの相談または苦情対応や教育職員への指導など	2月14日(金)	教育指導課 ☎03-5654-8573
学校図書館コーディネーター◆ 学校司書への指導・助言・研修に関すること、総括的な学校図書館運営に関することなど		
支援者支援コーディネーター◆ 職員の心的ケアを中心とした業務など	2月17日(月)	葛飾区児童相談所 ☎03-5698-0303
保健所食品衛生監視員 食品衛生に関する施設の監視指導、窓口対応など	2月19日(水)	生活衛生課 ☎03-3602-1242

令和7年第1回区議会定例会

傍聴など、詳しくはお問い合わせください。
【日程】 2月14日(金)～3月27日(休)(予定)
【担当課】 区議会事務局 ☎03-5654-8506

審議会など傍聴のお知らせ

(仮称)葛飾区水と緑の基本方針・実施プラン策定委員会
日 2月17日(月)午後3時30分～5時30分 **会** 区役所5階庁議室 **定** 10人程度 **方** 2月7日(金)午前9時から電話で(先着順)。**申** 担 都市計画課 ☎03-5654-8382

葛飾区移動等円滑化促進方針策定協議会
 区全域の面的・一体的なバリアフリー化の方針を検討します。
日 2月20日(休)午前10時30分～正午 **会** 区役所7階会議室 **定** 8人 **方** 2月10日(月)午前9時から電話かファクス(「3面上欄記入事項」を記入)で(先着順)。**申** 担 調整課 ☎03-5654-8373 FAX 03-3697-1660

休日応急診療

事前に電話の上、マスク着用で受診してください。

中学生以下の方が受診する際は、保護者の同伴をお願いします。
 車で来診される場合は、診療所の駐車場または近隣の有料駐車場をご利用ください。

◆医療機関などの案内

東京都医療機関案内サービスひまわり ☎03-5272-0303
 東京消防庁救急相談センター(24時間対応) ☎#7119 または ☎03-3212-2323
 本田消防署 ☎03-3694-0119 / 金町消防署 ☎03-3607-0119

◆平日夜間診療所(小児科)

平日夜間こどもクリニック(立石5-15-12 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。

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。

◆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
2/9(日)	新葛飾ロイヤルクリニック	内	堀切2-66-17	03-3697-8333
	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
	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
	林整形外科	整	堀切4-12-10	03-3697-2013
2/11(火・祝)	いしかわクリニック	内、胃、外	西新小岩4-37-3	03-3691-3715
	青衣クリニック	内、小、皮	西亀有3-37-13	03-6662-7306
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	03-5698-3688
	おぎわら耳鼻咽喉科クリニック	耳鼻咽、気、小	柴又1-4-10	03-3627-3341
	おその整形外科	整、リハ、リウ	お花茶屋1-12-5	03-3690-8288

◆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
2/9(日)	千葉歯科クリニック	南水元4-22-3	03-3826-1748
	前原総合歯科医院	東新小岩1-7-2	03-3691-3555
2/11(火・祝)	大川歯科医院	南水元1-25-1	03-3600-5118
	巽橋歯科医院	西新小岩1-8-7-4階	03-3697-0142

◆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
2/9(日)	東金町はんだ接骨院	東金町4-41-19	03-6231-3624
	佐藤接骨院	青戸3-25-12	03-3601-4782
2/11(火・祝)	丸山接骨院	青戸5-20-12	03-3601-8223
	渡辺接骨院	堀切7-24-6	03-3601-7768

◆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
2/9(日)	水戸薬局本店	高砂5-36-7	03-3607-2562
	フレンド薬局	西新小岩1-8-5-1階	03-5670-9311
2/11(火・祝)	吉田薬局	お花茶屋1-27-4	03-3602-5306
	なの花薬局青戸店	青戸6-17-17	03-5629-5862
	あおぞら薬局東新小岩5丁目店	東新小岩5-20-3	03-6657-6346
	秋山調剤薬局	堀切5-20-9	03-3601-2540
	エース薬局	西新小岩4-37-14	03-3694-0939
	ミツワ薬局柴又店	柴又1-5-14	03-3627-3486

身体障害・知的障害のある方やそのご家族の方へ 心身障害者の保護者や身体障害当事者である相談員が相談に応じます。
 希望する方は、お問い合わせください。【担当課】 障害福祉課 ☎03-5654-8263 FAX 03-5698-1531

凡例

他日…日時
 …その他
 方…会場
 …申込方法
 申…対象
 …申込先
 問…内容
 …問い合わせ先
 担…費用
 …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...会場...申込方法...対象...定員...内容...費用...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。

親子で楽しめる！
体験イベント&実演&販売!
葛飾区認定製品販売会

かつしか ミライテラス

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。

日時 2月9日(日) 午前10時~午後4時

会場 テクノプラザかつしか (青戸7-2-1)

【担当課】 商工振興課 ☎03-3838-5559

葛飾区認定製品の一例 (出店者は変更になる場合があります)

工業 葛飾ブランド「葛飾町工場物語」



ワタナベ食品(株)
「旭カレーroux」

(有)坪川製箱所
「段ボールまくら」

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」

マルヤストアー
「おやつジャンボコロッケ」

伝統産業 葛飾区伝統工芸品



きもの染色工房「ひよ」
「手描き友禅・扇子」

和弘利器(株)
「東京打刃物・三徳包丁」

農業 葛飾元気野菜



小松菜や大根などの冬野菜

※天候などにより出品商品が変更になる場合があります。

体験イベント

- ▶シリコンゴム粘土「ラバー君」でお花のマイブローチを作ろう
【対象】 5歳以上の方
【費用】 500円
- ▶廃材を使ってオリジナル風車作りをしよう
【対象】 4歳以上の方
【費用】 500円
- ▶自分だけのオリジナルハンドタオルを作ろう
【費用】 500円
- ▶ハンカチ色さし体験
【対象】 小学5年生以上の方
【費用】 2,500円
- ▶布バッグに柄つけ
【対象】 小学3年生以上の方
【費用】 1,200円
- ▶お菓子教室
【対象】 5歳以上の方
【費用】 700円

いずれも

直接会場へ。
材料が無くなり次第終了。

キャプテン翼 デジタルスタンプラリー

『キャプテン翼』ゆかりの地を巡るデジタルスタンプラリーを開催します。参加方法など詳しくは、イベントHPをご覧ください。
【担当課】 観光課 ☎03-3838-5558

期間 2月1日(土)~3月31日(月)

会場 四つ木・立石・柴又エリア

参加方法

Step1

スタンプスポットを確認

チラシやイベントHPでスタンプスポットを確認してください。参加エントリーなど事前の手続きは不要です。



Step2

二次元コードでスタンプを集める

スポットに設置した二次元コードをスマホで読み込むことでスタンプを取得できます。



Step3

スタンプを5種類以上集めた方に景品をプレゼント

スタンプを5種類以上集めたら、ノベルティ配布場所で引換券の画面を提示してください。



スタンプを集めて、景品をゲットしよう!

『キャプテン翼』の銅像や観光スポットを巡り、スタンプを5個以上集めると景品がもらえます(先着1,000人)。



▲オリジナル巾着

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 第144283号

金町支店 03-5876-3963 小岩支店 03-6458-0064

ジュエル恵利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

レンタル袴
取扱い中

ママ振袖
アレンジ&お直し
お気軽にご相談ください

ワンコイン
着付教室開講中



葛飾区高砂5-35-12-1F 京成線
高砂駅すぐ ☎0120-566-206

