

きもっちゃんの ひとりごと

早いもので、私の議員生活もいよいよ4年目を迎える
ようとしています。日々の公務に追われる中で、「きもっ
ちゃん、普段何をしているの？」というお声をいただ
くこともありました。その反省を活かし、2026年は情
報発信をこれまで以上に強化したいと考えています。

私の活動報告はもちろん、複雑な区政の動きについても、SNSなどを通じて皆様に
より分かりやすく、タイムリーにお伝えしていく決意です。

プライベートの目標は、「**ジム通いの習慣化とダイエット**」です！こんなに忙しいは
ずなのに、どうして太っていくのか……人間って、つくづく謎多き生き物だと思います。
そこで今回は、自分を追い込むために「**私が好きな筋トレベスト3**」をご紹介します。
とはいえ、活力の源である日本酒だけは控えられそうにありません(笑)。ですので、
今回も恒例の「**おすすめ日本酒ベスト3**」と合わせて、2本立てで発表させていただきます！

私が好きな筋トレ

1 ブルガリアンスクワット

下半身を効果的に鍛え、
筋肉量を増やして代謝アップ！
膝を痛めないように注意してね。



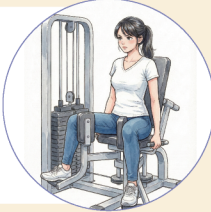
2 ラットプルダウン

姿勢改善・猫背解消、肩こり・
腰痛の軽減にも良いらしい！
首周りがほぐれて頭もスッキリ。



3 ヒップアダクション

太ももの内側の引き締めや、
お尻の外側を鍛える！
次の日はまっすぐ歩けないかも？



おすすめ日本酒

1



山本 (秋田)
純米吟醸生原酒
7号酵母

2



雨降 (神奈川)
MIZUMOTO
純米酒 愛山 生原酒

3



AGEO (埼玉)
純米大吟醸
無ろ過生原酒



お問い合わせ きもと麻由事務所

〒134-0091 江戸川区船堀4丁目15-11
TEL.03-6240-5850 FAX.03-6808-3121

ウェブサイト



エックス



フェイスブック



インスタグラム



公式LINE



げんきのもと 通信 2026 Vol.7

立憲民主党 きもと麻由

会派名：超党会派えどがわ



江戸川区議会議員

きもと麻由

PROFILE

プロフィール

札幌生まれ、みずがめ座のB型。北海道大麻高校を卒業
後、アメリカの美術大学 Memphis College of Art に
留学しグラフィックデザインを学ぶ。化粧品や香水のプ
ロダクトデザイン、カタログや広告制作など、20年近くデ
ザイナーとして活動。聴覚障がい者の母をもち、フリーラ
ンスとして長年活動する中で、政治が社会的に弱い立場に
おかれている人たちを支援する必要性を強く感じ、政治の道
を志すことを決意。2023年4月の江戸川区議会議員選挙にて
初当選。趣味はピアノ、編み物。好きなものは柴犬と日本酒。



きもっちゃん
って呼んでね！

江戸川区議会レポート 内容

★ 第4回定例会 本会議一般質問

1. 不法投棄を改善する取り組みについて
2. 広報物のクオリティをあげる取り組み
3. 包括的性教育について

★ きもっちゃんのひとりごと



一般質問の全文は、
きもと麻由の
ウェブサイトに
掲載しています！

江戸川区議会の
ウェブサイトでは
私の一般質問の映像を
ご視聴いただけます！





令和7年11月28日 江戸川区議会 第4回定例会で 議会質問 をしました！

1

不法投棄を改善する取り組みについて



江戸川区全域で長期間改善しない不法投棄問題。私の住む船堀エリアでも地域の方々と見回り強化を行いました。場所が移動するだけで根本解決には至りませんでした。一部の住民の善意と負担に頼る現状を変え、今こそ実効性のある改善策を実行すべきであるとの考えから質問しました。

Q. 「不法投棄が無くならない現状」をどのように認識してるのか。
また、見回り以外にはどのような対策をしているのか。

A. 不法投棄は厳罰を伴う犯罪であり、環境悪化や税金浪費を招く重大課題である。昨年度は1,285個を回収し、業務に支障を来している。区は監視を強化し、発生時には警告や開封調査による特定・指導も徹底する。集積所の一方的廃止は困難だが、改善が見られない場合は地域と協議の上、廃止や移設等の対応も進めていく。

Q. 改善しない集積所には、防犯カメラ設置や戸別収集への切り替えなど、踏み込んだ対応が必要と考える。不法投棄を減らすためのさらなる強化策について、現在どのように検討を進めているのか。

A. 防犯カメラは、町会等の設置により改善した事例もあるため、自主的な防犯強化策として推奨していく。一方、戸別収集への転換は有効な手段だが、多大な財政負担を伴うため、公平性の観点からも安易に行うべきではない。区内約4万5千カ所の集積所を維持するには、利用者のモラル向上と地域管理が不可欠である。

今後はルール周知徹底に加え、不法投棄発見時に迷わず通報できる仕組みの検討など、区民と協働した対策をさらに進めていく。

2

区の広報物、ポスターやチラシ、パンフレット等の クオリティをあげる取り組みについて



区の広報物は生活に直結する重要情報ですが、現状は分かりにくいものも散見されます。デザインとは単なる装飾ではなく、情報を正しく届けるための「機能」です。職員がその重要性を理解し、行政全体の「伝える力」を底上げすることが、区民サービスの向上に不可欠であると考え、組織的なデザイン活用体制を求めて質問しました。

Q. 広報課の相談制度やマニュアルが十分に活用されていないのではないか。
庁内での実際の利用状況と、現状の課題認識について問う。

A. 行政サービスは、対象者に伝わらなければ実施していないのと同じである。そうした思いから、令和3年度より広報課による相談制度を開始し、10月末までに692件の広報物を改善した。また、民間専門家の助言を得てガイドラインを策定し、職員研修等でノウハウの共有を図っている。さらに、広報物の質を向上させるため、職員向けの講座やeラーニングも実施し、これらの機会を通じて制度の周知も行っている。引き続き、区民の目線に立った、分かりやすく伝わる広報物づくりに取り組んでいく。

Q. 東京藝術大学との連携を広げ、デザイン科の専門性を広報物の品質向上や職員へのレクチャーに活用してはどうか。区長の見解を問う。

A. 東京藝術大学は国内唯一の国立総合芸術大学として、デザインや絵画分野で卓越した技術と知見を有する。同大学はアートによる地域課題の解決や共生社会の実現を目指しており、その姿勢が本区の方針と合致することから連携を深めている。広報物の質向上においても、従来の取り組みに加え、同大学と相談し、その高度な専門性を活用していく。

3

包括的性教育について



ネット情報の氾濫や既存カリキュラムの制約など、子供たちが正しい知識を得にくい現状への危機感から質問しました。包括的性教育は、性だけでなく人権や他者尊重を学ぶ「生きる力」の根幹です。現場の教員や家庭任せにせず、行政が責任を持って、専門家による質の高い教育機会を全ての子供たちに保障するよう強く求めました。

Q. 外部講師による出前授業の実施状況は。

A. 包括的性教育は、人権尊重と健やかな成長に不可欠であり、外部講師の活用も有効であると認識している。現在、都の指針に基づき、医師や弁護士等を招いた多面的な授業を実施している。令和7年12月の公開授業等を通じ教職員への周知を図り、今後も子供たちが互いを尊重し合えるよう、本教育を推進していく。

Q. 区内全ての保育園・幼稚園・小中学校での出前授業が必要であると考え。実施を進めていくことについて、区の認識を問う。

A. 保育園・幼稚園では、外部講師や保健師による授業を行い、命の尊さやプライベートゾーンについて学ぶ機会を設けている。特に公立保育園では全園実施に加え、職員研修や保護者啓発も行う。小中学校でも道徳等の指導と並行し、外部講師の活用を広げていく方針だ。今後も現場と連携し、子供・保護者・職員が共に安心して学べる体制を整備していく。