

平成26年(2014年)12月11日

講座・催しもの つづき

誰でもできる！目からウロコの簡単防災術

時 12/19(金)18:00~20:40※17:45受付開始 場 砂町区民館(北砂4-7-3) 入 50人(先着順) 費 無料 内 防災ミニイベント、防災講座 申 当日直接会場へ 問 地域整備課不燃化推進係 ☎3647-9491

青少年センターまつり

中・高校生による音楽ライブやダンス披露など楽しい催しが盛りだくさん。ジュニアリーダー、学生ボランティア、青少年委員の皆さんが面白い企画を用意して待っています。喫茶コーナーでは簡単な軽食も楽しめます 時 12/20(土)9:30~16:00※一部の催しは18:30まで 場 青少年センター(亀戸7-41-16) 入 どなたでも 費 無料 申 当日直接会場へ 問 青少年センター ☎3681-7334

深川東京モダン館 新春圓橋一門会

時 1/2(金)・3(土)16:00~(開場15:30) 場 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) 入 どなたでも各日10人(申込順) 費 各日予約2,500円、当日2,800円[出演]三遊亭圓橋・小圓朝・萬橋・橋也 申 12/16(火)から電話で深川東京モダン館 ☎5639-1776 [HP](http://www.fukagawato.kyo.com/) <http://www.fukagawato.kyo.com/>

中川船番所資料館 水辺のスケッチ

資料館3階の中川番所のジオラマなどを題材に、水彩色鉛筆スケッチに挑戦してみませんか。初めての方でも大丈夫です 時 1/18(日)9:00~12:00 場 中川船番所資料館(大島9-1-15) 入 15人(申込順) 費 大人700円、小・中学生550円(教材費・観覧料) 師 菅野たみお 申 12/16(火)から中川船番所資料館に電話または窓口で ☎3636-9091

ITパークこうとう「パソコン教室」

時 内 1月分※詳細はK-NETホームページ参照 ([HP](http://www.k-net.koto.tokyo.jp/k_net/it_park/) [http://www.k-net.koto.tokyo.jp/k\\_net/it\\_park/](http://www.k-net.koto.tokyo.jp/k_net/it_park/)) ※全ての講座とITなんでも相談およびパソコン開放日は予約制 場 ITパークこうとう(亀戸2-19-1カメリアプラザ9階) 入 区内中小企

業事業者・従業員の方(余裕があれば区民の方も可)各回12人 費 無料(テキスト代は実費) 申 [区内中小企業事業者・従業員の方]12/16(火)13:00からITパークこうとうに電話または窓口で。ファクス・メールでの受付は同日14:00から[区民の方(定員に余裕がある場合)]12/20(土)9:00からITパークこうとうに電話または窓口で。ファクス・メールでの受付は同日10:00から

※いずれもITパークこうとう窓口またはK-NETホームページにある申込用紙に「受講したい講座名(2講座まで)」等必要事項を記入(メールの場合は件名に「パソコン教室受講希望」と記載)し、申し込んでください 問 ITパークこうとう(火・金曜午前休館、日・月・木曜、祝日休館) ☎5626-0025・FAX3636-2641 [e admin@k-net.koto.tokyo.jp](mailto:admin@k-net.koto.tokyo.jp)

児童会館 陶芸教室、天体観望会、ベビーマッサージ、七宝教室

1. 陶芸教室「れんこん型ペンスタントをつくらう」

時 1/10(土)13:30~15:30 入 区内在住の小・中学生12人とその保護者(抽選、結果は当選者におのみ12/24(水)連絡)※小学4年生以上は児童のみで参加可[持ち物]エプロン・ハンカチ

2. 天体観望会「すばる(プレアデス星団)を見よう」

時 1/10(土)19:00~20:00 入 どなたでも60人(抽選、結果は当選者におのみ12/24(水)連絡)※小学生以下は保護者の申し込みと当日の付き添いが必要※雨天・曇天の場合は、2階ホールで星空解説

3. ベビーマッサージ

時 1/11(日)①10:00~10:40②11:00~11:40 入 区内在住で歩き始める前までの0歳のお子さんとお母さん各回12組(抽選、結果は当選者におのみ12/25(木)連絡)お父さんも一緒に！[持ち物]バスタオル・飲み物

4. 七宝教室「ミルフィオリを使ったキーホルダー作り」

時 1/17(土)14:00~15:30 入 区内在住の小・中学生15人(抽選、結果は当選者におのみ12/25(木)連絡) ※いずれも 場 児童会館(住吉1-9-

8) 費 無料 締 12/20(土) 申 児童会館に電話または窓口で ☎3633-6911

初心者歓迎！ ソフトバレーボール大会

時 1/12(月・祝)9:00~16:00 場 スポーツ会館大体育室(北砂1-2-9) 集 8:50 入 区内在住・在勤・在学の方50組(4人1組)200人(申込順) 費 無料 内 大会前にルール説明を行います。初心者でも気軽にラリーを楽しめる競技です[試合形式]①一般男子の部(中学生以上)②女性の部A(中学生以上39歳まで)③女性の部B(40歳以上)④ファミリーの部(大人2人・小学生以下2人)※①~④とも4人1チームで申込。年齢は4人の平均年齢でも可 申 12/15(月)から各スポーツセンター窓口にある申込書に記入し、スポーツ会館へファクスまたは窓口で FAX3649-3123、☎3649-1701

保健 高血圧症講座～五感を刺激する美味しい減塩食

時 1/20(火)13:30~15:30 場 深川保健相談所多目的室・調理実習室 入 区内在住で、血圧が高く減塩食に関心がある方25人(抽選) 費 無料 内 五感(味覚・視覚・嗅覚・聴覚・触覚)を意識したおいしい減塩食を紹介(講義・調理実演・試食)[持ち物]筆記用具 師 秋山里美(フードデザインすぶらうと主宰・管理栄養士) 締 1/8(木)必着 申 往復はがきに①教室名②郵便番号・住所③氏名④年齢⑤電話番号を記入し、〒135-0021白河3-4-3-301深川保健相談所 栄養士へ ☎3641-1181、FAX3641-5557

呼吸体操教室(12月)

慢性呼吸器疾患の患者さんにとって、日常の中での呼吸法は大切です。うたや音楽を通して、息苦しさを和らげる呼吸法を学びます 時 12/18(木)14:00~16:00(受付13:30~)※第3木曜の開催です 場 健康センター(保健所)4階会議室(東陽2-1-1) 入 区内在住で、気管支ぜん息・肺気腫・慢性気管支炎と診断されて

いる成人の方50人(先着順) 費 無料 内 音楽療法と呼吸法 師 三宅聖子(ミュージックasパレット代表理事) 申 当日直接会場へ 問 保健所健康推進課公保健係 ☎3647-9564

39(サンキュー)歳までの無料健診(生活習慣病予防健診1月分)

時 場 下表のとおり 入 健診日現在15歳以上39歳以下の区民の方各会場25人(抽選)※1年以内に受診した方はご遠慮ください 内 胸部X線・血液・尿検査・腹囲測定等 費 無料 締 12/22(月)必着 申 はがきに①健診名②住所・郵便番号③氏名(ふりがな)④年齢⑤生年月日⑥性別⑦電話番号を記入し、希望する保健相談所へ(重複申し込み不可)※電子申請もできます [HP](https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/) <https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/> 問 各保健相談所管理係

健診会場	検査日時	結果日時
城東保健相談所 〒136-0072大島3-1-3 ☎3637-6521 FAX3637-6651	1/13(火) 9:00~	1/30(金) 13:30~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	1/7(水) 13:10~	1/20(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	1/9(金) 13:10~	1/23(金) 13:30~
城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006	1/9(金) 13:10~	1/23(金) 13:00~

その他

「こうとうトコトコ日和」 2014/2015冬号 配布中!

12~2月の区内イベント情報、まちあるきガイドツアー情報、「七福神めぐり」と「落語」をテーマにしたお正月にぴったりの特集記事、木場・東陽町、東雲・辰巳エリアのおでかけスポット紹介などを掲載しています[配布場所]こうとう情報ステーション(区役所2階)、文化観光課(区役所4階33番)、江東区観光協会事務所(東陽4-5-18産業会館内)、各出張所、各文化センター、区内観光施設等 問 江東区観光協会 ☎6458-7400

江東区スポーツネット

3月のスポーツ施設(野球場・運動場・テニスコート)の利用申込

抽選受付期間 1/20(火)~31(土)

抽選後の空き施設の申込 2/9(月)から受付 申込方法 利用者登録後、携帯電話、インターネット、または各スポーツセンターおよび区役所1階にある利用者端末機で申し込みます。なお、下記の日程は施設の整備・区民体育大会等の開催により利用申込はできませんのでご注意ください。

種目	施設・面番号	日(3月分)	時間
野球・ソフトボール	夢の島	1・2・5・6面	1・8・15・21・22・29 全日
		3・4・7・8面	1・8・15・21・22・29 全日
	亀戸	11・12面	1・7・8・14・15・21・22・28・29 全日
		B面	1~31(グランド凍結のため) 全日
テニス	豊住	A面~D面	1 8~15
		A面・B面	7・14・21・28 15 13~15
ソフトボール・サッカー等	新砂	第一全面	1・7・8・22・29 全日
		第二全面	15 全日
		第二全面	1・7・8・14・15・22 全日
		多目的広場	平日の月・水・金 全日
屋外スポーツ施設休場日	9・23	9・23	全日

※亀戸野球場B面は凍結のため、1/4(日)から3月末日(予定)まで、利用中止します。

問 夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所 ☎3522-0846



江東スポーツデー(区民無料公開日) 第2土曜(1/10)

※屋内プール・サウナ室は有料です。

スポーツ施設名	午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:30
スポーツ会館 北砂1-2-9 ☎3649-1701	小学生スポ館スポーツ塾※申込は締め切りしました	バスケットボール バドミントン	バレーボール バドミントン
深川スポーツセンター 越中島1-2-18 ☎3820-5881	ミニバスケットボール バドミントン	バドミントン	バスケットボール バドミントン
亀戸スポーツセンター 亀戸8-22-1 ☎5609-9571	ソフトテニス	ミニバスケットボール バスケットボール	バレーボール バドミントン
有明スポーツセンター 有明2-3-5 ☎3528-0191	ミニバス・サッカー教室※申込は締め切りしました	バドミントン	ソフトテニス バレーボール
東砂スポーツセンター 東砂4-24-1 ☎5606-3171	バスケットボール ミニバスケットボール	バドミントン 卓球	バレーボール ビーチボール
深川北スポーツセンター 平野3-2-20 ☎3820-8730	卓球	卓球 バドミントン	バドミントン

みんなでスポーツデー 第4土曜(1/24)

[利用料]1人400円、シニア・中学生以下100円

午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:30
小学生スポ館スポーツ塾※申込は締め切りしました	バスケットボール バドミントン	バレーボール バドミントン
小学生深川スポーツ塾※申込は締め切りしました	バドミントン 中学生スポーツ支援事業	バドミントン タイム バドミントン
小学生亀戸わくわくスポーツ塾※申込は締め切りしました		
ミニバス・サッカー教室※申込は締め切りしました		
小学生砂町スポーツ塾※申込は締め切りしました	キンボール	
小学生深川北スポーツ塾in体育室※申込は締め切りしました	バドミントン	バドミントン

こどもスポーツデー

第2土曜(1/10)、第4土曜(1/24)の午前中は、小中学生の無料公開日

午前 9:00~12:00	
第2土曜	第4土曜
卓球 各種武道 水泳	卓球 各種武道 水泳
ミニバスケットボール バドミントン 卓球	小学生深川スポーツ塾※申込は締め切りしました
アスレチックルーム	アスレチックルーム
ソフトテニス 卓球	小学生亀戸わくわくスポーツ塾※申込は締め切りしました
水泳	水泳
卓球 水泳	卓球 水泳
バスケットボール ミニバスケットボール	小学生砂町スポーツ塾※申込は締め切りしました
水泳	水泳
卓球	小学生深川北スポーツ塾in体育室※申込は締め切りしました
水泳	水泳

スポーツデーにお越しの方へ ☆上履きをお持ちください。☆夜間の中学生以下の利用は、必ず保護者が同伴してください。

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金に関するお問い合わせは、2つの給付金相談窓口またはコールセンターへ[相談窓口開設場所]江東区文化センター2階特設会場(東陽4-11-3) 問 コールセンター ☎3647-4596(9:00~17:15※土・日曜、祝日を除く)申請期限は平成27年1/14(水)です(消印有効)。手続きがお済みでない方はお急ぎください。