

講座・催しもの つづき

深川江戸資料館 伝統工芸公開「無地染」

時 9/17(土)13:30~15:30 費 大人400円、小・中学生50円(常設展示室観覧料)※中学生以下は保護者同伴 [実演]近藤良治(江東区登録無形文化財保持者) 場 深川江戸資料館(白河1-3-28) ☎3630-8625、FAX3820-4379

第2土曜はジュニア俳句教室

時 10/8(土)9:30~11:30 場 芭蕉記念館2階研修室(常盤1-6-3) 集 9:20 区内在住の小学生20人(申込順) 費 無料[持ち物]筆記用具 10/1(土)※定員になりしだい終了 9/10(土)から芭蕉記念館に電話または窓口で☎3631-1448、FAX3634-0986

時雨忌(芭蕉忌)記念講演会

時 10/9(日)14:00~15:30 場 芭蕉記念館1階会議室(常盤1-6-3) 人 80人(申込順) 費 500円 芭蕉一世の十句 師 西村和子(俳人、「知音」代表) 10/2(日)※定員になりしだい終了 9/10(土)から芭蕉記念館に電話または窓口で☎3631-1448、FAX3634-0986

健康センタートレーニングルーム 利用会員募集(10月期)

健康づくりにトレーニングルームをご活用ください。利用前に運動負荷心電図検査を含む健康度測定を実施し、健康状態にあった適切な運動処方を作成します 時 10/1(土)・8(土)・14(金)・22(土)・28(金)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 人 1日12人(申込順) 費 7,000円(3か月以内の血液検査結果をお持ちの方は5,000円) 内 血圧測定、血液検査(14項目)、安静時および運動負荷心電図検査、問診、骨密度測定、運動カウンセリング 9/5(月)9:00から健康センターに電話または窓口で☎3647-5402、FAX3647-5048

大人のための社会科見学 ウォーキング

見学地周辺約4~5kmをウォーキングし、健康づくりも兼ねての社会科見学です※見学施設の警備の都合上、身分証明書(運転免許証・パスポート・写真付住民基本台帳カード・健康保険証のいずれか)の提示が必要となります 時 10/6~27の木曜(全4回)12:30~16:30(予定) 集 見学施設周辺 区内在住・在勤の18歳以上の方30人(抽選) 費 2,040円(保険代等含む)※集合場所までの交

通費は自己負担[見学施設]本所防災館(墨田区横川4-6-6)、防衛省市ヶ谷地区(新宿区市ヶ谷本村町5-1)、がすてなーに(豊洲6-1-1)、そなエリア(有明3-8-35)※見学先の行事等により実施日や見学場所が変更になる場合があります 9/11(日)必着 往復はがきに①講座名②郵便番号・住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤性別⑥生年月日・年齢を記入し、〒136-0073北砂1-2-9スポーツ会館へ☎3649-1701、FAX3649-3123

「体育の日」水泳大会

時 10/10(月・祝)[小学生の部]8:30~12:00[中学生・高校生・一般・壮年の部]13:20~17:00 場 スポーツ会館屋内プール(北砂1-2-9) 区内在住・在勤・在学・在クラブの方(1人2種目以内でリレーは除く) 費 小・中学生300円、高校生・一般・壮年500円[種目]下表のとおり 9/16(金)各スポーツセンターにある申込書および個人票・リレー票に必要事項を記入し、参加費を添えてスポーツ会館窓口で 区内在住・在勤・在学・在クラブの方(1人2種目以内でリレーは除く) 費 小・中学生300円、高校生・一般・壮年500円[種目]下表のとおり 9/16(金)各スポーツセンターにある申込書および個人票・リレー票に必要事項を記入し、参加費を添えてスポーツ会館窓口で

Table with 5 columns: 種目, 自由形, 平泳ぎ, 背泳ぎ, バタフライ, シュートレー, リレー. Rows include A小学1・2年生, B小学3・4年生, C小学5・6年生, 中学生, 高校生, 一般, 壮年.

障害者水泳教室

時 9/18(日)9:30~11:00 場 スポーツ会館プール(北砂1-2-9) 区内在住・在勤・在学の方25人(申込順) 費 無料 受講者のレベルに合わせた指導 窓口に申込用紙に必要事項を記入し、9/5(月)からスポーツ会館にファクスまたは窓口で☎3649-1701、FAX3649-3123

ハーフマラソン対策練習会

時 10/4~11/22の火曜(10/11を除く全7回)19:00~20:30 場 亀戸スポーツセンターとその周辺 区内在住・在勤・在学で16歳以上かつハーフマラソン出場経験者で自己ベスト

が2時間から2時間15分程度の方30人(区内在住・在学・在勤で江東シーサイドマラソン当選者を優先し、抽選) 費 5,600円 9/20(火)必着 相澤南(ジョグポート有明指導員) 往復はがきに①名前(ふりがな)②住所③電話番号④年齢⑤性別⑥ハーフマラソン自己ベスト記録と大会名⑦2016年シーサイドマラソン出場権の有無を記入し、〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターハーフマラソン対策講座係まで郵送または窓口(はがき1枚持参)で☎5609-9571、FAX5609-9574



ウォーキング講習会

時 9/25(日)9:30~13:00 中学生を除く15歳以上の区内在住・在勤・在学の方70人(申込順) 費 300円(保険代含む) 2時間の講義および実技後、屋外約2.5kmを歩き、東大島駅小松川口付近で解散 倉方てる美(日本ウォーキング協会) 9/20(火) 9/6(火)から東砂スポーツセンター(東砂4-24-1)にある専用申込書に記入し、費用を添えて窓口で☎5606-3171、FAX5606-3176

シルバースポーツフェスタ

時 9/19(月・祝) 場 深川北スポーツセンター(平野3-2-20) 区内在住・在勤で60歳以上の方50人(申込順) 費 無料※ロッカー代20円(10円は返却) 内 下表のとおり[持ち物]①②運動着・室内用運動靴・タオル・水筒③水着・水泳帽・タオル 9/6(火)9:00から深川北スポーツセンターに電話または窓口で☎3820-8730、FAX3820-8731

Table with 2 columns: 種目・時間, 内容. Rows include ①ゆったり太極拳, ②いきいきリフレッシュ体操, ③やってみよう!シルバークアビクス.

社交ダンス教室

時 9/29~12/8の木曜(11/3を除く全10回)19:00~20:30 場 深川スポーツセンター2階研修室 中学生

を除く15歳以上の方50人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) 費 7,100円 9/11(日)必着 往復はがきに①教室名②受講者氏名・ふりがな③年齢④性別⑤郵便番号・住所⑥電話番号⑦区内在勤・在学の場合、勤務先・学校名・所在地・電話番号を記入し、〒135-0044越中島1-2-18深川スポーツセンターに郵送または窓口(はがき1枚持参)で☎3820-5881、FAX3820-5884

ゆっくりやさしい椅子体操

時 9/30(金)10:00~11:00 場 亀戸ふれあいセンター体育室(亀戸9-33-2-101) 区内在住で60歳以上の方25人(抽選、9/16(金)以降に当選者のみ連絡) 費 無料 運動初心者が取り組みやすい椅子体操 北島真理子(運動指導士) 9/15(木) 9/2(金)から電話または窓口(未登録の方は登録が必要です。保険証をご持参ください)で☎5609-8822、FAX5609-8821

保健

思春期の子を持つ親のための講座

時 10/4(火)14:00~16:00 場 城東南部保健相談所(南砂4-3-10) 50人(申込順) 費 無料 学齢期のこどもの不登校・イライラ・暴力に対する親の関わり方について 遠藤季哉(都立小児総合医療センター児童精神科医師) 9/7(水)から電話で城東南部保健相談所☎5606-5001、FAX5606-5006

難病医療相談室

時 9/16(金)13:30~15:00 場 江東区医師会館(東陽5-31-18) 難病等特殊疾患で治療中の方、病気の心配をされている方とその家族(申込順) 費 無料 専門医を中心とした医療相談 9/13(火)※定員になりしだい終了 電話またはファクスで江東区医師会事務局☎3649-1411、FAX3649-1631

障害等で歯科診療が受けにくい方に「かかりつけ歯科医」を紹介

心身の障害のために通院が難しい方、ウイルス性疾患等で通常の歯科診療が受けづらい方が身近で適切な歯科診療が受けられるよう、江東区歯科医師会に相談窓口を設置し「かかりつけ歯科医」を紹介しています [受付時間]9:00~12:00、13:00~17:00(土・日曜、祝日を除く) 電話で江東区歯科医師会☎3649-0780、FAX3649-1688

9月の放送予定 区の情報番組 江東ワイドスクエア ケーブルテレビ 11ch 9:00、12:00、15:00、19:00~放送. Includes a table of broadcast schedules and a 'Goodwill' donation section.