



11/30日

43rd KOTO SEASIDE MARATHON 2025

江東シーサイドマラソン大会2025

ハーフマラソン

10km

ランナー募集!



申込期間



ゲスト

※福士さんとGgoat RTの皆さんは当日ゲストランナーとして走ります



7/1火～
7/31木まで

抽選

申し込みはこちらから



HPから! エントリーサイト▶

電話から! 7/31(木)までに

☎0570-039-846

(10:00~17:00 ※土・日曜、祝日除く)



福士加代子さん
4大会連続五輪出場、
世界選手権女子マラ
ソン銅メダリスト



大八木弘明総監督
駒澤大学陸上競技部
総監督、
Ggoat project代表



参加者全員には
大会オリジナルTシャツを
プレゼント!



詳細は2面へ



43rd KOTO SEASIDE MARATHON 2025

江東シーサイドマラソン大会2025



▲大会公式HP

大会概要

参加資格 令和7年4月1日現在16歳以上の健康な方

種目一覧(計8部門)

種目			定員(抽選)	参加費用
ハーフの部 (21.0975km)	一般	男性の部 女性の部	2,400人	7,000円
	壮年(50歳以上)	男性の部 女性の部		
10kmの部	一般	男性の部 女性の部	1,600人	6,500円
	壮年(50歳以上)	男性の部 女性の部		

参加案内の配布場所 大会公式HP、スポーツ振興課(区役所4階34番)、各スポーツセンター、豊洲特別出張所、各出張所など

【申込詳細に関する問合先】 江東シーサイドマラソン大会エントリー事務局
☎03-6381-8494(10:00~17:00 ※土・日曜、祝日除く)



表彰

各部の入賞者に、賞状・メダルを授与します。また、完走した方の成績記録は大会公式HPに掲載されます。



出展ブース

夢の島競技場時計台広場では、協賛企業・団体による出展ブースを展開。シーサイドマラソン大会ではマラソン以外の楽しみも味わうことができます。



過去の出展例

- ドリンクの配布
- 靴下の配布
- 物販 など



ボランティアの参加

給水やコース整理など、毎年500人を超えるボランティアの方々に支えられている大会です。大会成功の鍵はボランティアの方々の協力であると言っても過言ではありません！

ボランティア募集中

申込は8/29(金)まで！
詳細はこちらから ▶



みんなで応援しよう！



みなさんのおかげで
気持ちよく走ることができます！

協賛企業・団体募集

現金協賛および物品協賛をいただいている企業を募集しています。

詳細は大会公式HPをご覧ください。



掲載情報は6月20日時点のものです。最新情報は区HPや「選挙のお知らせ」をご確認ください。

7/20日

参議院議員選挙



区HP▶

投票日時 7/20(日) 7:00～20:00

前回(令和4年7月10日執行)
参議院議員選挙の投票率

58.20%

江東区で投票できる方

次のすべてを満たす方

- ①平成19年7月21日以前に生まれた方
- ②江東区の選挙人名簿に登録されている方
(江東区に住民登録の届け出をした日から令和7年7月2日までに、引き続き3か月以上区内に住所を有している日本国民であること)

住所変更をした方の投票場所

【転居】江東区内で住所を異動した方	投票所
6月16日以前に転居届を出した方	新住所地
6月17日以降に転居届を出した方	前住所地
【転入】江東区に転入した方	投票できる自治体
4月2日以前に転入届を出した方	江東区
4月3日以降に転入届を出した方	前の区市町村※1
【転出】江東区から転出した方	江東区での投票の可否
3月19日以前に転出した方	江東区では投票できません※2
3月20日以降に転出した方	江東区で投票できます※1

※1 投票するには、投票する自治体の選挙人名簿に登録されていることが必要です
※2 ただし、3月4日～19日に転出した方は、江東区で期日前投票のみできる場合があります。詳細は、江東区選挙管理委員会事務局にお問い合わせください

入場整理券を忘れずに

7月1日(火)ごろから順次、世帯全員分を一つの封筒に入れて送付します。投票所を確認のうえ、ご自身の「入場整理券」をお持ちください。
届かない・紛失した・忘れた場合でも、選挙人名簿に登録されていれば、投票できます。投票所の係員にお申し出ください。

当日投票に行けない方は期日前投票を(7月4日(金)から)

7月20日(日)に投票所に行けない方は、期日前投票をすることができます。
「選挙のお知らせ」裏面の「期日前(不在者)投票宣誓書兼請求書」の記入を済ませておくともスムーズに投票できます。

期日前投票 場所	期日前投票 日時
江東区役所、豊洲シビックセンター	7月4日(金)～19日(土) 8:30～20:00
森下文化センター、富岡区民館、小松橋区民館、カメリアプラザ、総合区民センター、砂町区民館、南砂区民館	7月13日(日)～19日(土) 8:30～20:00

不在者投票

次のいずれかに該当する方は、投票所以外で投票ができます。

- ①出張などで区外に滞在中の方
滞在地の選挙管理委員会が指定する場所で投票ができます。事前に投票用紙などの請求が必要です。
- ②入院または福祉施設などに入所している方
都道府県の選挙管理委員会が指定した病院や施設で投票ができます。詳細は、病院や施設の事務担当者へお問い合わせください。
- ③身体の重い障害などにより外出が困難な方
一定等級の身体障害者手帳をお持ちの方や介護保険で「要介護5」の認定を受けている方など一定の利用条件を満たす方は、自宅から郵送で投票ができます(投票用紙の請求には、事前に「郵便等投票証明書」の交付を受ける必要があります)。

投票用紙の請求方法など、詳細は「選挙のお知らせ」や区HPをご覧ください。投票用紙の交付には時間がかかりますので、お早めの請求をお願いします。

選挙公報の配布

候補者の公約などを記載した「選挙公報」を7月11日(金)までに各戸へ配布します。また出張所や駅などに「選挙公報用ポスト」を設置します。区HPでも公開します。

☎選挙管理委員会事務局 ☎03-3647-9091 ☎03-3647-9592

7/1から 江東区パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓制度を開始します！

性の多様性が尊重され、価値観や生き方などさまざまな違いに理解のある社会を促進し、婚姻関係にないパートナーの2人やその親族が家族として暮らしやすい環境づくりにつなげるために、「江東区パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓制度」を開始します。

パートナーシップとは

性別等にかかわらず、お互いを人生のパートナーとして、日常生活において継続的に協力し合うことを約束した2人の関係

ファミリーシップとは

パートナーシップにある2人と、その一方または双方の子または親との、家族としての関係

【手続き方法】

- 区HPまたは電話(☎03-3647-1163)で予約
- 予約した日時に、男女共同参画推進センター(扇橋3-22-2)へパートナーの2人がそろって必要書類等を持参
- 書類等を確認後、受領証明書等を交付(必要書類が不足している場合は後日交付)

【受領証明書の活用】

受領証明書の提示により活用できるサービスなど制度の詳細は区HPをご覧ください

【パブリックコメントの結果】

令和5年11月に江東区パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓制度(素案)のパブリックコメントを実施し、237件の意見が寄せられました。結果の詳細については区HPをご覧ください

☎人権推進課男女共同参画係 ☎03-3647-1163 ☎03-5683-0340



▲制度の詳細



▲パブリックコメントの結果

LGBT等相談

性的指向やジェンダーアイデンティティに関する悩みや不安などご相談ください。LGBT等の方だけでなく、家族や職場、支援者の方も相談できます
☎電話相談(予約不要) 毎月第3木曜 17:00～20:00 ☎03-3647-1171 ☎面接相談(来所またはオンライン・要予約) 毎月第2火曜 17:00～20:00



江東区政世論調査にご協力を

対象者(無作為抽出)へ
調査票を送付

区民の皆さんから区政に関するご意見を伺い、今後の施策に生かすため、世論調査を1年おきに行っています。対象となった方へ、区が委託した調査機関から事前に予告はがきを送付後、調査票をご自宅に送付します。ご協力をお願いします。

【調査期間】7月18日(金)～8月8日(金)
☑区内在住で18歳以上の方の中から無作為抽出で選ばれた方
定3,000人
☎広報広聴課広聴相談係 ☎03-3647-2364 ☎03-3647-9635

令和8年1月12日(月・祝)「二十歳のつどい」4部制で実施 12月上旬に招待状を送付

20歳の方を対象に、人生の節目をお祝いするとともに、大人としての自覚を促す機会として、「二十歳のつどい」を開催します。式典は地区別に4部制で行います。該当地区以外の部でも参加可能ですが、可能な限り該当の部でご参加ください。

☑ 令和8年1月12日(月・祝)

場ティアラこうとう

☑ ●平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれで、令和7年11月末日時点で、江東区に住民登録されている方

●東日本大震災により本区に避難し、全国避難者情報システムに登録されている方

※以前江東区在住で現在転出されている方も、入場時に本人確認のうえ、式典に参加可能

来場方法

対象者には12月上旬に招待状を送送します。申し込みは不要ですので、招待状を持って直接会場へお越しください。

※式典が中止となった場合、晴れ着レンタルのキャンセル料等の補償はできかねますのでご了承ください

地区別の開場・開始時間

部	地区	住所	開場時間	開始時間
第1部	深川地区	白河・清澄・常盤・新大橋・森下・平野・三好・高橋・富岡・佐賀・永代・福住・深川・冬木・門前仲町・牡丹・古石場・越中島・千石・石島・千田・海辺・扇橋・猿江・住吉・毛利・東陽・木場	9:30	10:00
第2部	臨海地区	豊洲・塩浜・枝川・東雲・有明・辰巳・潮見・青海・海の森	11:00	11:30
第3部	亀戸・大島地区	亀戸・大島	13:00	13:30
第4部	砂町地区	南砂・北砂・東砂・新砂・夢の島・新木場・若洲	14:30	15:00

※式典の所要時間は30分程度の予定です

※式典の内容は各部とも同一です



▲区HP

決意表明をする二十歳の方を募集

式典や、YouTube区公式チャンネル・ケーブルテレビで配信する特別番組(事前収録)の中で、二十歳の決意表明として、将来の夢や希望、その実現のために現在取り組んでいることなどを3分程度でお話ししてくれる方を募集します。ご協力いただいた方には記念品を進呈します。

定各部1人

☑ 9月12日(金)までに、郵送・FAXまたはメールで9面申込記入例の①～④と⑤生年月日⑥希望の部⑦決意表明の要旨(200～300字)を記入し、〒135-8383区役所青少年課地域連携係へ

☎03-3647-9629 ☎03-3647-8474

✉105030@city.koto.lg.jp

令和9年1月11日(月・祝)の二十歳のつどい会場は下記の通り決定しました

場ホテルイースト21東京(東陽6-3-3)

子育て・教育

このほかの記事は9面こうとうインフォメーションに掲載

保育ボランティアとして子育て支援にご参加を こども家庭支援士養成講座

講座を修了した方は、区内8か所の子ども家庭支援センター(愛称:みずべ)で行う「リフレッシュひととき保育」の保育ボランティアとして活動できます。こどもの笑顔があふれるまちを目指し、まちの子育てを応援いただける方、受講してみませんか。

☑ 7月22日(火)～24日(木)14:00～16:00

場総合区民センター ☑区内在住の方 定20人(抽選)

☑ 7月11日(金)までに東陽子ども家庭支援センターに電話・窓口で(月～土曜10:00～17:00) ☎03-3699-4871 ☎03-5665-4780

食育応援講座「野菜を使ったおやつ 噛み応えのある食品でゆっくりよく噛む習慣づくり」

食事だけでは不足しがちな栄養を、おやつで取ることができます。おやつの役割を学び、おやつ作りの参考にしませんか。

☑ 7月30日(水)13:30～15:00 場城東南部保健相談所

☑ 3～5歳児(令和元年4月2日～令和4年4月1日生まれ)と保護者

定12組(申込順)

☑管理栄養士によるレシピ紹介と実習・試食、おやつで摂取できる栄養の話、歯科衛生士によるお口の役割とからだの健康の話、歯磨きレッスン

☑ 7月7日(月)9:30から区HP申込

場城東南部保健相談所栄養指導担当・歯科担当

☎03-5606-5001 ☎03-5606-5006



夏休み「こどもお料理団」 料理＆科学の実験教室 冷凍庫は使わない！不思議なシャーベット＆ ふわふわホットケーキの秘密

キッズ

身近なおやつのおいしさの秘密を科学の視点から学びます。グループで実験と調理を行い、自分たちで作ったスイーツを味わいます。

☑ 8月2日(土)10:00～12:00(開場9:30)

場男女共同参画推進センター ☑小学4～6年生

定24人(抽選) 費500円

講武藤久美子(一助)日本educe食育総合研究所

☑ 7月15日(火)17:00までに区HP申込または男女共同参画推進センターに電話・窓口で ☎03-5683-0341 ☎03-5683-0340



キッズシネマフェスティバル

キッズ

観て・知って・体験する、こどものための映画祭です。映画鑑賞やバリアフリー上映を知る音声ガイド体験のほか、ワークショップもあります。

【映画】①「クレヨンしんちゃん 嵐を呼ぶモーレツ！オトナ帝国の逆襲」

監督・脚本：原恵一(2001年／89分)

②「チャーリーとチョコレート工場」(吹替版)

監督：ティム・バートン(2005年／115分)

※詳細は古石場文化センターHPをご覧ください

☑ 8月24日(日)①10:30～、②14:00～

場古石場文化センター 定各回180人(申込順)

費無料(ワークショップは実費)

☑ 7月10日(木)9:00から古石場文化センターに電話・窓口で

※ワークショップは当日受付

☎03-5620-0224 ☎03-5620-0258



©臼井儀人／双葉社・シンエイ・テレビ朝日・ADK2001



パナソニック工作教室

親子で学ぶ！

エネルギーの創・蓄・省とソーラーランタンづくり

地球の環境問題や明かりの省エネなどについて学び、太陽電池・乾電池のどちらでも点灯するランタンを工作します。太陽光で創り(創)、電気をためた蓄電池を(蓄)、LEDで省エネに賢く使う(省)、地球に優しいものづくりを体感しませんか。

8月3日(日)10:00~12:00、14:00~16:00 区役所

小学生と保護者 定各回25組(抽選) 費1,400円

7月10日(木)(必着)までに区HP申込、電話・窓口または9面申込記入例の①~④と⑤小学生の学年・年齢

⑥保護者の氏名・ふりがなを記入し、〒135-0052 潮見1-29-7 えこっくる江東講座担当へ

区温暖化対策課環境学習情報館 ☎03-3644-7130 📠03-3644-7135

※結果は当選者のみ7月下旬までに郵送で通知

キッズ

くらし・しごと・産業

このほかの記事は9面ことうインフォメーションに掲載

社会を明るくする運動

7月は強調月間

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ

保護司会や更生保護女性会とともに、犯罪や非行から立ち直ろうとする人の意志を受け入れ、繰り返さないよう支える更生保護活動を推進しています。

犯罪を犯した人の更生を助け地域を守る「保護司」

保護観察官と協力し、犯罪や非行をした人の立ち直りを地域で支えるボランティアです。犯罪の再発を防止する地域づくりにも取り組んでおり、区内では122人が活動しています。

区江東区更生保護サポートセンター ☎03-5534-8639

心豊かな社会をめざす「更生保護女性会」

地域の諸団体と連携し、犯罪や非行の防止活動、青少年の健全育成活動の支援、育児や非行の相談を通じた子育て支援を行い、「社会を明るくする運動」を続けている団体です。区内会員数は289人です。活動に賛同される方の入会をお待ちしています。

区青少年課青少年係 ☎03-3647-9813

立ち直りを支援する「協力雇用主」を募集

法務省東京保護観察所では、非行歴のある少年等の抱える事情を理解したうえで雇用し、立ち直りを支援する「協力雇用主」を募集しています。

区法務省東京保護観察所 ☎03-3597-0137

青少年の被害・非行防止全国強調月間

夏季期間はこどもの活動時間や範囲が広がります。さまざまなトラブルや事件に巻き込まれ、犯罪の被害者や加害者にならないよう、こども・若者を健全に育む環境づくりに支援とご協力をお願いします。区では、毎年「江東区青少年夏季育成プラン」を策定し、夏季期間に重点的に取り組んでいただきたいことを家庭や地域に提案しています。詳細は区HPをご覧ください。

薬物乱用、「ダメ。ゼッタイ。」

覚せい剤や危険ドラッグには身体に有害な成分が含まれ、非常に危険です。お香やアロマオイル等に見せかけ巧妙に販売されていることもあります。勇気をもって断りましょう。

区は東京都薬物乱用防止推進江東地区協議会や薬物乱用防止連絡協議会等と協力し、学校や地域での啓発活動に力を入れています。家族などの薬物問題でお悩みの方はご相談ください。

【相談窓口】江戸川少年センター ☎03-3651-8567

【事件性のある通報先】深川警察署 ☎03-3641-0110、

城東警察署 ☎03-3699-0110、東京湾岸警察署 ☎03-3570-0110

区青少年課青少年係 ☎03-3647-9813 📠03-3647-8474

SMSによる納付案内を開始

納期限を過ぎても納付の確認ができていない方へ、SMS(ショートメッセージサービス)で納付案内を送信しています。

※既に納付済みでも行き違いで送信されてしまう場合があります

対象科目	表示される電話番号	文例	区HP
①特別区民税・都民税・森林環境税(普通徴収)、軽自動車税(種別割)	☎03-3647-8517 (softbank回線は242300)	江東区役所区民税納付案内センターです。税金のお知らせがありますので、下記の電話番号までご連絡ください。連絡先:03-3647-8517	
②国民健康保険料	☎03-3647-9278 (softbank回線は242300)	【江東区医療保険課よりお知らせ】国民健康保険料についてお知らせがございました。ご連絡をお願いいたします。連絡先:03-3647-9278	

※送信専用のため、返信は受けられません

区①納税課収納推進係 ☎03-3647-2063 📠03-3647-8646 ②医療保険課滞納整理係 ☎03-3647-9278 📠03-3647-8443

振り込め詐欺にご注意ください！

このSMSで次のようなことをお願いすることはありません。不審なメッセージを受け取った場合は決して指示に従わず、下記の問合先または警察までご相談ください。

不審なメッセージ例

- メッセージ本文への個人情報の入力
- 銀行口座への振り込みやATMへ誘導するような案内
- 通帳やキャッシュカードを預けること
- 特定のURLへの誘導
- フリーダイヤルや携帯電話番号あての返信

CATV

7月の放送予定

はしのはなし★

7/13日~7/19日

江東区には100以上の橋があります。さまざまな橋の中から江東区らしい、特徴的な橋の概要や歴史をお届けします。

7/6日~12日

●江東かわら版 手話付きで区の事業やお知らせなどを紹介します。

●文化財の扉 区内各地にある文化財。普段気に留めることのない文化財は、どんな歴史を語ってくれるのでしょうか。

●一番近いモノヅクリの町。江東ブランド 区では、優れた技術でものづくりを行い、それを守りながら継承し、発展を続けている企業を「江東ブランド」として認定しています。その中からピックアップして企業や事業者をご紹介します！

7/13日~19日

●区長定例記者会見 大久保朋果区長が最新の区政情報を発信します。

●はしのはなし★

7/20日~26日

●働くヨロコビ〜シルバー人材センター〜 高齢者がお住まいの地域で働くことで、いきがいと健康、そして活力ある地域社会づくりに貢献！働くヨロコビの現場を紹介します。

●＃いいとこKOTO〜江東区のInstagram開設〜 江東区では区の魅力を発信するため、InstagramとTikTokを開設。その取り組みの一環として地元の高校生・大学生が学生の視点で投稿に挑戦！皆さんの奮闘ぶりに密着します！！

7/27日~8/2日

●みんなの児童館 区では0歳から18歳まで、幅広い年齢層のこどもたちが気軽に集まれる場所として、区内17か所にある児童館を利用してもらおうと取り組んでいます。その様子をご紹介します。

●江東お店の魅力発掘発信事業 ことみせ この時期だからこそほしいアイテムからぜひ利用したいサービスまで、地域に根ざしたステキなお店をピックアップ！

バックナンバーは、

YouTube

区公式チャンネル

から視聴できます

番組に関するお問い合わせ、バックナンバーのDVD貸出は広報広聴課報道係へ

☎03-3647-8589

📠03-5634-7538

ケーブルテレビ加入についてのお問い合わせは、フリーダイヤル☎0120-44-3404 東京ベイネットワーク(株)まで

ラジオことう

88.5MHz(レインボータウンFM)、インターネット(サイマル・リスラジ)で聴けます

日曜 10:00~10:20 イベントやまちの情報

月曜 19:00~19:05 防災・安全一ロメモ

水・木曜 19:00~19:10 タイムリーな区政情報

中小企業向け相談・融資のご案内

経営相談等を拡充！

区内の中小企業者や創業者、創業を考える方への支援体制を強化するため、経営相談やセミナーなどを拡充します。創業前から事業承継まで、事業課題の解決を伴走しながらサポートします。相談はすべて無料です。お気軽にご相談ください。

※各種相談の詳細・予約方法は区HPをご覧ください

図[予約方法について]江東区総合経営相談事務局 ☎03-6666-2430

総合経営相談[拡充]

さまざまな経営課題などの相談に、江東区総合経営相談員(中小企業診断士等)が応じます。相談員や対応時間を拡充し、より多くの専門分野の相談に対応できるようになりました。

相談内容		相談日時
経営相談	融資、資金繰り、販売促進、運営、補助金等、経営全般に関する相談	月～金曜 10:00、11:00、13:00、14:00、15:00(1日5回) ※15:00の相談枠を追加
創業相談	創業計画書の作成に関する助言や開業のための手順・手続き、融資等、創業全般に関する相談	
事業承継相談	事業承継支援資金や事業承継設備補助金等事業承継全般に関する相談	水・木曜 10:00、11:00、13:00、14:00、15:00(1日5回)
財務・税制相談	確定申告や決算、消費税、経理処理、事業承継、開廃業、税制等、税務全般に関する相談	金(固定)・月曜(不定期) 10:00、11:00、13:00、14:00、15:00(1日5回)
労務相談	雇用・賃金・労働時間等の労働条件、助成金の活用方法、就業規則の作成、見直し等、労務全般に関する相談	水曜 10:00、11:00、13:00、14:00、15:00(1日5回)

※いずれも1回50分(祝日・年末年始除く)

日本政策金融公庫による出張相談

相談内容		相談日時
創業者向け融資相談	日本政策金融公庫による融資等に関する相談 図区内で創業を考えている方、創業5年未満の方	第2・第4火曜 13:00、14:00、15:00、16:00(1日4回)

※1回50分(祝日・年末年始除く)



▲経営相談等予約

専門家派遣相談[新設]

区内の事業所または店舗へ相談員が訪問し、経営課題の解決をサポート。現場の状況を把握した上で、具体的な相談に応じます。相談時間は原則60分。夜間や休日などの相談にも対応します。



▲専門家派遣相談

相談員の巡回訪問[新設]

相談員(中小企業診断士)が区内中小企業を訪問します。区の支援施策等の情報提供を目的としていますので、ご理解とご協力をお願いします。



創業塾・セミナー[拡充]

売上・利益向上につながるセミナーや、創業塾(特定創業支援等事業)などを開催します。創業塾の回数を増やすほか、ランチタイムセミナーなど参加しやすい形式のセミナーも予定するなど、内容・回数を拡充して実施します。

セミナー名	概要
創業塾	創業に役立つ経営・財務・人材育成・販路拡大などの知識を学べます。受講後に証明書を申請することで、さまざまな優遇措置を受けることができます
創業支援セミナー	事業計画の立て方、資金調達の方法など、創業に必要な基礎知識や心構えを専門家がわかりやすく伝えます
事業者支援セミナー	事業の発展や経営基盤の強化を図るため、経営に必要な情報や実践的なノウハウを習得できます
ランチタイムウェビナー	ランチを食べながら、オンラインで気軽に参加できるセミナーです



▲創業塾



▲創業支援セミナー



▲事業者支援セミナー

図経済課融資相談係

☎03-3647-2331 ☎03-3647-8442

DX・IT化の推進や経営改善を 融資、経営相談で後押し

区内の中小企業者の方が事業資金を低金利で借入れできるよう、金融機関と東京信用保証協会の協力により、融資のあっせんをしています。借入れにあたっては、区の紹介を受けた後、金融機関と東京信用保証協会の審査があります。下記の条件での受付期間は令和8年3月31日(火)までです。余裕をもってお手続きください。



▲中小企業融資制度

利子・保証料を補助します

借入れ後は、区が設定した利率で金融機関に返済してもらいますが、支払った利子の一部を翌年の5月にまとめて補助金として交付します(補助率は下表参照)。また、一部の資金は借入れに要する信用保証料の補助があります。

[申込期限] 令和8年3月31日(火)

図経済課融資相談係 ☎03-3647-2331 ☎03-3647-8442

江東区中小企業融資資金一覧表(一部資金抜粋)

資金名	資金使途	融資限度額	返済期間 (据置)	年利 (%)	利子補助率 (%)	自己負担率 (%)	信用保証料補助	備考
【令和7年度創設】 経営改善支援資金 (経営アシスト)	運転・設備	2,000万円	9年(12か月)	2.1	2.1	0	全額補助	当初1年
					1.6	0.5		2年目以降
【令和7年度創設】 DX・生産性向上推進資金 (デジタル推進)	設備	4,000万円	9年(12か月)	2.1	2.1	0	全額補助	当初1年
					1.6	0.5		2年目以降

※融資制度の詳細や申込方法は、区HPやリーフレット「江東区中小企業融資のご案内」をご覧ください

令和7年度創設の融資資金

●経営改善支援資金(経営アシスト)
売上高などが減少し、経営の改善に取り組むための経営資金の融資をあっせんします。

●DX・生産性向上推進資金
(デジタル推進)

デジタル技術等の活用や省力化設備の導入により、DX化や生産性向上を目指すための設備資金の融資をあっせんします。

※いずれも利用の際には経営相談を行い、江東区経営相談員が計画書(区所定)の審査を行います

小規模事業者向け

資金繰りに関する無料相談窓口の開設

東京商工会議所江東支部職員による資金繰りに関する無料相談窓口を開設します。日本政策金融公庫のマル経融資(小規模事業者経営改善資金)に関する相談や、経営改善に関する助言を行います。

図毎月第3火曜、13:00～17:00(1回50分程度)

図経済課経営相談室(区役所4階28番)

図区内の小規模事業者

図利用希望日の前日までに区HPで要予約

図経済課融資相談係

☎03-3647-2331 ☎03-3647-8442



▲資金繰り相談

国民年金保険料の納付が困難な方へ 令和7年7月分以降の免除・納付猶予申請の受付開始

7月1日から、令和7年7月分～令和8年6月分の申請を受け付けます。承認された期間は年金受給資格期間に算入されますが、保険料を全額納付した場合と比べると受給額は減額されます。なお、免除等が承認された保険料は10年以内であれば後から納付可能です。

「免除」は本人、配偶者や世帯主、「納付猶予(50歳未満の方が対象)」は本人と配偶者の昨年中の所得から日本年金機構が審査します。直近で失業した方は、審査基準に特例がありますので、雇用保険被保険者離職票や雇用保険受給資格者証等の書類をご用意ください。

【電子での申請】

マイナンバーカードをお持ちの方は、スマートフォンからマイナポータルにログイン。詳細は、日本年金機構HPをご覧ください。

【窓口での申請】

江東年金事務所(亀戸5-16-9)、区民課年金係(区役所隣防災センター2階20番)、豊洲特別出張所、各出張所窓口で。マイナンバーカード等本人確認書類と年金手帳等基礎年金番号が確認できるものをお持ちください。

【郵送での申請】

必要書類を江東年金事務所または区民課年金係へ。詳細は、区HPをご覧ください。

免除・納付猶予申請書の受付場所

申請日	免除申請を行う期間	区民課年金係	豊洲特別出張所・各出張所	江東年金事務所
7/1(火)～31(木)	令和5年6月分	○ (申請期限は7/31(木))	×	○ (申請期限は7/31(木))
	令和5年7月分～令和6年6月分	○	×	○
	令和6年7月分～令和7年6月分	○	○	○
	令和7年7月分～令和8年6月分	○	○	○
8/1(金)以降	令和5年7月分～令和6年6月分	○	×	○
	令和6年7月分～令和7年6月分	○	×	○
	令和7年7月分～令和8年6月分	○	○	○

※申請日から2年1か月前までさかのぼって申請できます
※土・日曜、祝日は受け付けていません(第2土曜は江東年金事務所のみ受付可能)

問区民課年金係

☎03-3647-1131 📠03-3647-9415



▲日本年金機構HP



▲区HP

男女共同参画に関する意識実態調査報告書がまとまりました

令和7年度に行う第8次男女共同参画行動計画策定の基礎資料とするため、令和6年9～10月に区民や区内企業・事業所を対象としたアンケート調査を実施し、調査結果を報告書にまとめました。

報告書は区HPで公開するほか、男女共同参画推進センター、各図書館、こうとう情報ステーション(区役所2階)で閲覧できます。

問人権推進課男女共同参画係☎03-3647-1163 📠03-5683-0340



文化・観光

このほかの記事は10面こうとうインフォメーションに掲載

江東湾岸まつり2025 ステージ出演団体募集

食や体験型の出店ブース、ステージパフォーマンスやクルーズなど、多彩なプログラムで人気のイベントです。区内を活動拠点とし、日ごろの活動成果をステージで発表したい団体を募集します。

📅11月8日(土)・9日(日)10:00～16:00

※持ち時間は原則1団体20分以内。タイムスケジュールの時間指定不可

場豊洲公園

対区内に活動拠点があり、出演人数が2人以上の団体
定4団体程度(抽選)

📅7月16日(水)17:00までに江東おでかけ情報局HPで

※結果は7月31日(木)までにメールで通知

問(-)江東区観光協会

☎03-6458-7400 📠03-6458-7420



▲ステージの様子(昨年度出演団体)

夏休み子どもマンガ工房 4コママンガにチャレンジ

キッズ

マンガ家・山根青鬼先生が直接指導する、小学生対象の講座です。自分が考えたキャラクターとストーリーで4コママンガを描き、出来た作品を「のらくろマンガ賞」に応募します。今年のテーマは「お出かけ」です。

📅8月6日(水)・7日(木)(全2回)13:30～15:30

場森下文化センター

対小学生

定40人(申込順) 費1,000円

📅7月10日(木)9:00から電話・窓口、またはFAXに9面申込記入例の①～④と⑤学年を記入し、森下文化センターへ

☎03-5600-8666 📠03-5600-8677

区長が聴く・見る!

大久保区長コラム vol.4

今回は、行政相談委員の進藤孝さんにお話を伺いました。

今回は

東陽

について話を伺います

👤 普段どのような相談に対応されていますか?

🗣️ 「信号や柵を設置してほしいといった相談が多いですね。最近ではマイナンバーについての相談もあります」

👤 東陽地域の魅力はどのようなところでしょうか?

🗣️ 「深川」の魅力はなんといってもお祭りです。新しい住民の方も多いですが、お祭りがさまざまな住民同士の交流やコミュニケーションのきっかけとなっています」

👤 深川八幡まつりのお神輿は壮観ですね

🗣️ 「江戸三大祭りの一つにも数えられていますが、「神輿深川」と言われるくらい神輿が自慢で、各町から50を超える神輿が集まってきました。来年は3年に1度の本祭り、また再来年には富岡八幡宮御鎮座400年の節目を迎えます。みんなで一緒に盛り上げたいですね!」

一の宮神輿 なんと高さ約4.4m! 重量4.5t!



▲丸山宮司

▲進藤さん

お話を伺った後、一緒に門前仲町にある富岡八幡宮へ。日本一の大神輿とも称される「一の宮神輿」の豪華さにはあらためてビックリ! 丸山宮司からお神輿の奥深い歴史も教えていただきました。

進藤さん、丸山宮司ありがとうございました。

対談の最後に、教育委員や青少年委員としても活動されていた進藤さんから、「江東区の未来は明るいよ」という嬉しい一言が。

これからも区民の皆さんが幸せになれる明るい江東区を目指して、区役所一丸となって頑張っていきます!

健康・福祉

このほかの記事は10・11面こうとうインフォメーションに掲載

9/10(水)・11(木)・12(金)

令和7年度 敬老の集い

シニア



予約専用フォーム

75歳以上の方を対象に、7月上旬に案内はがきをご自宅へ郵送します。参加には事前予約が必要です。受付期間終了後は予約できませんので、ご希望の方は、受付期間内に忘れずにお申し込みください。

日9月10日(水)・11日(木)・12日(金)

【午前の部】10:00開場、10:30開式、11:30終了

【午後の部】13:30開場、14:00開式、15:00終了

※お住まいの地域による日時の指定はありません

場ティアラこうとう

対区内在住で9月15日(月・祝)時点で75歳以上の方

定各回1,100人程度(申込順)

内【式典】あいさつ・祝辞等

【演芸】歌謡ショー(大川栄策)

【予約方法】

案内はがきを用意のうえ、①または②の方法で予約

①7月17日(木)～8月15日(金)にコールセンターに電話予約

☎03-6376-1376(9:00～17:00)

②7月17日(木)9:00～8月15日(金)17:00に専用フォームで予約

※②は初日と最終日を除き、24時間受付可能

※①②いずれも指定席ですが、予約時に座席の位置の希望はできません

※①②いずれも予約後、8月末に座席番号を記載した予約状はがきをご自宅へ郵送します

サポート体制

参加に不安のある方も一緒にお楽しみいただけるようサポートします。予約時にご相談ください。

【車いす席】車いすに座ったまま参加できるエリア

【車いす介助者席】車いす利用者を介助する方が利用できる座席

【ヒアリンググループ席】補聴器や人工内耳をお使いの方が利用できる席

【待機室】参加者の付き添いの方が、公演中に待機できる部屋

※常に介助を要する状態など、公演中も付き添いが必要な場合は申し込み時にご相談ください

岡長寿応援課長寿応援係☎03-3647-4541 📠03-3647-9247

注 意

●案内はがきでは入場できません。必ず事前予約をしてください。当日は予約状はがきを必ずご持参ください。

●電話でのご予約が困難な方は、コールセンターへFAX(☎03-5952-1163)でご予約ください。FAX送信時、ご自身のFAX番号・氏名・住所・参加希望回を必ず記載してください

●開場までの待ち時間による熱中症や、入場待機列を避けるために、当日は開場時間後にお越しください

●参加は1人1公演のみです

もの忘れ予防健診 認知症になっても自分の暮らしを続けるために 早めの受診・相談を

シニア

7月10日(木)に対象の方へセルフチェックリストと受診票を発送します。区内111か所の医療機関で、認知機能検査を自己負担なしで受診でき、セルフチェックや受診結果は長寿サポートセンターと共有し、今後の相談・支援につなげます。少しでも気になることがあれば、ぜひ受診してください。

【期間】7月11日(金)～令和8年3月13日(金) 【対象】令和7年4月1日時点で70・72・74歳の方

認知症に早く気づくことが大切

認知症もほかの病気と同じように、早期診断と早期治療がとても大切です。

【早く気づくメリット】

●治療により改善、進行を遅らせる効果が得られやすい

●より早い相談や支援サービスの利用につながる

●本人の意志を治療や今後の生活に反映できる

どこに相談したらいいの？

まずは、身近なところにご相談ください。

【かかりつけ医】本人や家族を日ごろから知っている強みがあります

【長寿サポートセンター】区内21か所で地域の高齢者や家族の相談に応じています

必要に応じて専門的な相談先へ

【認知症サポート医】認知症に関する専門性を持つ医師です。長寿サポートセンターや認知症疾患医療センター、かかりつけ医と連携して本人・家族をサポートします

【認知症疾患医療センター(順天堂東京江東高齢者医療センター)】認知症に関する医療相談、鑑別診断などに対応する専門医療機関です(紹介制)

7/10(木) 71・73歳の方にはセルフチェックリストを送付

「自分でできるもの忘れ気づきチェックリスト」で確認し、気になる症状がある場合は相談や受診をしましょう。

認知症ガイドブック配布中

認知症の基礎知識や認知症の方・家族に役立つ情報が載っています。症状の進行状況に合わせ、いつ、どこで、どのような医療や介護サービスを受けられるのかが一目でわかる「認知症ケアパス」も掲載しています。区役所・各出張所・各長寿サポートセンターなどで配布しているほか、区HPからもご覧になれます。



長寿サポートセンター



認知症ガイドブック

岡地域ケア推進課地域ケア係☎03-3647-4398 📠03-3647-3165

介護保険サービスを利用している方へ 新しい負担割合証を7月11日(金)から順次発送

8月からのご自身の負担割合を示した「負担割合証」を7月11日(金)から順次発送します(白地に紫色の文字が印字された、はがきサイズの封筒)。負担割合は、前年の所得等に応じて3割、2割または1割となります。詳細は区HPが送付時に同封する案内チラシをご覧ください。

要支援・要介護認定を受けている方、サービス・活動事業対象者
※順次発送するため、到着まで1週間程度かかる場合があります
※過去に介護保険料の未納期間がある方は、負担割合証に記載の割合にかかわらず、負担割合が引き上げられる場合があります

岡介護保険課給付係☎03-3647-9498 📠03-3647-9466



封筒イメージ



点字版区報を
発行しています

こうとう区報の内容を視覚に障害のある方にお知らせするため、点字版区報を発行しています。発行日は毎月1日・11日・21日の3回で、区からご自宅にお送りします。点字版をご希望の方は、広報係へお申し込みください 岡広報広聴課広報係 ☎03-3647-2299 📠03-5634-7538

こうとう インフォメーション

申込記入例

申込先は各記事の☑で確認してください。**区HP申込**があるものは、区HPイベントカレンダーから申し込みます。

- ①講座・催しもの名
(日時・コースも)
- ②氏名(ふりがな)
- ③郵便番号・住所
- ④電話番号
(FAX番号)
- ⑤その他必要事項
(各記事に明示)



▲区HP
イベントカレンダー
※往復はがきは返信用
あて先も記入

子育て・教育

8月の乳幼児食事教室

☑7月7日(月)から区HPまたは保健相談所に電話・窓口で



城東保健相談所 ☎03-3637-6521 ☎03-3637-6651	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者 (申込順)	7(木) ①10:30〜、 ②13:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と 保護者(申込順)	28(木) 13:30〜
深川保健相談所 ☎03-3641-1181 ☎03-3641-5557	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者 (申込順)	5(火) ①13:00〜、 ②14:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と 保護者(申込順)	26(火) ①13:00〜、 ②14:30〜
深川南部保健相談所 ☎03-5632-2291 ☎03-5632-2295	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者 (申込順)	21(木) ①10:30〜、 ②13:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と 保護者(申込順)	14(木) 14:30〜
城東南部保健相談所 ☎03-5606-5001 ☎03-5606-5006	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者 (申込順)	7(木) ①10:30〜、 ②13:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と 保護者(申込順)	14(木) 13:30〜

豊洲リカラボ

親子で実験ワークショップ

キッズ

☑7月30日(水)10:30〜12:00 場豊洲ぐるりパークセンター 対ハープやアロマ、理科などに興味がある子どもと保護者 定5組10人(申込順) 費3,000円 内ハープの蒸留体験とアロマの石けんづくりなど。夏休みの自由研究にも 申7月5日(土)10:00から豊洲ぐるりパークHPで 問豊洲ぐるりパークセンター ☎03-3520-8819 ☎03-3520-8829



ファミリー・サポート協力会員 (有償ボランティア)募集!

ファミリー・サポートは、地域で育児の手助けができる方(協力会員)がボランティアとして育児の手助けが必要な方(利用会員)を援助する活動です
[活動内容]生後57日〜小学3年生のこどもの一時的預かり、保育園・幼稚園への送迎、その前後の預かりなど[活動時間]7:00〜22:00[謝礼金]活動時間・曜日により1時間800円または1,000円

登録養成講座

3日間の養成講座を受講したあとに、協力会員として活動します。一部を後日、別日程で受講することも可能です ☑①9月3日(水)②9月10日(水)10:00〜16:00、③9月17日(水)13:00〜16:30 場①②豊洲文化センター、③深川消防署豊洲出張所 区内在住で、20歳以上の心身ともに健康な方 ※資格・経験・性別は不問 定20人(申込順) 対幼児3人程度。7月15日(火)までに要申込 ☑7月7日(月)9:00から電話でファミリー・サポート・センター事務局(社会福祉協議会内) ☎03-5683-1573 ☎03-5683-1570



親子で点字体験をしよう!

キッズ

☑8月2日(土)10:00〜12:00 場高齢者総合福祉センター 区内在住の小中学生と保護者 定10組(申込順) 費2,500円(絵本、教材費) 対親子で絵本の点訳を通して点字を学び、点字の絵本を制作 問点訳しんせい(点訳ボランティア) ☑7月14日(月)〜19日(土)に申込フォーム(下記2次元コード)または電話で点訳しんせい(山本)へ☎090-7945-9912 問ボランティア・地域貢献活動センター ☎03-3645-4087 ☎03-3699-6266



▲申込フォーム

小学生豊洲絵画コンクール 作品展示

☑7月12日(土)〜27日(日)月〜金曜12:30〜16:00 土・日曜、祝日10:00〜16:00 場芝浦工業大学豊洲キャンパス交流プラザ(豊洲3-7-5) 対こどもたちの視点で描いた絵画「豊洲のまちとテクノロジー!」。入選作品の展示のほか、すべての応募作品を会場内モニターで紹介 問当日直接会場へ 問芝浦工業大学地域連携・生涯学習センター☎03-5859-7120 ☎03-5859-7121



商工情報センター会議室・ 研修室の貸出終了

[最終貸出日]令和8年3月31日(火)

商工情報センター(カメラアプラザ9階)は、令和8年3月末で会議室・研修室の貸出を終了します。今後は、中小企業のデジタル化を推進する施設としての活用を検討しています。新たな運営方法については、決まりしだいお知らせします。 問経済産業振興係☎03-3647-2332 ☎03-3647-8442

くらし・しごと・産業

東京都シルバーパス

「更新手続きのご案内」を送付

シニア

現在「東京都シルバーパス」をお持ちの方の有効期限は9月30日(火)です。6〜8月中に東京バス協会から「更新手続きのご案内」が届きますので、更新を希望する方は案内の手順に沿って手続きをお願いします。また、1,000円でパスを更新する場合は、所得確認書類の提出が必要です。「介護保険料額決定通知書」のコピーも使えますので、大切に保管してください。今年度から「郵送申請」と「電子申請」が選択できます。詳細は、お問い合わせください 問(一社)東京バス協会(シルバーパス専用電話)☎03-5308-6950(9:00〜17:00 ※土・日曜、祝日除く)

介護保険要介護認定調査業務の 委託事業者を募集

区では、区内の介護保険要介護認定調査業務の一部を民間事業者に委託しており、受託希望の事業者を随時募集しています 区区内で認定調査が可能な居宅介護支援事業者(事業所は区外でも可) 問介護保険課調査係に電話で ☎03-3647-9497 ☎03-3647-9466



行政書士による無料相談会(7月)

遺言・相続、成年後見、株式会社の法人設立、産廃・建設業ほか各種営業許可関係、契約書、自動車の名義変更、車庫証明などの無料相談を行っています 区区内在住・在勤の方(先着順) 問東京都行政書士会江東支部会員 問当日直接会場へ 問東京都行政書士会江東支部☎03-4500-2995、広報広聴課広聴相談係 ☎03-3647-4700 ☎03-3647-9635

日時 ※予約不要	場所
7/10(木) 13:30〜16:30	豊洲文化センター8階 第4研修室
7/17(木) 13:00〜16:00	区役所2階 エレベーター前

税理士による無料税務相談会

東京税理士会江東東支部

☑7月11日(金)9:45〜12:15、13:30〜16:00 ※相談時間50分 場カメラアプラザ 対主に小規模納税者 対一般的な税務相談(申告不可) 問7月9日(水)17:00までに東京税理士会江東東支部に電話で☎03-3681-3722

消費者講座「その住宅リフォーム 大丈夫ですか?〜リフォーム トラブルにあわないために〜」

☑7月30日(水)10:00〜11:30(開場9:

45) 場パルシティ江東 区内在住・在勤・在学の方 定30人(抽選) 対リフォームに関する相談事例やトラブルを防止するためのポイントについてお話しします 問住宅リフォーム・紛争処理支援センター ☑7月15日(火)(消印有効)までに区HPまたは往復はがきに左の申込記入例の①〜④と⑤年齢を記入し、〒135-0011扇橋3-22-2パルシティ江東2階消費者センターへ

☎03-5683-0321

☎03-5683-0318



スポーツ

スイミング講座

【①親子スイミング】キッズ

☑☑7月19日(土)[オムツの取れた3〜4歳児と保護者]10:15〜11:00 [5〜6歳児と保護者]11:15〜12:00 ※幼児1人につき保護者1人 定各20組(申込順) 費1,200円 [持ち物]アームヘルパー ☑7月9日(水)11:00から越中島プール窓口で

【②青空スイミング】キッズ

☑7月28日(月)〜31日(木)(全4回)[水慣れ〜クロールの基礎練習]8:30〜9:30 [クロール25m〜平泳ぎチャレンジ]9:45〜10:45 ※予備日8月1日(金) 対小学生 定各20人(抽選) 費4,800円 申7月5日(土)〜18日(金)(必着)に返信用はがき持参で窓口または往復はがきに希望クラス、氏名(ふりがな)、性別、住所、電話番号、学校名・学年、保護者氏名と緊急連絡先を記入し、〒135-0044越中島1-3-23 越中島プールへ

【③星空スイミング】

☑7月28日(月)〜31日(木)(全4回)18:45〜19:45 ※予備日8月1日(金) 対高校生以上のクロール初級者 定20人(申込順) 費4,800円 ☑7月10日(木)11:00から電話・窓口で越中島プールへ

いずれも場問越中島プール☎03-5620-0045 ☎03-5620-0245

海の日! こども向け卓球教室

キッズ

☑7月21日(月・祝)9:30〜11:00、11:10〜12:40 対年長児〜中学生 ※要保護者同伴 場BumB東京スポーツ文化館 定各16人(抽選) 費各1,140円 対卓球の指導を受けた経験がないこどもを対象に卓球のスキルをアドバイス 申7月5日(土)13:00〜11日(金)21:00にBumB東京スポーツ文化館HPで ※当選者は7月14日(月)以降同HPで発表 問BumB東京スポーツ文化館 ☎03-3521-7321 ☎03-3521-3506



有明スポーツセンター プールスライダー撤去

利用を休止しているプールスライダーは、老朽化で再び利用することが困難なため、撤去することになりました。なお、スライダー撤去後の計画は未定です。 問有明スポーツセンター☎03-3528-0191 ☎03-3528-0192



■ 水上スポーツ体験イベント

スポーツの楽しさを味わうための、さまざまな競技を気軽に体験できるイベントです
■8月2日(土) ■7月6日(日)9:00から海の森水上競技場HPで 園 園海の森水上競技場 ☎03-3599-5420 ☎03-3599-5421

競技	時間	対象	定員 (申込順)
ドラゴンボート	10:00～11:00、13:00～14:00	小学1年生以上	各10人
ボート	11:00～12:00、14:00～15:00	小学4年生以上	各2人
カヤック	10:30～11:15、11:30～12:15		各9人

■ 江東区スポーツネット 9月のスポーツ施設 (野球場・運動場・テニスコート)の 利用申し込み

[抽選受付期間]7月20日(日)～31日(木)
[抽選後の空き施設の申し込み]
8月9日(土)から受け付け
[申込方法]利用者登録後、HPまたは各スポーツセンターにある利用者端末機で申し込みます。なお、別表の日程は施設の整備・区民大会等の開催により利用申し込みはできませんのでご注意ください
園 屋外スポーツ施設事務所 ☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855

種目	施設・面番号	日程 (9月分)	時間
野球・ソフトボール	1・2面	6・13・20	全日
		7・14・15	8:00～18:00
		21・23・28	8:00～16:00
	5・6面	6・7・14・15	8:00～18:00
		20・21・23	8:00～16:00
		28	6:00～16:00
	3・4・9・10面	7・14・15・21・23・28	8:00～16:00
	11・12面	6・7・13・14・15・20・27・28	8:00～16:00
	東少年	全日程	全日
	夢の島		
テニス	豊住 全面	21	全日
	A・B・C・D面	28	8:00～12:00
	荒川砂町 全面	21	全日
ソフトボール・サッカー等	第一全面	6・7・13・20・21・23・27・28	8:00～16:00
		14	8:00～18:00
	第二全面	6・7・13・15・20・21・23・27・28	8:00～16:00
		14	8:00～18:00

種目	施設・面番号	日程 (9月分)	時間
ソフトボール・サッカー等	新砂 サッカー場	7・14	8:00～16:00
		21	8:00～10:00
	多目的	平日の月・水・金	全日
屋外スポーツ施設休場日		8・22	全日

■ 朝ヨガ

■7月11日(金)8:00～9:00 園 豊洲ぐるりパーク内レストラン 園 区内在住の方 園 20人(申込順) 園 2,000円 園 7月5日(土)11:00～10日(木)19:00に豊洲ぐるりパーク内レストランに電話で ☎03-5548-7601 ☎03-5548-7366

■ スポーツセンターイベント・施設情報

各施設が実施しているイベントの情報や月間利用予定表をHPに掲載しています。詳細は、健康スポーツ公社HPをご覧ください。

文化・観光

プロ棋士に教わる！親子で囲碁体験教室

キッズ

■7月19日(土)14:00～15:30 園 総合区民センター 園 年長児～小学生のこどもと保護者 園 10組(申込順) 園 プロ棋士から石取りゲームや対局を通して囲碁を学ぶ 園 茂呂有紗(プロ棋士) 園 7月6日(日)9:00から右記申込フォームで 園 城東図書館 ☎03-3637-2751 ☎03-3637-3122 ▲申込フォーム

■ 講座 調べる学習の達人

[その1 テーマの達人]
■7月20日(日)14:00～15:30(開場13:45) 園 調べる学習で大事なテーマ決めについて学ぶ
[その2 調べの達人]
■8月3日(日)14:00～15:30(開場13:45) 園 百科事典を実際を使って、調べ方について学ぶ
[その3 まとめの達人]
■8月10日(日)13:30～16:00 園 調べる学習の作品のまとめ方を学び、実際に作ってみる
いずれも園 教育センター 園 小学生以上の方と保護者 園 各10組(申込順) ※1組4人まで 園 7月6日(日)9:00から下記申込フォームで 園 東陽図書館 ☎03-3644-6121 ☎03-3615-6669 ▲申込フォーム

■ 深川東京モダン館イベント

[おきがる講座]
■7月25日(金)14:00～15:30 園 50人(申込順) 園 500円 園 越中島の陸軍糧秣廠
[園橋の会]
■7月26日(土)15:00～17:00 園 50人(申込順) 園 3,000円 園 落語「怪談乳房榎 発端、おせき口説き」[出演]三遊亭園橋、三遊亭萬丸(落語家)
いずれも園 深川東京モダン館 園 7月8日(火)10:00から深川東京モダン館に電話で ☎03-5639-1776 ☎03-5620-1632 園 info@fukagawatokyo.com

■ スプリングクラシックコンサート 出演者募集

未来のアーティストの発掘・支援を目的としたコンサートの出演者を募集。入選者(5人程度)は令和8年3月14日(土)に豊洲シビックセンターホールで行われるスプリングクラシックコンサートに出演いただけます 園 次の応募条件をすべて満たす方○オーケストラ使用楽器、ピアノ、声楽の経験がある○令和8年3月31日(火)時点で13歳以上○区内在住・在勤・在学または区内で演奏活動を行ったことがある 園 応募は無料。入選者はコンサート出演費5,000円 園 9月20日(土)(必着)までに豊洲文化センターHP上の申込フォームに必要事項を入力し、演奏動画のURL、プロフィール写真と併せて申し込み ☎03-3536-5061 ☎03-5560-0505

■ 深川江戸資料館イベント

[①「表具経師 岩崎晃」作品展]
■7月10日(木)～13日(日)9:30～17:00 ※最終日は16:00まで 園 江東区登録無形文化財保持者・岩崎晃さんによる掛け軸や襖・屏風などを展示
[②伝統芸能公開「落語」]
■7月20日(日)14:00～14:30 [出演]三遊亭司(落語家)
いずれも園 深川江戸資料館①レクホール ②常設展示室 園 大人400円、小・中学生、高校生等50円(観覧料) 園 当日直接会場へ 園 深川江戸資料館 ☎03-3630-8625 ☎03-3820-4379

■ 芭蕉記念館イベント

[企画展「深川芭蕉庵から今へ芭蕉が築いた礎」ミュージアムトーク]
■7月20日(日)、8月17日(日)14:00～14:30 園 大人200円、小・中学生、高校生等50円(観覧料) 園 展示のみどころ、裏話など 園 当日直接会場へ
[芭蕉記念館夏まつり]
[おやこ俳句教室] 園 8月2日(土)13:30～15:30 園 小学生と保護者 園 10組20人(申込順) 園 1組250円 園 小山正見(俳人・日本学校俳句研究会代表ほか)
[俳句サロン] 園 8月2日(土)13:30～15:30 園 20人(申込順) 園 200円 園 雑詠句2句持参 園 川崎果連(現代俳句協会会員、「豈」同人ほか)
[ナイトミュージアム] 園 8月2日(土)18:00～20:00 園 小学生と保護者 園 18組36人(申込順) 園 1組250円 園 阿部郁恵(江東区俳句指導講師)
いずれも園 7月10日(木)9:00から芭蕉記念館に電話・窓口で
[文学講習会「Haikuにチャレンジ」英語俳句の鑑賞と実作]
■9月5日・19日・26日、10月10日の金曜(全4回)18:30～20:10 園 36人(申込順) 園 3,400円(受講料、教材費含む) 園 角谷昌子(俳人、「磁石」同人、国際俳句協会理事)、キット・パンコースト・ナガムラ(俳人・写真家) 園 7月10日(木)9:00から電話・窓口、またはFAXに9面申込記入例の①～④と⑤生まれ年を記入し、芭蕉記念館へ
いずれも園 園 芭蕉記念館 ☎03-3631-1448 ☎03-3634-0986

■ 夏休みミュージアムトーク

「昭和の暮らしクイズに挑戦！」
特製ワークシートを使って身近な家電のナゾを探ろう 園 7月19日(土)11:00～11:45、14:00～14:45 園 中川船番所資料館 園 小学生以上の方 ※小学3年生以下は要保護者同伴(有料) 園 当日直接会場へ 園 中川船番所資料館 ☎03-3636-9091 ☎03-3636-9094

■ 東大島図書館PRESENTS 怪談師による「ほんとにこわ～いおはなし会」

■8月16日(土)18:00～19:00 園 中川船番所資料館 園 30人(申込順) 園 真夏の怖い中川番所再現ジオラマ前で聴く、ぞっとするこわいお話 園 牛抱せん夏(怪談師) 園 7月10日(木)から東大島図書館HPで ※小学生以下は要保護者同伴 園 東大島図書館 ☎03-3681-4646 ☎03-3681-4810

■ 特別展「深宇宙展 ～人類はどこへ向かうのか」 To the Moon and Beyond

■7月12日(土)～9月28日(日)10:00～17:00(入場は16:30まで) 園 日本科学未来館(青海2-3-6) 園 大人2,200円、中学生～18歳1,400円、4歳～小学生700円、3歳以下無料 ※区内在住・在勤の方に特別割引あり。身分証明書が必要 園 当日直接会場へ 園 ハローダイヤル ☎050-5541-8600

■ 健康・福祉

■ 江東区地域福祉計画推進会議 傍聴できます

■7月15日(火)13:30～15:30 園 江東区文化センター2階展示室 園 10人(区内在住の方を優先し、抽選) 園 当日13:00までに直接会場へ ※手話通訳が必要な方は、7月10日(木)までにお申し出ください 園 福祉課地域福祉係 ☎03-3647-4152 ☎03-3647-9186

■ 江東区高齢者地域包括ケア 計画推進会議傍聴できます

■7月29日(火)13:30～15:00 園 江東区文化センター5階第6・7・8会議室 園 10人(区内在住の方を優先し、抽選) 園 当日13:00までに直接会場へ ※手話通訳が必要な方は、7月18日(金)までにお申し出ください 園 地域ケア推進課包括推進係 ☎03-3647-9606 ☎03-3647-3165、介護保険課庶務係 ☎03-3647-9481 ☎03-3647-9466

■ ぜん息児 風の子水泳教室

水泳は発作が起こりにくく、ぜん息児の体力づくりに適しています。医師・看護師が常時待機し健康管理を行いますので、安心してご参加ください 園 9月4日～12月11日の木曜(全15回)16:15～18:00 ※9月4日(木)は保護者対象の健康教室も実施(健康教室のみの参加も可) 園 スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス 北砂(北砂2-16-1) 園 区内在住でぜん息の診断を受けている年長児～小学生と保護者 園 40組(初心者や過去の同教室の参加回数が少ない方を優先し、抽選) 園 水泳指導員・医師 園 7月31日(木)

(必着)までに区HPまたは保健所健康推進課にある申込書に必要事項を記入し、〒135-0016東陽2-1-1 保健所健康推進課公害保健係へ郵送で ☎03-3647-9564 ☎03-3615-7171



高齢者家族介護教室

①住まい②介護技術(移乗)/実技

回①8月6日(水)②8月19日(火)14:00～15:30 区役所 ※①はオンライン(Zoom)あり 区内在住・在勤・在学で高齢者を介護している家族の方、介護に関心のある方 回①60人 ※オンライン50人②20人(いずれも申込順) 介護のコツや健康づくりを学ぶ 回7月7日(月)からセントスタッフ(株)申込専用HP・電話、またはFAXに講座名(日時・コースも)、氏名(ふりがな)、電話番号、メールアドレス、区内在住・在勤・在学のいずれかを記入し、セントスタッフ(株)へ ☎03-6803-5624(月～金曜9:00～17:00 ※祝日除く) ☎03-6803-5838 区地域ケア推進課包括推進係 ☎03-3647-9606 ☎03-3647-3165



難病医療相談室

回7月18日(金)13:30～14:30 区江東区医師会館(東陽5-31-18) 指定難病で治療中の方、指定難病の疑いと言われた方とその家族 回2人(申込順) 専門医を中心とした医療相談 回7月11日(金)までに電話またはFAXに9面申込記入例の①～④と⑤難病名を記入し、江東区医師会事務局へ ☎03-3649-1411 ☎03-3649-1631

障害・高齢・疾病で歯科診療が受けにくい方に歯科医を紹介

回月～金曜(祝日除く)9:30～16:30 障害・高齢・疾病で歯科診療が受けにくい方 区江東区歯科医師会が障害者(児)のお口の健康について相談できる歯科医や、通院が困難な方に訪問診療などを行っている歯科医を紹介 区江東区歯科医師会に電話で ☎03-3649-0780 ☎03-3649-1688

講座「病氣や治療と付き合いながら働くこと」

回7月22日(火)15:00～16:00 オンライン(Zoom) 就業中・休職中・今後就労を考えているがん患者と家族 回500人(申込順) ミニ講座、質疑応答・情報交換 区上田美佐江(医療ソーシャルワーカー)、金田千鳥(社会保険労務士) 回7月5日(土)からZoomのHP(下記2次元コード)で 区がん研有明病院がん相談支援センター ☎03-3570-0419 ☎gansodanshien@jfc.or.jp



赤い羽根共同募金地域配分(B配分)申請受付

赤い羽根共同募金運動で集められた募金を区内の福祉施設・福祉団体に配分(助成)します。配分を希望する施設・団体はご申請ください。後日ヒアリングが必要となる場合があります。詳細は社会福祉協議会HPをご覧ください【実施】共同募金会江東区協力会 回8月8日(金)(必

着)までに社会福祉協議会HPにある申請書に必要事項を記入し、〒135-0016東陽6-2-17高齢者総合福祉センター2階 社会福祉協議会福祉サービス課へ郵送・窓口で ☎03-3647-1898 ☎03-3699-6266

2025江東区ボランティアまつり参加団体募集

回11月29日(土) 区江東区文化センター 区内で活動している地域貢献活動団体(ボランティア団体、NPO法人、社会貢献活動をしている企業、その他の営利を目的としない公益的な活動を行う団体) 活動内容の展示PRコーナー(ブース・パネル)、演芸コーナー、体験コーナー 回事前予約制 回8月29日(金)までに、ボランティア・地域貢献活動センターHPまたは同センター窓口で ☎03-3645-4087 ☎03-3699-6266 ※実行委員会による審査あり。参加が決定した団体は10月に行う説明会に出席が必要



夏体験ボランティア2025 in KOTO

児童・高齢者・障害者施設等でボランティア活動を体験をしてみませんか 回7月22日(火)～8月29日(金)のうち3～5日程度 区内在住・在勤・在学中で中学生以上の方 活動希望日の1週間前までにボランティア・地域貢献活動センターHPまたは窓口・電話で同センターへ ☎03-3645-4087 ☎03-3699-6266 ※初めてボランティア活動を行う方は7月12日(土)15:00～の説明会に要出席(出席できない場合は日時を相談)



認知症カフェ

認知症の方や家族、認知症に関心のある方が、誰でも気軽に交流できる場です。専門の相談員への相談もできます 【ふくろうカフェ】

回7月8日(火)11:00～15:00 区Ako Café(亀戸4-25-1) アロマハンドマッサージ 回当日直接会場へ 回ふくろうカフェ(Ako Café) ☎03-3636-3099

【ワイカフェ】

回7月9日(水)14:00～16:00 区YMCA東陽町コミュニティーセンター(東陽2-2-20) カフェ利用者の交流 回当日直接会場へ 区檀香山 ☎03-3645-6402

骨髄移植ドナー(提供者)と勤務先に助成金を給付しています

骨髄等の提供者の増加と骨髄等移植の促進を図るため、助成制度を実施しています 区内在住のドナーと勤務先事業所 骨髄等提供のための通院・入院日数1日あたり、ドナー2万円、勤務先事業所1万円を給付 ※上限は7日 退院した翌日から1年以内に、区HPまたは保健所健康推進課にある申請書に必要事項を記入し、〒135-0016東陽2-1-1 保健所健康推進課庶務係へ郵送・窓口で ☎03-3647-9539 ☎03-3615-7171

社会福祉協議会 社協カフェ「みんなの居場所」

地域の誰もが参加できる仲間づくりの場。今回のイベントは「みんなでポチャ」。経験者はもちろん初心者の方もみんなで楽しみましょう。①②はイベント

(10:30～11:30)、福祉総合相談、ボランティア相談(10:00～12:00)、③は茶話会のみ 回当日直接会場へ

	日時	場所	問合先
①	7/16(水) 10:00～12:00	総合区民センター 7階 第5会議室	社会福祉協議会 地域福祉推進課 ☎03-3640-1200 ☎03-3699-6266
②	7/23(水) 10:00～12:00	森下文化センター 3階第1・2 研修室	社会福祉協議会 地域福祉推進課 ☎03-3640-1200 ☎03-3699-6266
③	7/9(水) 10:00～12:00	UR北砂七丁目団地 1階集会所 (北砂 7-7-1)	社会福祉協議会 サテライト城東南部 ☎03-6666-3326 ☎03-6666-3399

環境・まちづくり

建築・測量登記の無料相談

新築・増改築・耐震・空家・大雨浸水の改修等のプラン、資金、日照問題、登記、土地測量等建築一般に関する相談に、(一社)東京都建築士事務所協会江東支部会員と東京土地家屋調査士会江東支部会員が対応します 回7月9日(水)13:00～15:00(受付は14:50まで) 区役所2階区民ホール 回当日直接会場へ ※設計図や資料がある方はご持参ください 区建築調整課建築調整係 ☎03-3647-9754 ☎03-3647-5513

川と緑の生きもの展 江東区の魚と昆虫大集合！

回【江東区ミニ水族館】7月23日(水)～27日(日)9:00～21:00(最終日は16:00まで) 【むしむしハウス】7月26日(土)・27日(日)9:00～16:00 区東大島文化センター 区江東区近隣に生息する水生生物を紹介する「江東区ミニ水族館」、テントの中で昆虫と触れあえる「むしむしハウス」などの展示とワークショップ 回当日直接会場へ ※関連ワークショップは有料・要事前申込。詳細は東大島文化センターHPで 区東大島文化センター ☎03-3681-6331 ☎03-3636-5825



生物多様性フェア2025

生物多様性の大切さを学ぶために、区内で生きものの保全や緑化に取り組んでいる個人や団体の活動や研究を紹介。身近な生きものと私たちの生活とのつながりを一緒に考えてみませんか 回【展示】7月9日(水)13:00～15日(火)12:00 【ポスターセッション】7月11日(金)・12日(土) ※14日(月)休館 区江東区文化センター2階ロビー 活動や研究のポスター展示、発表【後援】江東区 回当日直接会場へ 区生物多様性チーム江東 ☎03-5683-0723

家庭で不要になったパソコンを無料回収します！

パソコンとプリンタなどの周辺機器、小型家電をダンボール1箱分(3辺の合計が140cm以内、重さ20kg以内)に限り、宅配便で無料回収しています(パソコンを含まない場合、1箱1,848円の手数料がかかります)。詳細は問い合わせ専用窓口

にお問い合わせください ※データはご自身で消去してください(別料金でデータ消去サービスあり) 区リネットジャパンリサイクル(株)問い合わせ専用窓口 ☎0570-085-800(10:00～17:00) 区清掃リサイクル課清掃リサイクル係 ☎03-3647-9181 ☎03-5617-5737 ☎seisourecycle@city.koto.lg.jp

町会と民間マンション 水害時の一時避難協定締結を推進

区では、水害発生時に近隣住民などが民間マンションへ一時的に避難できるようにするための協定締結を推進しています。ガイドラインがありますので、興味のある民間マンション管理者の方はHPをご覧ください 区防災計画課防災計画係 ☎03-3647-9584 ☎03-3647-8440

募集

自衛官等募集

【募集種目等】下表のとおり 【試験会場】都内(後日通知) 区自衛隊江東出張所HP・窓口にある願書に必要事項を記入し、〒136-0071亀戸1-8-9岩上ビル2階 防衛省自衛隊東京地方協力本部江東出張所に郵送・窓口で ☎・☎03-3685-2002



種目	区分	一次試験	受付期間
幹部候補生	一般	第3回 10/11(土) ※飛行要員を除く	第3回 9/1(月)～26(金) (一般のみ)
幹部候補曹	陸・海・空	第3回 10/11(土)	第3回 9/1(月)～26(金)
航空学生	海・空	9/20(土)・27(土) ※希望日を選択	7/1(火)～8/29(金)
一般曹候補生	陸・海・空	第2回 9/13(土)～21(日) ※いずれか1日 第3回 11/29(土)～12/4(木) ※いずれか1日	第2回 7/1(火)～9/2(火) 第3回 9/16(火)～11/21(金)
自衛官候補生		受付時または自衛隊地方協力本部のHPでお知らせします	年間を通じて受け付け
防衛大学校学生	推薦	9/20(土)・21(日)	9/5(金)～9(火)
	総合選抜	9/20(土)	
	一般	11/1(土)	7/1(火)～10/16(木)
防衛医科大学校学生	医学科	10/25(土)	7/1(火)～10/8(水)
	看護学科	10/18(土)	7/1(火)～10/3(金)
高等工科大学生徒	推薦	令和8年 1/10(土)～12(月・祝) ※いずれか1日	10/1(火)～11/28(金)
	一般	令和8年 1/24(土)・25(日) ※いずれか1日	10/1(火)～令和8年 1/15(木)
予備自衛官補	一般	第2回 9/13(土)～29(月) ※いずれか1日	第2回 5/24(土)～9/11(木)
	技能		

こうとう健康チャレンジ

楽しく歩いて健康に!

ポイント獲得期間

7月7日(月)~12月31日(水)

参加費無料

18歳以上の区民対象

健康スポーツ公社HP

Point 1

あなたのカラダ情報がひと目でわかる

歩数や食事、運動、体重、血圧などの情報をいつでもスマホでチェック

Point 2

最先端AI技術で健康をサポート

健康維持のためのプログラムや食事アドバイスなどの情報を提供

Point 3

ゲーム感覚で楽しく続けられる

ウォークラリー

路線図ウォーク

Point 4

幅広い世代の方に人気のコンテンツ

ヘルシーレシピや生活習慣病の情報など多彩なコンテンツを用意

Point 5

ポイントを貯めて景品をゲット

応募は期間中2回。抽選でコトミちゃんグッズや図書カードNEXTネットギフトなどが当たる!

使用アプリ

WoLN(ウォルン)

※昨年度すでにアプリをインストールしている方は引き続き利用できます

登録方法

Step 1

スマートフォンにアプリをインストール

iPhoneをご利用の方はこちら

▲App Storeからダウンロード

Androidをご利用の方はこちら

▲Google Playからダウンロード

※一部のスマートフォンには対応していません
※ご利用の機種により、歩数カウントの結果が異なる場合があります

Step 2

アプリを開いてメールアドレスかLINEまたはApple連携でアカウント作成

Step 3

こうとう健康チャレンジに参加

1「東京都」を選択

2「こうとう健康チャレンジ」をタップ

Step 4

Google Fitと連携(Androidをご利用の方)

1アプリにログインし、「きろく」をタップ

2「歩数」を選択

3歩数データの許可の「許可する」をタップ

4ポップアップ画面から「Google Fitに接続する」をタップ

※Androidをご利用の方は、歩数の計測のためあらかじめ「Google Fit」アプリのインストールが必要となります
※2025年10月以降は「Googleヘルスコネク」への切り替えが必要になります。詳細決定後、アプリ内でご案内します

▲Google Fitのインストールはこちら

ポイントを貯める方法(例)

- 毎日アプリを起動
- 1日に1,500歩以上スマートフォンを携帯して歩く
- アプリに食事内容や体重、睡眠時間を入力
- 江東区の健康づくり事業への参加やスポーツセンターの利用

説明会

希望者のみ

アプリの使い方・景品応募方法の説明会を開催します。☎当日直接会場へ

会場	日程
深川スポーツセンター(越中島1-2-18)	7/11(金)
亀戸スポーツセンター(亀戸8-22-1)	7/17(木)
東砂スポーツセンター(東砂4-24-1)	7/6(日)
深川北スポーツセンター(平野3-2-20)	7/26(土)
健康センター(東陽2-1-1)	8/10(日)・24(日)、9/7(日)・23(火・祝)、10/26(日)、11/16(日)、12/21(日)、令和8年1/11(日)

※2部制[午前の部]10:00~12:00 [午後の部]14:00~16:00
※個別対応。1人15分程度
※8月以降の会場は、健康センターから変更になる可能性があります。変更する場合は健康スポーツ公社HPでご案内します

各種イベント・セミナー

NECカラダケアによる腰痛セミナー(8月3日(日)深川スポーツセンター)や、ウォーキングトレーナーのデューク更家さんによるウォーキング教室(9月20日(土)深川スポーツセンター)などを実施します。アプリから申し込みができます。詳細は健康スポーツ公社HPをご覧ください。

◀デューク更家さん

☎こうとう健康チャレンジ事務局 ☎0570-022-221 (月~金曜9:00~17:00 ※土・日曜、祝日、年末年始除く)

夏休み特別企画

親子限定

豊洲市場案内と屋形船の乗船体験

豊洲市場について学び、魚の魅力を伝えるワークショップや屋形船の乗船体験がセットになったプランです。

☎8月7日(木) ☎40人(申込順) ※最少催行人数15人 費大人1,000円、小学生500円(乗船料・保険代等)

[コース]9:00豊洲 千客万来「いちばの広場」集合→東京魚市場卸協同組合職員による豊洲市場施設案内→10:00おさかなマイスター協会によるワークショップ「ちりめんじゃこ観察」→11:00豊洲市場・豊洲 千客万来自由見学→12:00江戸前ピア豊洲から屋形船の乗船(40分程度、ワンドリンク付き)→12:45江戸前ピア豊洲帰航

☎7月10日(木)9:00から江東区観光協会HPで ※電話での申し込みは受け付けていません

※江東区観光協会(東京都知事登録旅行業 第3-7455号)による募集型企画旅行です

※当日の天候等によりコースの内容が一部変更となる可能性があります

※小学生とその保護者が対象です。大人のみ、小学生のみでの参加はできません

☎(一社)江東区観光協会 ☎03-6458-7400 ☎03-6458-7420

こうとう区報は発行日から3日かけて配布しています

配布が必要ない場合や、配布部数の変更を希望する場合は、全戸配布コールセンター(月~金曜(祝日、年末除く)と配布日の9:00~19:00) ☎03-3368-3940へ

読み終わった区報は古紙回収へ

こうとう区報は、区HPでもご覧いただけます
Articles are available at the Koto City Official Website.