

江東区民体育大会

参加者・参加団体募集

区民体育大会全30種目のうち、19種目の参加者・参加団体を募集します。区民の皆さんの体力向上のため、奮ってご参加ください。大会日時やお申し込み方法等は、スポーツ振興課・区内各スポーツセンター・夢の島競技場で配布している申込書または区ホームページをご覧ください。

区内在住・在勤者※学生は種目の制限あり

個人競技
小学生100円、中学生200円

団体競技
小学生以上300円、中学生以上300円、高校生以上3,000円

開催競技一覧は左表のとおり

スポーツ振興課・区内各スポーツセンター・夢の島競技場にある申込書(区ホームページからも入手可)で各競技要項記載の申込提出先※ポウリング大会および7月以降の大会(ラジオ体操・水泳・陸上競技・ゴルフ・武術太極拳・ダンススポーツ)

区民体育大会競技一覧

大会名
弓道大会
テニス大会(シングルス)
剣道大会
バドミントン大会(ダブルス)
ふな釣り大会
卓球大会(シングルス)
空手道大会
柔道大会
なぎなた大会
バレーボール大会(9人制・家庭婦人・6人制・小学生)
バスケットボール大会(一般)
サッカー大会(一般・小学生)
軟式野球大会(一般・学童)
民謡大会
ゲートボール大会
ソフトボール大会(一般男子・社団・家庭婦人・中学生女子・少女)
ビーチボール
ハンドボール大会
ソフトテニス(ダブルス)

春の健康づくり講座

春から楽しく運動を始めよう

寒い時期は運動不足になりがちです。春の到来とともに新しいスポーツを始めませんか。楽しんで継続できる各種講座をご用意してお待ちしています。各講座とも、専任の講師がいない運動指導を行い、皆さんの健康づくりのお手伝いをします！

下表のとおり健康センター14階各講座とも中学生

講座名	日時
ビューティーシェイプ	4/9-6/25の火曜11:30~12:30
バレイトビューティー	4/9-6/25の火曜19:00~20:00
ロコモヨガ	4/10-6/26の水曜9:15~10:15
パワーヨガ	4/10-6/26の水曜19:00~20:00
yoga	4/11-6/27の木曜10:15~11:15
コアセットヨガ	4/11-6/27の木曜11:30~12:30
カロリーバーナーエアロ	4/11-6/27の木曜19:00~20:00
フラダンス	4/5-6/28の金曜(5/3,10を除く)19:00~20:00
スタイルアップ・ピラティス	4/6-6/29の土曜(5/4を除く)9:15~10:15
マットピラティス	4/6-6/29の土曜(5/4を除く)10:30~11:30
ボクササイズ	4/6-6/29の土曜(5/4を除く)18:00~19:00
気功	4/7-6/30の日曜(5/5を除く)11:00~12:30
早朝リフレッシュ体操	4/9-6/25の火曜9:00~10:00
リフレッシュ体操	4/9-6/25の火曜10:10~11:10
わくわく親子体操	4/10-6/26の水曜10:45~11:45

※妊娠されている方はご連絡ください。

介護予防講演会

3/6(水)

口の健康に自信がありますか？口は「食べる一話す」という大事な機能があるほか、表情をつくり、あなたらしさをアピールする大切な役割を担っています。高齢になっても元気で美しい口を維持する方法を学びましょう。

時 3月6日(水) 午後2時30分~4時 会場 深川江戸資料館小劇場(白河1-3-28)

入 65歳以上の区民の方200人(申込順) 費 無料 師 宝田恭子(歯科医師 宝田歯科医院)

申 2月26日(火) から電話で介護予防ダイヤル ☎(3647)9452

総合区民センター

3/3(日)

くぼたまさと工作ショウや喜多方物産展など

工作ショウやゲーム音楽コンサートのほか、ジャグリングの体験、けん玉遊びコーナー、マジックショー、喜多方物産展など、見る・食べる・体験するを会場でお楽しみください。

時 3月3日(日) 午前10時~午後4時まで

場 総合区民センター(大島4-1-5) 1階

くぼたまさと工作ショウ
午前10時30分開場、11時開演
NHKの「くぼたまさと」ワークショップ
クワクワさんでおなじみのくぼたまさとさん。こどもたちの身近にあるさまざまなものを使って、工作を紹介するくぼたまさんのショウをお楽しみください。

ゲーム音楽の吹奏コンサート
午後2時30分開場、3時開演。



▲くぼたまさとさん



▲宝田恭子さん



名称	所在地	電話番号
スポーツセンター	北砂1-2-9	3649-1701
深川スポーツセンター	越中島1-2-18	3820-5881
亀戸スポーツセンター	亀戸8-22-1	5609-9571
有明スポーツセンター	有明2-3-5	3528-0191
東砂スポーツセンター	東砂4-24-1	5606-3171
深川北スポーツセンター	平野3-2-20	3820-8730
夢の島競技場	夢の島1-1-2	3522-0846



▲ティアラこうとうのホールで一緒に演奏しませんか

ティアラこうとう ジニアオーケストラ

団員募集

新規団員募集オーディションを開催します。レッスンは、区芸術提携団体の東京シティ・フィル(小学生の部・ライフル射撃・駅伝競走・スキー)は、要項が決まりました。区役所4階34番 ☎(3647)4887

保護者の氏名(ふりがな) 年齢(親子体操はこどもの生年月日) ⑤電話番号を記入し、〒135-0065 東陽2-1-11 健康センター ☎(3647)5402 http://www.koto-lsc.or.jp

老人福祉センター(ふれあいセンター)

春の講座 受講生募集

ふれあいセンターでは生きがいづくり、仲間づくりのために、各種教室や相談事業を実施しています。春から始まる健康・教養教室の受講生を募集します。

区内在住の60歳以上の方(平成24年度後期同種科目を未受講の方を優先し、抽選) ※未登録の方は健康保険証等を持参して登録手続きをしてください

健康体操・コーラス・歴史文学など。詳細は各ふれあいセンターにある受講案内をご覧ください。受講案内配布場所各ふれあいセンター、福祉会館、出張所。江東区ふれあいセンターのホームページ(HP) http://kotoaiwaicenter.com/から

※「ふれあいセンター」は老人福祉センターの愛称です。

らも入手できます 申 3月1日(金)~3日(日) 午前9時30分~午後4時まで各ふれあいセンター窓口で受付(入館票と申込1教室につき50円はがき1枚を持参)。電話、はがきでの申し込みはできません。

深川ふれあいセンター(平野1-2-3) ☎(3643)1902
城東ふれあいセンター(北砂4-20-12) ☎(3640)8651
亀戸ふれあいセンター(亀戸9-33-2-101) ☎(5609)8822

中川船番所資料館 展示替え

水害、水運、埋め立ての歴史を紹介

「川の駅」のオープンに合わせて、3月13日(水)から2階郷土の歴史文化紹介展示の一部を展示替えします。埋め立てて広がった区の成り立ちや、工場と近代河川交通の繁栄、水害対策の歴史について、紹介いたします。

時 午前9時30分~午後5時(入館は午後4時30分まで)

※月曜休館(祝日の場合は翌日) 費 大人200円、小・中学生50円(観覧料)

申 当日直接会場へ

場 中川船番所資料館(大島9-1-15) ☎(3636)9091



▲数多くの水害に見舞われたことや、水害対策の歴史をパネルで展示

食品中の放射性物質の検査結果

区では独自に、小中学校・保育園の調理済みの給食や区内の小売店に流通している食品に含まれる放射性物質を毎月測定しています。1月は小中学校10校と保育園9園の調理済み給食、区内流通食品5サンプルを採取し検査を行い、いずれも検出ででした。また、1/8に三砂中、1/16に東川小で給食に使用する食材10サンプルの放射性物質を前日に検査した結果、いずれも検出ででした。検査はヨウ化ナトリウムシンチレーション

学校名・園名・食品名等	検査方法	
検査対象校・食材名(産地)	三砂中(ダイコン(神奈川)、カブ(千葉)、長ネギ(埼玉)、タマゴ(千葉)、イチゴ(栃木)) 東川小(ニンジン(埼玉)、キャベツ(神奈川)、キュウリ(宮崎)、クキワカメ(岩手)、※リンゴ(秋田))	Nal
給食用食材の事前検査	三砂中と同じ(1~3品目):八名川小、東雲小、枝川小、一亀小、二亀小、浅間野小、香取小、一大小、二大小、二砂小、小名木川小、亀戸中、二亀中、二大、二砂中 東川小と同じ(2品目):深川小、毛利小 ※「リンゴ」はこの時期、随時各学校で使用します。	Nal
小中学校	砂町小、東砂小、三砂小、四砂小、五砂小、六砂小、七砂小、砂町中、二砂中、二南中	Nal
保育園	保育園あつぷるキッズ西大島、ピッキーズ、さくらんぼ保育室、ひよっこ保育室、若葉インターナショナルナーサリー大島、アスク東大島、東大島駅前、ゆらりん砂町、どんぐり保育室	Nal
区内流通食品(産地)	サンマ甘露(製造者:宮城)、ワカメ(生産地:宮城)、コンニャク(原料産地:群馬)、ニンジン(茨城)、タマゴ(岩手)	Nal

加希望楽器の演奏経験があり、楽器を持参できる方(一部有償楽器貸与あり) ※(ヴィオラ・コントラバスのみ、楽譜が読めれば楽器経験がなくても可。面接のみ) 費 オーディション無料 ※オーケストラ受講料は半期(5~9月) 24,000円(教材別途) 募集楽器 ヴァイオリン、ヴィオラ、チェロ、コントラバス、フルート、オーボエ、ファゴット、トランペット、ホルン、トロンボーン(詳細はお問い合わせください)

「オーディション後の練習初回」

3月16日(土) 必着 専用申込用紙に記入し、〒135-0022 住吉2-28-136 ティアラこうとう「オーディション係」に郵送・ファクスまたは窓口で※申込用紙は電話でご請求ください ☎(3635)5500 FAX(3635)5547

5月18日(土) (予定)、以降は3月程度土曜午後5時~9時のうち2時間程度ティアラこうとう音楽練習室はかにて ※申込用紙と一緒に配布する募集要項を必ずご確認ください

3月の健康相談等	対象者	対象住所	委託実施	備考		
一般精神保健相談		1(金)・28(木)13:30~15:30	21(木)・29(金)13:30~15:30	21(木)14:00~16:00	8(金)13:30~15:30	新生児 産婦訪問指導
思春期精神保健相談		6(水)・14(木)13:30~15:30	19(火)13:30~15:30	28(木)14:00~16:00	6(水)9:30~11:30	妊婦健康診査
子育て相談	一般区民	1(金)13:30~15:30	11(月)13:30~15:30	11(月)13:30~15:30	22(金)13:30~15:30	妊婦健康診査
酒害相談		1(金)・15(金)13:30~15:30	5(火)・13(水)14:00~16:00	6(水)・15(金)14:00~16:00	1(金)・15(金)13:30~15:30	妊婦健康診査
高齢者精神保健相談		今回の予定はありません	15(金)14:00~16:00	偶数月に実施	偶数月に実施	妊婦健康診査
難病療養相談		11(月)13:30~15:30	28(木)13:30~15:30	14(木)13:30~15:30	4(月)13:30~15:30	妊婦健康診査
栄養相談		11(月)・25(月)9:00~15:30	11(月)・25(月)9:00~15:30	14(木)・27(水)9:00~15:30	5(火)・21(木)9:00~15:30	妊婦健康診査
結核定期健康診断(無料・予約制) 下欄※3を参照	結核の発症率が高い集団や職業に従事している区民	6(水) 9:00~10:30	11(月)・25(月) 9:00~10:30	12(火)・26(火) 9:00~10:30	5(火)・19(火) 9:00~10:30	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。
心身障害者施設等健康相談(無料・予約制) 下欄※4を参照	区内にある心身障害者施設を利用している人	6(水) 9:00~10:30	11(月)・25(月) 9:00~10:30	12(火)・26(火) 9:00~10:30	5(火)・19(火) 9:00~10:30	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。
一般健康相談(原則有料) 下欄※4を参照	江東区内在住者(個人)	6(水) 9:00~10:30	11(月)・25(月) 9:00~10:30	12(火)・26(火) 9:00~10:30	5(火)・19(火) 9:00~10:30	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。
両親学級(平日版)	赤ちゃんが産まれるご夫婦	8(金)・15(金)・22(金) 13:30~16:00	8(金)・15(金)・22(金) 13:30~16:00	8(金)・15(金)・22(金) 13:30~16:00	6(水)・13(水)・27(水)	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。
両親学級(土・日版) 往復はがきで申込 下欄※5を参照	はじめて赤ちゃんが産まれるご夫婦	4/13(土)13:30~16:30 7~8月出産予定の方30組(抽選)	4/20(土)13:30~16:00 7~8月出産予定の方30組(抽選)	今回新たな募集はありません	今回新たな募集はありません	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。
4か月児健康診査	(個別通知制)	5(火)・12(火)・19(火)・26(火)	7(木)・14(木)・21(木)	12(火)・19(火)・26(火)	11(月)・25(月)	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。
育児学級	9~10か月児の保護者	13(水)9:30	13(水)9:30	14(木)9:30	12(火)9:30	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。
3歳児健康診査	1歳6か月~2歳児の保護者	27(水)9:30	21(木)9:30	27(水)9:30	19(火)9:30	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。
1歳児・2歳児歯科相談	満3歳になったお子さん(個別通知制)	6(水)・13(水)・27(水)	6(水)・13(水)・27(水)	6(水)・13(水)・27(水)	12(火)・26(火)	保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。

対象者には個別に郵送でご案内します

●は予約制です。電話、ファクスまたは直接各保健相談所へお申し込みください。

*1 清澄・常盤・新大橋・森下・平野・三好・白河・高橋・佐賀・永代・福住・深川・冬木・門前仲町・富岡・牡丹・古石町・越中島・千石・石島・千田・海辺・扇橋・猿江・住吉・毛利・木場・東陽・新砂(1丁目1番)・南砂(2丁目1番)1号~5号・5番~7番にお住まいの方

*2 東砂6~8丁目・南砂(2丁目1番)1号~5号・5番~7番を除く・新砂(1丁目1番)を除く・新木場・夢の島・若洲にお住まいの方

*3 胸管X線のみの実施。診断書は発行しません。

*4 胸管X線・血液・尿検査等健康診査。血液検査は15歳以上からとなります。診断書は発行しません。

*5 産後6か月~1年以内の「月〇日土・日版両親学級希望」と明記し、住所・夫婦の氏名・電話番号・出産予定日・返信の宛先を記入し、開催日の2週間前(必着)までに各保健相談所へお申し込みください。

●食の安全については、食の安全係 ☎3647-5812へ ●シックハウスについては、シックハウス相談窓口 ☎3647-5862へ ●医療については、医療相談窓口 ☎3647-5870へご相談ください。