

凡例 日時 場所 集 対象・定員 費用 内容 講師 保一時保育 締切日 申込み 問合先 HP ホームページ Eメール

お知らせ

特別区職員採用フォーラム

平成26年度以降の特別区採用試験受験予定者を対象としたフォーラムを開催します **時** 12/10(火)13:00~16:10(予定) **場** 文京シビックホール大ホール(文京区春日1-16-21) **入** 平成26年度以降の採用試験受験希望者1,800人程度(抽選) **内** 採用試験概要説明、基調講演、パネルディスカッションおよび質疑応答 **締** 11/19(火)消印有効 **申** 特別区人事委員会事務局のホームページから、または往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・希望職種・質問(50字以内)を記入し、〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1特別区人事委員会事務局任用課「特別区職員採用フォーラム」係へ☎5210-9787 **HP** 特別区人事委員会事務局 <http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm>

ひとり親家庭等医療証(医療証)「現況届」を送付

ひとり親家庭等医療証は、毎年現況届の提出による更新手続きが必要です。10/11(金)に、医療証をお持ちの方に現況届をお送りしましたので、10/31(木)までにご提出ください。なお、現在お持ちの医療証(桃色)の有効期間は、平成25年12/31(火)までです。現況届を提出し、受給資格が更新されると新しい医療証(紫色)を12月中旬に交付します **[提出書類等]** ○ひとり親家庭等医療証現況届○受給対象者全員の保険証のコピー○養育費等に関する申告書(同封されていた方は必ず提出) **締** 10/31(木)必着 **申** 〒135-8383区役所子育て支援課給付係(区役所3階14番)に郵送または持参☎3647-4754

後期高齢者医療保険料 納付書 送付 訪問徴収・電話催告開始

1.納付書を送付
後期高齢者医療保険料の10月期~12月期分の納付書を10月中旬に送付します。なお、口座振替を登録している方、特別徴収(年金からのお支払い)に該当している方には送付しません※1月期以降の納付書は、1月中旬に送付します。ご不明の点は、お問い合わせください **問** 医療保険課収納管理係☎3647-8520

2.訪問徴収・電話催告を開始

10月から、納付期限の過ぎた保険料の収納を推奨するため、平日の昼間および土・日曜や祝日、夜間(19:00まで)に徴収嘱託員による戸別訪問を行います。未納の保険料を窓口に納めに行くことができない等、納付書でのお支払いが困難な方には、ご相談のうえご自宅へ集金に向うこともできます。また、コールセンターから納付期限の過ぎた保険料がある方に対して、電話で納付の呼びかけを行っています **問** 医療保険課収納管理係☎3647-8520

3.口座振替に変更できます

後期高齢者医療保険料のお支払いは、原則として特別徴収(年金からの引き落とし)ですが、希望により口座振替に変更できます **[手続きに必要なもの]** 希望する方の後期高齢者医療保険者証、預貯金通帳(コピー可、金融機関名・支店名・口座番号がわかるもの)、通帳使用の印鑑。振替開始は翌々月からになります **[キャッシュカードで申込ができる金融機関]** みずほ・三菱東京UFJ・三井住友・ゆうちょ銀行、東京ベイ・東京東信用金庫※窓口で暗証番号の入力が必要です。振替開始は翌月からとなります **申** 必要書類を持参し、医療保険課保険料係(区役所2階8番)窓口で☎3647-3169、FAX3647-8443

男女共同参画審議会傍聴できます

時 10/29(火)10:00~ **場** 男女共同参画推進センター3階第1・2研修室(扇橋3-22-2パルシティ江東内) **入** 5人(区民の方を優先し抽選) **申** 当日9:45までに直接会場へ **問** 男女共同参画推進センター男女共同参画担当☎3647-1163

事業系有料ごみ処理券 経過措置10/31(木)まで

廃棄物処理手数料の改定に伴い、10/1(火)から事業系有料ごみ処理券の料金が変わり、新しい券に切り替わっています。事業系有料ごみ処理券は、セット売りのため、販売が終了した券は、経過措置期間として、10/31(木)まで使用できます。11/1(金)以降は使用できませんのでご注意ください。また、改定前の事業系有料ごみ処理券は、清掃リサイクル課(区役所隣防災センター6階)、清掃事務所(潮見1-29-7)、各出張所・文化センター(砂町・亀戸文化セン

ターを除く)・スポーツセンター、健康センターで、新料金との差額分を納入することで、新しい券と交換できます **問** 清掃リサイクル課☎3647-9181、清掃事務所☎3644-6216

シルバー人材センター会員として仕事をしませんか

シルバー人材センターは、もう就職は望まないが、働くことを通じて生きがい、健康づくり、社会参加をしたいという高齢者の方に、各人の希望と経験や能力に応じて仕事を提供しています。現在の会員数は約3,000人です **入** 健康で働く意欲があり、区内在住で原則60歳以上の方 **[職種]** 屋内外軽作業、清掃・管理・受付・植木・草取り、毛筆筆耕などの技能専門職種、家事援助サービス、児童通学確認等業務など **[仕事の依頼も随時受付中]** 高齢者にふさわしい臨時的かつ短期的または軽易な仕事(原則区内)がありましたらご相談ください **問** シルバー人材センター☎3649-3533

講座・催しもの

深川東京モダン館 おきがる講座・圓橋の会

1.おきがる講座
コーヒーやお茶を飲みながら歴史を学ぶ講座です **時** 10/25(金)14:00~15:30 **入** 30人(先着順) **費** 500円(ドリンク代込み) **内** Salon deふかがわ「江東区内の震災復興小公園」
2.圓橋の会
江戸深川の情緒そのままに…「深川の師匠」三遊亭圓橋こだわりの落語会です **時** 10/26(土)15:00~(開場14:30) **入** 10人(申込順) **費** 前売2,000円、当日2,500円 **内** 岡本綺堂原作青蛙堂鬼談より「笛塚」**[出演]** 三遊亭圓橋・橘也
※いずれも **場** 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) **申** 1は当日直接会場へ、2は10/16(水)から電話で深川東京モダン館☎5639-1776 **HP** <http://www.fukagawatokyo.com/>

目指せ!江東区長杯 江東区子ども将棋大会

初心者から上級者まで、誰でも楽しめる大会です。最高位クラスの優勝者には、江東区長杯を授与します。また、各クラス優勝者にはプロ棋士との対局をプレゼント。参加者全員に参加賞も用意しています **時** 12/8(日)12:30~ **場** 江東区文化センター3階レクホール(東陽4-11-3)ほか **入** 区内在住・在学または、区内将棋クラブ等に通っている小・中学生200人(申込順) **費** 300円 **[クラス]** 上級クラス:おおむね5級以上、スイス方式で4回対局・持ち時間20分。一般クラス:おおむね6級以下、学年別に対局・時間内規定対局数による勝率で決定 **申** 10/16(水)から江東区文化センターに電話または窓口で☎3644-8111

こどもテニス教室

時 11/2~11/23の土曜13:00~14:30または14:30~16:00(全4回・予備日11/30(土))※1レッスン90分の二部制※時間の選択はできません **場** 豊住庭球場(東陽6-1-13) **入** 区内在住・在学の小学生64人(抽選) **費** 2,000円※ラケット貸与可 **締** 江東区テニス連盟 **締** 10/22(火)必着※結果は10/23(水)発送 **申** 往復はがき(1人1枚)に①こどもテニス教室②

氏名(ふりがな)③年齢(学年)④住所⑤電話番号⑥保護者氏名⑦テニス歴を記入し、〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ☎3522-0846

小学生ハンドボール教室

ハンドボール競技をもっと知っていただくため、教室を開講します **時** 10/26、11/9、12/14の土曜10:00~11:45(全3回) **場** スポーツ会館大体育室(北砂1-2-9) **入** 小学1~6年生50人(申込順) **費** 無料 **申** 10/16(水)からスポーツ会館に電話または窓口で☎3649-1701

健康センタートレーニングルーム利用会員募集(11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。利用前に健康測定を実施します **時** 11/1(金)・9(土)・15(金)・30(土)の午前中(1人約2時間) **場** 健康センター(東陽2-1-1) **入** 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 **申** 10/16(水)9:00から健康センターに電話または窓口で☎3647-5402

シニア世代の地域活動を応援 1日体験ボランティア募集

11/11の「介護の日」を中心に、シニア世代の方を対象に、区内介護施設でのボランティアを募集します。介護の日は、介護の理解や認識を深め、地域社会における支えあい等を促進する観点から、高齢者等の介護についての啓発を行うために制定されました。介護ボランティアをきっかけに、介護へのさらなる理解や地域活動にチャレンジしてみませんか **時** 11/11(月)または前後の日 **場** 特別養護老人ホーム等 **入** おおむね60~70歳代の区民の方20人(申込順) **費** 無料(交通費・食費は自己負担) **内** 話し相手、食事の配膳、レクリエーションの手伝いなど※活動日時・内容は施設と相談。日時等が合わない場合は参加できない場合あり **締** 10/29(火) **申** 10/15(火)から電話で高齢者支援課地域福祉係☎3647-9468

ITパークこうとう「パソコン教室」

時 **内** 11月分※詳細はK-NETホームページ(**HP** http://www.k-net.koto.tokyo.jp/k_net/it_park/)または区ホームページ参照 **場** ITパークこうとう(亀戸2-19-1カメラアプラザ9階) **入** 区内中小企業の方(余裕があれば一般区民の方も可)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]** 10/15(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)]** 10/22(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
※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・木曜午前休館、日・月曜、祝日休館)☎5626-0025、FAX3636-2641 **e** admin@k-net.koto.tokyo.jp

高齢者家族介護教室(無料・申込順・10/16(水)から各施設に電話)

介護に役立つ知識や技術を学びます。介護を行っている方など、どなたでも参加できます。

日時	施設名(会場)	対象	内容
11/15(金)13:30~15:00	深川愛の園高齢者在宅サービスセンター(冬木16-7)☎3641-1962	20人	特別養護老人ホームやデイサービスの見学を行います。普段見ることができない入浴設備もご覧いただけます。
11/16(土)14:00~15:30	あそか園高齢者在宅サービスセンター(住吉1-17-11)☎3632-3615	20人	「頑張らない介護」「抱え込まない介護」の心を、落語で楽しくお伝えします。
11/16(土)14:00~15:30	東雲芳香苑高齢者在宅サービスセンター(東雲2-2-29)☎3527-7166	20人	認知症の方を理解し受け入れるために、同じ悩みを抱えた方と一緒に考えてみませんか。
11/16(土)14:00~15:30	北砂ホーム高齢者在宅サービスセンター(北砂6-20-30)☎5606-1731	20人	高齢者施設の種類や費用などの基礎知識を、有料老人ホーム等の入居相談を行っているスタッフが説明します。
11/16(土)13:30~15:30	南砂高齢者在宅サービスセンター(南砂2-3-5-102)☎3615-1081	20人	「自分のための時間作り」をテーマに、ハンドマッサージやアロマの使用法をご紹介します。
11/20(水)15:10~16:40	江東ホーム高齢者在宅サービスセンター(東陽2-1-2)☎3647-5081	20人	ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の説明を行います。チェック法・予防法について学びませんか。
11/21(木)15:10~16:40	三井陽光苑高齢者在宅サービスセンター(新砂3-3-37)☎5653-1732	20人	認知症介護について語り合いませんか。心理士による心の健康やリラクゼーション法をご紹介します。
11/30(土)14:00~15:30	らん花園高齢者在宅サービスセンター(塩浜2-7-2)☎5617-6060	20人	介護によるストレスの対処法について、心理カウンセラーがアドバイスします。
11/30(土)14:00~15:30	大島高齢者在宅サービスセンター(大島6-14-4-103)☎3638-4511	20人	高齢者の栄養や食事について、管理栄養士が説明します。