

健康センター

「シェイプアップ・メタボ12週間」講座

参加者募集

メタボリックシンドロームは、生活習慣を変えることで、予防や改善が可能となると言われて...

この講座では、個人別に栄養・運動指導を行い、12週間で3〜5kgの減量を目標にした長続きする減量プログラムを実践して...

申込 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性別⑤生年月日・年齢⑥電話番号⑦身長⑧体重を記入し、〒135-0016東陽2-1-1健康セン...

Table with 3 columns: 日時, 内容, スタッフ. Details of the 12-week seminar including dates, topics like 'Metabo life', and staff names like 川久保 清.

人権週間行事

12/5(木)

今年度は、江東区出身でもある元格闘家作家、ミュージシャンなど、マルチに活躍されている須藤元氣さんを講師にお迎えします。

この機会に、改めて人権の大切さについて考えてみませんか。『主催』江東区、江東区教育委員会、江東地区人権擁護委員会協賛、東京東ロータリークラブ、

東京江東ロータリークラブ、東京ベイロータリークラブ、(公財)東京都人権啓発センター「後援」木場公共職業安定所

表亀高小学校、第三砂町小学校の代表児童「映画」『ほんとの空』講演「自分が変われば世界が変わる」須藤元氣(元格闘家・作家・ミュージシャン・タレント) ※手話通訳付(保)



▲須藤元氣さん

Table with 2 columns: 講座名, 日時. Lists various workshops like 'Beauty', 'Pilates', 'Yoga', 'Power Yoga', 'Aerobic', 'Pilates', 'Qi Gong', 'Morning Fitness', 'Refractive Body', 'Parenting'.

※妊娠されている方はご遠慮ください。

みんなで楽しくいい汗をかいてみませんか? 各種講座とも、専任の講師が丁寧に運動指導を行い、皆様の健康づくりのお手伝いをします。

申込 往復はがきに①講座名②郵便番号・住所③氏名(ふりがな)・性別※親子体操はお子さん(ふりがなと性別)と保護者の氏名(ふりがな) ※ご家族一緒に受講希望の方は、1枚のはがきに参加希望者全員の氏名を記入し、〒135-0016東陽2-1-1健康センターへ

Large table titled '12月の健康相談等' (December Health Consultations). Columns include '区分' (Category), '対象者' (Target Audience), '対象住所' (Target Address), and '委託実施' (Delegated Implementation) with specific dates and locations.

歩きタバコ・ポイ捨ては、「条例違反」です

条例により、歩きタバコとポイ捨ては区内全域で禁止されています。また、立ち止まってる喫煙は、駅周辺などの禁煙重点地区において、指定時間内禁止です。

講座・催しもの つづき

バドミントン男女ダブルス大会

時 12/22(日) 8:45~受付 場 有明スポーツセンター(有明2-3-5) 区内在住・在勤・在学の中学生を除く15歳以上80組160人(申込順、男女混合は行いません) 費 1組1,000円 編 12/4(水) 申 11/26(火) から区内各スポーツセンターに設置してある所定の申込用紙(有明スポーツセンターのホームページからも入手可)に記入し、参加費を添えて有明スポーツセンター窓口で ☎3528-0191 印 http://www.koto-hsc.or.jp/sports_center4/

天体観望会「クリスマス直前の月を見よう！」

時 12/14(土) 19:00~20:00 場 児童会館天体観測室(住吉1-9-8) 区内在住の60人(抽選、結果は12/1(日)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 費 無料 師 有賀真由美、山内康晃 編 11/30(土) 申 児童会館に電話または窓口で ☎3633-6911 ※雨天・曇天の場合は、2階ホールで星空解説

中川船番所資料館 資料殺虫・燻蒸サービス

皆さんがお持ちの古文書や絵画、彫刻などの資料を殺虫・燻蒸するサービスを行います ※資料の材質などにより、お預かりできない場合があります。事前に必ずお問い合わせください [受入期間] 12/4(水)~8(日) [引取期間] 12/13(金)~19(木) (ただし、16(月)は休館日) ※持込・引取は開館時間内(9:30~16:30時まで)をお願いします 問 中川船番所資料館 ☎3636-9091

中川船番所資料館 ミュージアムトーク

特別企画展「江東のお富士さんー江東地域の富士信仰ー」開催に合わせ、当館の職員が特別企画展について詳しく解説をする、ミュージアムトークを開催します 時 11/23(土・祝) 13:00~ 場 中川船番所資料館3階展示室(大島9-1-15) 費 大人200円、小・中学生50円(観覧料) 申 当日直接会場へ 問 中川船番所資料館 ☎3636-9091

食育応援講座「親子deクリスマス」

簡単クリスマスメニューをテーマに、親子で一緒に調理しながら楽しく学ぶ「食」の教室です 時 12/18(水) 10:30~13:00 場 城東南部保健相談所4階調理室 3歳~未就学幼児と保護者12組(抽選) ※兄弟など対象者以外の受け入れ不可 費 無料 内 お話、調理実習と試食 [持ち物] エプロン・三角きん・タオル 編 12/4(水) 必着 申 往復はがきに①食育応援講座「親子deクリスマス」希望②こどもおよび保護者氏名(ふりがな)・こどもの年齢③郵便番号・住所④電話番号を記入し、〒136-0076南砂4-3-10城東南部保健相談所へ 問 ☎5606-5001

障害者水泳教室

時 12/8(日) 9:30~11:00 場 スポーツ会館プール(北砂1-2-9) 区内におむね3歳以上の愛の手帳または障害者手帳をお持ちの方30人(申込順) 費 無料 内 受講者のレベルに合わせた指導 申 窓口にある申込用紙に必要事項を記入し、11/26(火)からスポーツ会館にファクスまたは窓口で ☎3649-1701、FAX3649-3123

障害者福祉大会

障害者とその家族および地域住民

のレクリエーションと交流の場として障害者福祉大会を開催します。一般の方も観覧できます。ご来場の方には、障害者の方々による手づくり作品を記念品として差し上げます 時 12/7(土) 13:00~16:30 場 ティアラこうとう大ホール(住吉2-28-36) 費 無料 [出演] 大道芸コンコ、トーク&コンサート(増田太郎)、障害者の方々による歌やダンス [司会] 林家まる子 申 当日直接会場へ 問 障害者支援課障害者支援係 ☎3647-4950、FAX3699-0329

聴覚障害者地域生活支援セミナー「聴覚障害の方のための料理教室」

時 12/26、平成26年1/23の木曜10:00~13:00(全2回) 場 障害者福祉センター2階調理実習室 区内在住の身体障害者手帳をお持ちの方で聴覚に障害をお持ちの方10人(12/20(金)13:30から公開抽選) 費 材料費1,000円(全2回分)実費の他、地域活動支援センター事業利用者負担金(1回につき240円) ※生活保護受給者・住民税非課税の方などは免除 編 12/19(木) 必着 申 往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話(ファクス)番号・障害名・障害の等級を記入し〒135-0011扇橋3-7-2障害者福祉センターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎3699-0316、FAX3647-4918

障害者福祉センター「年忘れ!カラオケ大会」

時 12/21(土) 12:30~16:00 場 障害者福祉センター3階会議室(扇橋3-7-2) 区内在住の障害者の方30人(申込順) ※詳細についてはお問い合わせください 師 ゲスト審査員京一夫さん・京ちづるさん(シンガーソングライター) 編 12/11(水) ※カラオケ大会に向けての練習日(12/13(金)、12/20(金)13:30~15:30障害者福祉センター3階会議室)も設けています 申 11/25(月)から障害者福祉センターへ電話、ファクスまたは窓口で ☎3699-0316、FAX3647-4918

保健

ぜん息・COPD(慢性閉塞性肺疾患)などの「呼吸器の健康相談」

呼吸のたびにゼーゼーする、夜間や早朝にせき込んだり息苦しくなる、ちょっとした動作で息切れがするなど、気になる呼吸器症状がある方のご相談ください 時 12/10(火) 13:15~14:15まで受付 場 健康センター(保健所)4階会議室(東陽2-1-1) 区内在住の方 費 無料 内 医師・保健師によるぜん息・肺気しゅ・慢性気管支炎などの慢性呼吸器疾患の予防・治療・生活についての個別相談(治療中の方はお薬の内容がわかるものをご持参ください) 申 当日直接会場へ 問 保健所健康推進課公保健係 ☎3647-9564

HIV・梅毒・クラミジア抗体検査・相談(12月分)

時 下表のとおり 費 無料 内 匿名で実施できます 申 当日直接会場へ 場 問 城東保健相談所(大島3-1-3) ☎3637-6521、FAX3637-6651

日程	受付時間
検査日	12/9(月) 9:00~10:00
結果日	平成26年1/6(月) 10:00~10:30

食育応援講座(小1~3年生対象)冬休みに作ろう!お昼ごはん

時 12/26(木) 10:00~13:30 場 深川保健相談所 区内在住の小学1

和船の乗船日を変更 12月~2月は日曜実施 横十間川親水公園ボート場の 冬期休止

横十間川親水公園で行われている和船の乗船体験は、12月~2月の間、乗船日が水曜から日曜に変更となります。 ※北砂乗船場と尾高乗船場にあるボート場は、12月~2月末まで冬期休止し、3月に開場予定です [和

船利用時間] 10:00~14:15 場 横十間川親水公園内海辺乗船場 費 無料 申 当日直接会場へ 問 (和船について)河川公園課工務係 ☎3647-2538 (ボート場について)施設保全課水辺と緑の事務所 ☎5683-5581

~3年生16人(抽選) 費 無料 内 買い物体験・昼食作りでバランスのとれた食事と元気な体の関係について学びます [持ち物] エプロン・三角きん・手拭タオル・お皿を拭く布きん・水分補給用の飲物 ※参加はお子さんのみですが、送迎は必ず大人の方がお願いします 編 12/10(火) 必着 申 往復はがきに①講座名②お子さんの氏名・学年③郵便番号・住所④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 ☎3641-1181

ママのためのバスト美人講座~バストUP体操と乳がんの話~

女性ならではの美しいボディラインの一つ、バストラインを美しく保つため助産師によるバストアップ体操を行います。合わせて、どの年代にも発病する乳がんについて、専門医より、検診・検査でわかることや遺伝性乳がんについて講演を行います 時 12/9(月) 13:30~15:30 場 城東南部保健相談所4階(南砂4-3-10) 30人(申込順) 費 無料 師 明石定子(昭和大学医学部乳腺外科准教授)、小島直美(助産師) 保 0歳児~未就学児15人(申込時要予約) 申 11/25(月) 9:00から城東南部保健相談所に電話で ☎5606-5001

休館・休止

東砂庭球場 ☎3522-0846

12/1(日)~平成26年2/14(金)まで休止。改修工事のため

夢の島野球場(7・8面) ☎3522-0846

12/9(月)~平成26年5/2(金)まで休止。改修工事のため

スポーツ会館 ☎3649-1701

12/8(日) 9:30~11:45、プールの一般公開を中止します。障害者水泳教室開催のため。12/14(土)午前、柔道場・剣道場の一般公開(各種武道)を中止します。スポーツ塾開催のため

中川船番所資料館 ☎3636-9091

11/26(火)、臨時休館。展示替えのため。12/9(月)~12(木)まで臨時休館。資料燻蒸のため

官公署

東京都都市計画審議会 傍聴できます

時 12/20(金) 13:30~ 場 都庁会議室 15人(抽選) 内 第203回東京都都市計画審議会の傍聴 編 11/29(金) 消印有効 申 往復はがきに住所・氏名・電話番号を記入し、〒163-8001新宿区西新宿2-8-1東京都都市計画課へ ☎5388-3225 印 http://www.toshiseibi.metro.tokyo.jp/keikaku/shingikai/yotei.htm

「海の森」見学会(自然観察会) 参加者募集

東京港の中央に位置するゴミと建設残土で埋め立てられた島を、植樹活動によって美しい森に生まれ変わらせる「海の森」プロジェクト。「エコプロダクツ2013」と連携し、現地見学会を開催します。東京都の担当者が現地で解説します 時 12/12(木)~14(土) 13:00~15:15(いずれも12:30受付開始) 場 中央防波堤内側埋立地 集 「エコプロダクツ2013」(東京ビッグサイト内)「海の森」ブース ※専用バスで現地へ送迎 内 各回50人程度(抽選) 費 無料 編 11/30(土) 消印・着信有効 申 往復はがきに①代表者氏名②ふりがな③住所④電話番号⑤参加人数⑥参加希望日(第二希望も)を記入し、〒163-8001東京都港湾局海上公園課協働推進担当係へ ※ホームページからも申込できます ☎5320-5590 印 http://www.uminomori.metro.tokyo.jp

自衛官募集

[募集職種] 高等工科学校生徒 内 自衛隊高等工科学校に進学を考えている中卒(見込含)の方で17歳未満の者(推薦で受験希望の者は成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を納め、学校長が推薦できる者) 編 (推薦) 12/6(金) 必着(一般) 平成26年1/10(金) 必着 問 〒136-0071 江戸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 ☎3685-2002 印 http://www.mod.go.jp/pco/tokyo/koutou/

その他

行政書士による外国人無料相談会

時 12/2(月) 13:00~16:00 場 区役所2階区民ホール 内 ビザ・永住・経営・帰化・国際結婚・法改正等 申 当日直接会場へ 問 東京都行政書士会江東支部 ☎3641-6581

江東区医師会区民公開講座

時 12/7(土) 15:00~16:00(開場14:30~) 場 江東区医師会館4階講堂(東陽5-31-18) 100人(申込順) ※小学生以下のお子さんのご入場はご遠慮ください 費 無料 内 「季節型うつ病の予防法に関して」 師 佐藤光雅(うらべ医院) 申 11/26(火)から電話で江東区医師会 ☎3649-1411 印 http://koto.med.gr.jp/

みんなのひろば

水彩・油絵・パステル 絵画の基本を学びませんか

多少絵を描いた経験があり、マンネリを打破して個性を伸ばしたい方を対象にしています。見学歓迎 時 金曜18:30~20:30 場 主に総合区民センター6階(大島4-5-1) 費 半期20回23,000円(教材費・モデル代込み) 師 安西大(洋画家) 問 布川孝司 ☎3647-4811

「みんなのひろば」は、区民の皆さんの地域での自主的な活動を紹介します。内容については直接申・問までお問い合わせください。

凡例 時日時 場所 集 人対家・定員 費用 内容 師講師 保一時保育 締締切日 申申込 問問合先 HPホームページ Eメール

お知らせ

特別区民税・都民税(普通徴収)第3期分の納付はお済みですか

平成25年度の特別区民税・都民税(普通徴収)第3期分の納期限は10/31でした。納付がお済みでない方は、納税課窓口(区役所5階7番)や各出張所で納めてください。また、納付が確認できない方には、督促状を11/27(水)に発送する予定です。納税課徴収係☎3647-4153

1. 江東区納付案内センターが電話で納付案内をしています

現在、平成25年度第1～3期分の納付が確認できない方について、電話での納付案内を行っています。平日の昼間ほか夜間と休日にも不定期で実施しています。なお、納付確認に2週間かかるため、行き違いでご連絡する場合がありますのでご了承ください。皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

2. 口座振替の手続きが簡単に

口座振替(自動払込)を利用すると、預貯金口座から自動的に納付されるので、納め忘れがなく、納付の手間も省け大変便利です。ただいま第4期分(1/31納期限)からのお申し込みを受け付けています。キャッシュカードによる口座振替の申請が可能です。その場で口座確認ができ、書類によるやりとりと比べて簡単・短時間で済みます。各出張所でも申し込みができます。詳細は区ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。納税課収納推進係☎3647-2063

3. 区役所職員を名乗る還付金詐欺にご注意を

区役所から税金の還付について、電話で連絡したり、ATMの操作をお願いすることはありません。納税課納税管理係☎3647-4163

都営住宅(江東区割当)・区営住宅・高齢者住宅の入居者募集

[都営住宅(江東区割当)]あき家(単身・家族向)3戸 [区営住宅]あき家(家族向)9戸 [高齢者住宅]あき家(65歳以上単身者向)1戸 [申込用紙配布期間]12/2(月)～10(火) ※土・日曜を除く [申込用紙配布場所]住宅課(区役所5階2番)、各出張所 ☎ 12/13(金)必着 ☎ 申込用紙に記入し、〒135-8383区役所住宅課住宅管理係へ郵送☎3647-9464

都市計画案(豊洲二、三丁目地区地区計画)の縦覧と意見書提出

都市計画の案について次のとおり縦覧します。この計画案に意見のある方は、意見書を提出できます [都市計画案]豊洲二、三丁目地区地区計画の変更 [縦覧期間]11/29(金)～12/13(金) [縦覧場所]都市計画課(区役所5階21番)および東京都都市整備局都市計画課(都庁第二庁舎21階) [意見書の提出期限]12/13(金)必着 [意見書の提出先]〒163-8001新宿区西新宿2-8-1東京都都市整備局都市計画課へ郵送または持参☎5388-3225 ☎ 都市計画課都市計画担当☎3647-9454

司法書士による無料法律相談会(12月)

☎ 12/4(水)・18(水)14:00～16:00(受付13:00～)。混雑状況により時間内に受付を終了する場合があります。☎ 区役所7階第74会議室 ☎ 30人程度(先着順) ☎ 無料 ☎ 相続、遺言、贈与、成年後見、不動産登記、株式会社等の設立・役員変更等、金銭問題、その他法律問題 ☎ 当日直接会場へ ☎ 東京司法書士会墨田・江東支部☎3635-1900または区広報広聴課広聴相談係☎3647-2364、FAX3647-9635

年金相談会

区役所では毎月社会保険労務士による年金相談を実施しています。事前予約等は必要ありません。年金に

関することは、どんなことでもお気軽にご相談ください。ただし、個別の受給資格等に関わるご相談は、江東年金事務所をご利用ください。江東年金事務所では、平日に加え、第2土曜に年金相談を実施しています ※本人確認のため、年金手帳や年金証書などをお持ちください ☎ 区民課年金係☎3647-1131

場所	日程・内容
区役所2階 区民ホール	12/3(火)・17(火)13:00～16:00(面談による相談のみ)
江東年金事務所 (亀戸5-16-9) ☎3683-1231	[受付時間] 平日 8:30～17:15 12/14(土) 9:30～16:00 ※その他窓口の時間延長、相談日の予約等は、江東年金事務所へお問い合わせください

「あんしん江東」専門相談 法律専門相談(予約制)

☎ 火曜14:00～16:00 ☎ 高齢者総合福祉センター(東陽6-2-17) ☎ 無料 ☎ 福祉サービスに関するトラブルや疑問、遺言や遺産相続手続き、成年後見制度等の個別相談 ☎ 電話またはファクスで「あんしん江東」☎3647-1710、FAX5683-1570

福祉のしごと相談・面接会出展 法人(事業所)募集

区内福祉施設の人材不足解消と安定的な人材確保を目的として、平成26年2/7(金)に福祉施設・事業所による相談・面接会を開催します。この相談・面接会に参加する出展法人を募集します。参加いただく法人は、12/5(木)13:30から開催予定の説明会に出席していただきます。事業の詳細および説明会への参加受付等詳細は区ホームページでご確認ください。なお、会場・求人内容等により出展の意に沿えないこともありますのでご了承ください ☎ 11/27(水) ☎ 福祉課指導担当☎3647-4961、FAX3647-9186

講座・催しもの

エコドライブチャレンジ講習会(12月分)燃費を大幅改善!

ガソリン車に限らず、どんな車種でも取り組めるエコドライブで、燃費向上とCO₂削減を実現しましょう ☎ 12/10(火)・12(木)・15(日)9:00～12:30※いずれか1日 ☎ 中央自動車学校(塩浜2-8-4) ※車での来場不可 ☎ 定期的に自動車を運転する区内在住、在学、在勤の方各日6人(抽選) ☎ 無料 ☎ 座学と路上技能教習 [持ち物]普通自動車運転免許証 ☎ 11/29(金)必着 ☎ 電話またははがき、ファクスに①エコドライブ参加希望②住所、氏名(ふりがな)、電話番号③第1～第3希望日を記入し、〒135-8383区役所温暖化対策課環境調整係へ ☎ 3647-6124、FAX5617-5737 ※区ホームページからも申し込みます

ソフトテニスクリニック

☎ 12/15(日) ☎ 荒川・砂町庭球場(東砂3-28-13) ☎ 下表のとおり(抽選) ☎ 無料 ☎ 師 浅川陽介(元世界ランキング1位)、日本ソフトテニス連盟指導員 ☎ 12/4(水)必着 ☎ 往復はがきに①クラス名※以下、親

クラス	時間	定員	参加資格
親子	9:00～10:15	8組	親は保護者(18歳以上、高校生不可)でも可。子は4歳～小学2年生
一般	10:30～12:00	12人	16歳以上
小学生	13:00～14:20	12人	小学生
中学生	14:40～16:00	12人	中学生

子クラスは2人分②住所③氏名(ふりがな)④年齢(学年)⑤電話番号⑥テニス経験の有無⑦レンタルラケットの要不要を記入し〒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

区民スキー大会参加者募集

☎ 平成26年1/26(日)※1/25(土)午後練習会、練習会終了後午後4時ごろに選手会(説明会)を行います。選手会に参加できない方は、大会当日9:00までに受付をしてください ☎ 五日町スキー場(新潟県南魚沼市寺尾)現地集合、現地解散※宿舎等は各自で手配してください [競技種目]回転競技 [組別]一般の部①男子35歳未満②男子35歳以上45歳未満③男子45歳以上55歳未満④男子55歳以上⑤女子35歳未満⑥女子35歳以上/初級の部(オープン)⑦小学生男子⑧小学生女子⑨中学生男子⑩中学生女子⑪初級男子⑫初級女子(年齢は平成26年1/1現在) ☎ 区内在住・在勤・在学の方とその家族100人(申込順) ☎ 大会参加費小学生300円・中学生400円・高校生以上500円(傷害保険料含む) [その他]必ず健康保険証・ヘルメット(着用義務)を持参してください。小学生および中学生は保護者同伴をお願いします。高校生は保護者の承認が必要です ☎ 平成26年1/9(木) ☎ 11/25(月)からスポーツ振興課スポーツ振興係(区役所4階34番窓口)・スキー連盟事務局(水曜定休)・区内各スポーツセンター窓口で※区役所スポーツ振興課は、土・日の受付はできません ☎ スポーツ振興課スポーツ振興係☎3647-4887、スキー連盟事務局(ゴセキスポーツ)☎3641-8025

ファミリースキー&エンジョイスキー

☎ 平成26年1/11(土)～13(月・祝)2泊3日(7食付) ☎ 菅平高原スキー場(長野県上田市) ☎ 6:45に区役所(1/13(月・祝)19:00区役所解散予定) [宿泊先]ホテルシュワルツ ☎ 区内在住の小・中学生と保護者40人(抽選) ☎ 小学生25,000円、中学生・保護者30,000円(宿泊費・バス代・傷害保険料等) ☎ 観光バスで往復。親子別グループによるスキー教室・ゲーム等。親子二人でお申し込みのご家族は相部屋になります [主催]江東区スポーツ推進委員会 ☎ 12/6(金)必着 ☎ 往復はがきに①行事名②郵便番号・住所・電話番号③参加人数④参加者全員の氏名(ふりがな)・生年月日・性別・年齢(学年)を記入し、〒135-8383区役所スポーツ振興課内スポーツ推進委員会事務局へ☎3647-4894

グランチャ東雲クリスマス

今年もグランチャ東雲では、地域の皆さんとともに「クリスマス」をお祝いします。一緒にクリスマスソングやゲームで楽しいひと時を過ごしませんか。クリスマスプレゼントをご用意して、皆様のご参加をお待ちしています※詳細はホームページ(HP) <http://tokyo.ymca.or.jp/grancha/> またはグランチャ東雲館内掲示をご確認ください ☎ 12/14(土)14:00～15:30(開場13:30) ☎ グランチャ東雲4階レクリエーションルーム(東雲1-9-46) ☎ 区内在住・在勤・在学の方200人(先着順) ※小学生以下の方は保護者同伴 ☎ 100円 ☎ 11/25(月)午前10時から窓口で☎5548-1992

土曜・休日、平日夜間(こども)急病診療案内

土曜・休日急病診療	診療対象	内科・小児科の急病患者	
	診療受付	(土)18:00～21:30 (休日)9:00～11:30 13:00～21:30	
調剤薬局	診療場所	江東区休日急病診療所	江東区医師会館内(東陽5-31-18) ☎3645-3109 総合区民センター内(大島4-5-1) ☎3637-4531
	調剤薬局	江東区薬剤師会 深川調剤薬局 江東区薬剤師会 城東調剤薬局	江東区医師会館内(東陽5-31-18) ☎5606-0502 総合区民センター南側(大島4-4-3) ☎3681-4388

平日夜間(こども)	診療対象	小児科(中学生以下)の急病患者	
	診療受付	平日の20:00～22:45	
調剤薬局	診療場所	江東区平日夜間こどもクリニック	江東区医師会館内(東陽5-31-18) ☎3645-3109
	調剤薬局	江東区薬剤師会 深川調剤薬局	江東区医師会館内(東陽5-31-18) ☎5606-0502

※その他、育児相談やこどもの急な発熱など、休日・夜間等に電話でご相談したい時には、母と子の健康相談室(東京都実施)をご利用ください。☎#8000または☎5285-8898

休日歯科応急診療	診療対象	歯科の急病患者		
	診療受付	9:00～11:30 13:00～16:30 当番医へあらかじめ電話でお申し込みください。		
休日歯科応急診療	期日	医療機関名	所在地	電話
	12/1(日)	原澤歯科	牡丹3-6-3	3643-8400
		きらら歯科	亀戸1-5-1	3682-6485
	12/8(日)	西村歯科医院	古石場3-11-11	3641-5679
		五ノ橋クリニック歯科	亀戸1-28-8	3681-8881
	12/15(日)	阪本歯科医院	木場2-19-8 プレスタ木場1階	3643-0418
		小泉歯科医院	亀戸1-29-12	3681-9172
	12/22(日)	おくわき歯科医院	木場2-21-2 木場スカイハイム204	3642-5965
		武内歯科クリニック	亀戸1-32-7	5609-6181
	12/23(月・祝)	須藤歯科医院	木場5-11-19 大坂屋ビル2階	5245-6110
		まつしる歯科クリニック	亀戸1-43-9 コープ野村亀戸西棟1階	3682-3418
	12/29(日)	刈屋歯科医院	木場6-11-9 柳沢ビル3階	5690-3957
		山田歯科医院	亀戸2-6-4-101	3685-1087
12/30(月)	東陽歯科クリニック	東陽1-25-3 栄華ビル1階	5606-8391	
	伊従歯科医院	亀戸2-24-3 グランズ亀戸2階	3684-1171	
12/31(火)	井瀬歯科医院	東陽2-4-29 マルシンビル2階	3649-5377	
	城東歯科	亀戸2-27-15	3681-1368	

☆保険証をお持ちください。診療の際、保険証がない場合は、全額実費負担となります。 ※電話で医療機関案内が24時間お聞きになれます。東京都保健医療情報センター(ひまわり) ☎5272-0303

★年末の予定表ですので、保存してご活用ください

区報に掲載する講座・催しもの、人材募集など、公募により区が取得した個人情報は、各担当課で厳重に管理し、当該事業の外には原則として使用いたしません。

区長と話そう! こうとうく 中学生海外短期留学生と意見交換



▲山崎区長と中学生海外短期留学生の皆さん
▶自分の体験をたくさんの人に伝えていきたいと力強く語ってくれました

10月29日、山崎区長と、中学生海外短期留学生の皆さんが直接対話する「区長と話そう! こうとうく」が行われました。

中学生海外短期留学は、中学生のころから外国の社会に直接触れ、自信をもって国際社会に貢献できる人間を育成することを目的として実施しています。

当日は、留学生39人のうち、8人が出席し、カナダへの短期留学に参加しようと思ったきっかけや、滞在中の体験談、留学後の今後の自分のあり方などについて抱負を語りました。

海外短期留学を通じて、国際社会で活躍したい

「将来国際関係の仕事に就きたいから」「異文化に触れてみたい」など、さまざまなきっかけで、

これから短期留学をした中学生の皆さんは、「英語に対して親近感を感じるようになった」「文化や言葉の壁を越えて、世界の人々と関わりあうことの大切さを知った」など、留学を通じての変化や成長を語りました。今後の抱負では、「さまざまな国の文化や言語に興味を持ち、他国の人々とコミュニケーションをとれるようになりたい」「2020年開催の東京オリンピックでは、外国の方を英語で案内したい」「この素晴らしい経験を友達や周りの人に伝えていきたい」など短期留学の成果が伝わる対話となりました。山崎区長は「中学生海外短期留学生の皆さんが将来大きく成長してほしい」と語り、今後の活躍に期待を寄せました。

健康まつり 森下文化センター がんの予防をテーマに 11/30(土)

よしもとの「健康芝居」、食と健康展など



▲ものいい



▲佐久間一行



▲ポテト少年団

「がんの予防」をテーマに、お笑いの「よしもと」と協力し、健康まつり・食と健康展を開催します。

「講演会」キヤンサー・ギフトつて?」(桜井なおみ(株)キヤンサー・ソリューションズ)

「健康芝居」もしもがんにかかったら、吉本劇団(フオービーズ)によるお芝居

「おいしいメニューコンクール表彰式」野菜を食べてがん予防!」をテーマに募集した「野菜たっぷり料理」の中から優秀な作品について表彰を行います。

時 11月30日(土) 午後0時30分開場、午後1時開演 入 250人(先着順) 出演ポテト少年団、ものいい、佐久間一行ほか

食と健康展

3つのコーナーでイベントに参加し、景品をゲットしよう! 食育コーナーでは、「がんを予防するための新12か条」から食生活

のポイントについての展示や野菜をテーマにしたクイズの出題、栄養士実習生が作成した4コマ漫画の展示などを行います。歯の健康コーナーでは、8020受賞式の様子を写真展示します。笑いと健康コーナーでは、7月に実施したサマーセミナーで高校生の作成したかべ新聞を展示するほか、バルーンアートや似顔絵など、よしもとの芸人さんがコーナーを盛り上げます。

時 11月30日(土) 正午から午後4時 入 どなたでも ※いづれも

費 無料 森下文化センター (森下3-12-17)

申 当日直接会場へ

問 保健所健康推進課健康事業

推進係 ☎(3647)5889

全国JOCジュニアオリンピック春季水泳競技大会 50m平泳ぎ 優勝 都大会2位 佐藤雄太くん (大島中3年)



▲冬の泳ぎ込みの成果がでたという佐藤くん

佐藤くんは「ぜんそくを治したい」という思いから、3歳の時に水泳を始めました。平日は夕方から夜まで、休日は始発で通う朝練と午後の練習の2回と休みなく毎日練習しています。水泳をしていて楽しいと思うときは、練習で頑張ったあとの達成感とチームや学校を超えて、都内、全国に友達がたくさんできたことと言います。「春の全国大会では、大会新記録まであと少しだったのが悔しかった」と話す佐藤くん。今後の目標は、国際大会に出場し、世界で活躍する選手になることと夢の実現に向け、着実に歩みを進めています。

東京都小学生空手道選手権大会

角田 空くん (香取小3年) 2位 関東大会3位 全国大会3位

角田 葵さん (香取小1年) 優勝 関東大会3位 全国大会出場

練習をいつも一緒にし、お互いを思いやれる仲という角田空くんと葵さん。それぞれ各大会で素晴らしい成績を残しました。全国大会3位のお兄さんの空くんは、「本気で優勝を目指していたので、悔しい気持ちでいっぱい、もっとうまくなって優勝したい」と話し、都大会優勝の葵さんは、「兄の背中を見てきて、少しでも近づきたいと思いました」と言います。今後兄弟でどんな活躍をみせてくれるか、将来有望な二人の今後に期待大です。



▲兄弟で賞状を手に

東京都道場少年剣道大会 小学生個人の部 優勝 全国大会出場

阿比留宏貴くん (元加賀小6年)

剣道を通してたくさんの友達ができたという阿比留くんは、お姉さんとお兄さんの影響で、5歳から剣道を習い始めました。日々の稽古の成果を発揮した都大会では、「優勝できるとは思いもよりませんでした」と喜びをぐっと噛みしめています。「相手から一本をとったり、技を覚えていくことがとても楽しい」と話す阿比留くん。小学生で出場できる試合はあと残りわずか。個人だけでなく、仲間とともに団体に優勝したいと今後の抱負を語ってくれました。



▲道場の先生と一緒に

東京都中学校水泳選手権大会 200m自由形 2位 全国大会出場

永田 百さん (深川二中3年)

永田百さんは、毎年、関東大会や都大会、全国大会で類を見ない好成績を残し、本コーナーでは三回目の掲載となりました。学生最後の夏の大会で悔いが残らないよう全力を出し切り、3年間で大きく成長した姿を見せてくれました。来年は高校生になる永田さん。スポーツに本気で取り組んでいる後輩には「少しづつ努力して自分の目標を達成してほしい」と大きなエールを送りました。自身も「1年からインターハイに出て、3年の時には全国で決勝に残り、メダルを取りたい」と気持ちを新たに、今後さらなる高みを目指します。



▲将来の飛躍を誓う永田さん

こうとう区報は発行日から3日かけて郵便ポストへお届けしています

ご家庭・事業所等で配布が必要ない場合や、配布部数の変更を希望される場合は、全戸配布コールセンター(平日および配布日の9:00~19:00) ☎3950-3070へ

読み終わった区報は古紙回収へ

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