

江東シネマフェスティバル 徳光和夫さんら豪華ゲストが来場

深川が生んだ世界の巨匠・小津安二郎監督の作品等を3日間 にわたって上映します。また、 徳光和夫さんや「麦秋」に子役 出演した2人など豪華なゲスト を迎えて貴重なお話を伺います。

時 古石場文化センター
場 古石場文化センター(古石 場2-13-2) 費 期間通し券 3,000円、回数券(4枚つづり) 1,800円、1回券500円 (表中の●印は弁士・楽団付 上映のため1,000円)、学生



▲「麦秋」©1951松竹株式会社

上映日	開演	作品名(監督)・ゲスト
1/11 (土)	10:30	一人息子(小津安二郎)ゲスト:熊谷健(「ウルトラマン」プロデューサー)
	14:10	本日休診(渋谷実)
	16:30	★歩いてても 歩いてても(是枝裕和)
1/12 (日)	10:00	鐘の鳴る丘 隆太の巻(佐々木啓祐)昭和歌謡イベントあり
	13:30	●第七天国(F・ボーザージ)弁士:澤登翠
	17:10	裸の島(新藤兼人)ゲスト:新藤次郎・新藤風(監督次男・孫)
1/13 (月・祝)	10:30	娘・妻・母(成瀬巳喜男)ゲスト:徳光和夫(フリーアナウンサー)
	14:00	★麦秋(小津安二郎)ゲスト:村瀬禅・城澤勇夫(子役出演)・広瀬美治(全国小津安二郎ネットワーク)

★印は視覚障害者のためのFM放送音声ガイド付き上映。貸出ラジオは要予約

豊洲囲碁大会

無差別戦・クラス別戦で日ごろの腕を試そう!

毎年白熱した勝負を繰り広げています。こどもから大人まで 多くの方の申し込みをお待ちしています。

時 2月9日(日) 午前9時半～午後5時(受付9時) 場 豊洲文化センター(豊洲2-1-18)レクホール 人 「無差別戦」六段以上の方16人(抽選) 落選者は自動的にクラス別ヘエントリ)「クラス別戦」10級以

上で小学生以上の方160人(申込順。1クラス16人程度、大会当日上位者より振り分け) ※いづれも勝敗にかかわらず、4回戦全局対戦できる方 費 高校生以上1,200円、小・中学生600円

※昼食(飲み物付き) 希望の方は別途500円(申込時に要予約) 内 スイス方式(変則リーグ)で4回対局、40分持ち時間

凡例 時日時 場所 集集合 人対象・定員 費用 内容 師講師 保一時保育 縮縮切日 申申込 問問合先 HPホームページ Eメール

冬鳥から地球環境を考えよう

冬鳥から地球環境を考えよう

カモなどの渡り鳥は、夏はシベリア、冬は日本で過ごすので冬鳥と呼ばれています。水辺の多い江東区では、さまざまな場所で冬鳥に出会えます。何千キロの距離を地球規模で移動する野鳥の名前や暮らしを知り、環境について考えてみませんか 時 内 下表のとおり 場 えこっくる江東(潮見1-29-7) 申 12/15(日)9:00から電話でえこっくる江東☎3644-7130

事業名	日程	内容	対象
エコかるたで遊ぼう!	1/11(土) ①10:00~12:00 ②13:30~15:30	江東区オリジナルのエコかるたで遊び、エコのアイデアを学びます 費 無料	小学生(先着順、小学4年生以下は保護者同伴、幼児同伴可)
ワンダーボックス「お江戸・江東豊作ゲーム」	1/11(土) ①12:00~ ②13:00~ ③14:00~	小名木川をイメージしたスゴロクの上を、江戸時代の江東区の農産物ダイコンやナスを集めて、進み、歴史や文化を学びます。所要40分程度 費 無料 申 当日直接会場へ	どなたでも各回6人(小学3年生以下は保護者同伴)
海辺で冬鳥の群れを見よう	1/19(日) 10:00~15:00	たくさんの水鳥が訪れる冬の海辺で鳥を観察し、習性などを学びます 場 葛西臨海公園 園 JR京葉線「葛西臨海公園」駅前噴水【持ち物】運営団体から郵送で通知	どなたでも30人(申込順、小学生以下は保護者同伴)
ワンダーボックス「ジグソーパズルで江東区の埋め立ての歴史を知ろう!」	1/25(土) ①12:30~ ②13:30~ ③14:30~	江戸時代より前はほとんど海だった江東区。どんな風に埋め立てられて町はどんな風になったのか学びましょう。所要30分程度 費 無料 申 当日直接会場へ	どなたでも各回6人(未就学児は保護者同伴)

特に記載のない事業は、対象者以外の方(乳幼児等)の入室(参加)はできません。

深川北スポーツセンター杯2014

ミックスバドミントン大会 29日

好評のミックスダブルス(男女ペア)バドミントン大会です。毎年たくさんの申し込みがあり、楽しく盛り上がる大会です。 時 2月9日(日) 午前9時～ 場 深川北スポーツセンター1階体育室(平野3-2-20) 人 区内在住・在勤・在学の高

制「無差別戦」総互戦、先番6日半コミ出し「クラス別戦」同段(級)互戦、先番6日半コミ出し、2段(級)差2子(上限9子)、ジゴ白勝ち「表彰」各クラス3位まで賞状および賞品を贈

呈「審判長」佐々木正(日本棋院棋士八段)「縮」定員になりしだい。無差別戦のみ1月6日(月)12月15日(日)から豊洲文化センターに電話または窓口で ☎(3536)5061

ドミントン協会3部登録者/相当、D・江東区バドミントン協会4部登録者/相当、E・初心者※高校生は2部以上の申し込み(縮)12月27日(金)必着 申 往復はがきに、出場するAのEの部門、ペアを組む2人の①氏名(ふりがな)②住所③電話番号④年齢・性別⑤江東区バドミントン協会に加盟している方は、クラブ名・登録クラス・登録番号を記入し、〒135-0023平野3-2-20深川北スポーツセンターへ郵送または窓口(各スポーツセンター備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、はがき1枚持参)で ☎(3820)8730

健康豆知識 からだにいい話

インフルエンザの予防

冬場が流行しやすい期間

インフルエンザは、38℃以上の発熱・頭痛・関節痛などの症状が突然現れるだけでなく、こどもは急性脳症を、高齢者や免疫が低下している人は肺炎を伴うなど、重症になることがあります。ウィルスの流行しやすい期間(主に12月～3月ごろ)が、これからやってきます。日ごろから予防を心がけましょう。

予防のための6ポイント



※①～⑥で30秒以上が目安です。⑦その後、十分に水で流しペーパータオルや清潔なタオルでよく拭き取って乾かします。

①流行前にワクチン接種 感染後に発病する確率を低くし、かかった場合の重症化を予防! ※区では高齢者等に助成をしています※対象者のみ個別通知

②咳エチケット 咳・くしゃみをするときは他の人に向けてない・マスクの着用・手のひらで覆い、出た後は手を洗うことが重要です

③十分な栄養と食事 抵抗力を高めるため、十分に休み、バランス良く食事を

④外出から帰ったら手洗い ウイルス除去には次の洗い方が効果的です。

⑤人込みを避ける 流行時期にやむを得ず人込みに入る際はマスクの着用を

⑥発症したら他人に感染させない 早めに医療機関を受診し、安静にして、休養・睡眠・水分補給を十分に。また、周りの人にうつさないために、咳・くしゃみなどの症状があるときは、マスクを着用し、外出を控えましょう。

⑦保健予防課感染症対策係 ☎(3647)5879

③適度な加湿 空気が乾燥すると気道や粘膜の防御機能が低下します。室内の湿度を50～60%に保つことが効果的です

12月は「オール東京滞納STOP強化月間」区では、都や都内全区市町村と連携して税の徴収対策を強化しています。また、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料も併せて強化しています【特別区民税の納付】納税課収納推進係☎3647-2063【特別区民税の納付相談】納税課徴収係☎3647-4153

保 健

生活習慣病予防健診(1月分)

時 場 下表のとおり **人** 健診日現在15歳以上39歳以下の区民の方各会場25人(抽選)※最近1年以内に受診された方はご遠慮ください **費** 無料 **内** 胸部X線・血液・尿検査・腹囲測定等 **締** 12/20(金)必着 **申** はがきに①健診名②住所・郵便番号③氏名(ふりがな)④年齢⑤生年月日⑥性別⑦電話番号を記入し、希望する保健相談所へ(重複申し込み不可)※電子申請もできます **HP** <https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/> **問** 各保健相談所管理係

健診会場	検査日時	結果日時
城東保健相談所 〒136-0072大島3-1-3 ☎3637-6521 FAX3637-6651	1/14(火) 9:00~	1/31(金) 13:30~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	1/8(水) 13:10~	1/21(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	1/10(金) 13:10~	1/24(金) 13:30~
城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006	1/10(金) 13:10~	1/24(金) 13:00~



呼吸体操教室(12月)

慢性呼吸器疾患の患者さんにとって、日常の中での呼吸法は大切です。息苦しさをやわらげるための呼吸筋ストレッチ体操について学びます。動きやすい服装でお越しください **時** 12/19(木) 14:00~16:00(受付13:30~) 定例の日程と変更になっています。ご注意ください **場** 健康センター(保健所)4階会議室(東陽2-1-1) **人** 区内在住で、気管支ぜん息・肺気腫・慢性気管支炎と診断されている成人の方50人(先着順) **費** 無料 **内** 呼吸筋ストレッチ体操 **師** 根本伸洋(新葛飾病院理学療法士) **申**

当日直接会場へ **問** 保健所健康推進課公害保健係 ☎3647-9564

官 公 署

清掃工場個人見学会

新江東・有明の清掃工場を見学
時 ①1/11(土)・18(土)新江東清掃工場(夢の島3-1-1)②1/18(土)有明清掃工場(有明2-3-10)※いずれも13:30~15:00 **人** 50人(申込順) **費** 無料 **内** ビデオ等による説明および施設見学 **締** 見学2日前 **申** 12/16(月)から電話で各施設へ **問** 新江東清掃工場 ☎5569-5341 有明清掃工場 ☎3529-3751

東京都最低賃金が改正 時間額869円

10/19から東京都最低賃金は「時間額869円(19円引き上げ)」になりました。東京都最低賃金は、正社員、パート、アルバイト等の雇用形態や呼称に関わらず、原則としてすべての労働者と使用者に適用されますのでご注意ください **問** 東京労働局賃金課 ☎3512-1614

そ の 他

亀戸梅屋敷多目的ホールを無料貸出

亀戸梅屋敷では、多目的ホールを貸し出しています。白壁に漆調の壁紙をあしらった上質な空間に趣のあるテーブルといすを設置し、各種会合や同窓会、発表会、展示会などさまざまな用途で利用可能です。期間限定で1時間無料貸出を行っていますので、ぜひご利用ください **人** 区民の方(先着順) **貸出施設・料金** 藤の間(定員54人。平日1時間1,500円、土・日曜、祝日2,000円)、梅の間(定員20人。平日1時間1,000円、土・日曜、祝日1,500円)※2間繋げて利用可 **無料利用条件** 1時間から利用可。利用は1人1回まで。利用時に住所がわかるものを提示。商業、宣伝目的、飲食不可※区報を見て申し込みしたとお伝えください。利用内容により

こうとうトコトコ日和(びより)2013~14冬 12~2月のイベント情報などが満載

配布中!

江東区を楽しむための観光パンフレット「こうとうトコトコ日和(びより)」を区内各施設にて配布しています。地域の魅力を味わえるまちあるきガイドツアー紹介のほか、冬号は「体験するコト、発見するKOTO」をテーマに区内の見どころ情報や12~2月のイベント情報など、江東区をトコトコめぐりたくなる情報が満載です。ぜひお誘い合わせのうえお越しください **配布場所** こうとう情報ステーション(区役所2階)、文化観光課(区役所4階33番)、江東区観光協会、各出張所、各文化センター、区内宿泊施設等 **問** 文化観光課観光推進係 ☎3647-3312



貸し出しを断る場合あり **無料貸出期間** 4/30(水)まで **申し込み期限** 3/30(日) **申** 12/15(日)から電話で亀戸梅屋敷 ☎6802-9550

東京マラソン フレンドシップラン2014

海外からお越しのランナーや外国人の方へのおもてなしと交流を目的としたランニングイベントを開催します。東京マラソン2014のフィニッシュ地点となる湾岸エリアを走り、同じフィニッシュゲートを目指します。一足先に東京マラソンムードを体感しませんか!? **時** 2/22(土) **場** 有明フロンティアビル(受付) **人** どなたでも1,500人(申込順) **費** 3,000円 **申** 12/16(月)~1/31(金)の間に東京マラソン2014ホームページで **問** 東京マラソンエントリーセンター ☎5772-7667 **HP** <http://www.tokyo42195.org/>

順天堂東京江東高齢者医療センター区民健康講座

時 12/21(土) 13:30~15:00 **場** 順天堂東京江東高齢者医療センター1階会議室(新砂3-3-20) **人** 150人(先着順) **費** 無料 **内** おしっこのこと、1人で悩んでいませんか?…過活動膀胱って何? **師** 磯部英行(泌尿器科) **申** 当日直接会場へ **問** 順天堂東京江東高齢者医療センター ☎5632-3111

みんなのひろば

ダンスサークル参加者募集

時 日曜12:00~13:00(要問い合わせ) **場** ティアラこうとう練習室(住吉2-28-36)ほか **費** 1,000円 **内** サルサやメレンゲ、パチャータ等のラテンアメリカ・カリブのダンスに関心のある方どなたでも※中高年、未経験者歓迎 **問** ソン・デ・クーバ塩田珠希 ☎3644-2176

オリンピック選手が泳ぐプールで一緒に泳ぎましょう

初心者から中級・上級者まで、専任コーチによる熱い指導を行います **時** 木曜9:00~11:00 **場** 辰巳国際水泳場(辰巳2-8-10)または東京スポーツ文化館(BumB)(夢の島2-1-3) **人** 成人男女 **費** 月会費4,200円 **内** 指導者あり。随時、入会できます※おためし入会も可能です **問** あめんぼクラブ・小林美香 ☎6220-3006

墨とあそんでみませんか 自由な表現の現代水墨画の会

時 第1・3木曜13:00~16:00 **場** 江東区文化センター(東陽4-11-3) **人** どなたでも※初心者歓迎 **費** 入会金2,000円、月会費3,500円 **内** 水墨画、墨彩画など自由な表現で楽しむ作品創作 **師** 大松華江 **問** 佐藤弘子 ☎090-4376-2317

江東区スポーツネット

3月のスポーツ施設(野球場・運動場・テニスコート)の利用申込

抽選受付期間 1/20(月)~31(金)
抽選後の空き施設の申込 2/9(日)から受付
申込方法 利用者登録後、携帯電話、インターネット、または各スポーツセンターおよび区役所1階にある利用者端末機で申し込みます。なお、下記の日程は施設の整備・区民体育大会等の開催により利用申込はできませんのでご注意ください。

種目	施設・面番号	日(3月分)	時間
野球・ソフトボール	夢の島	1・2面	1:3~7:9・16・21・23・30 全日
		5・6面	2:9・16・21・23・30 全日
		3・4・9~12面	8・15 10~16
		7・8面	2 全日
	東少年	平日・日曜・祝日	全日
テニス	豊住	B面	1~31(GRAND 凍結のため) 全日
		A~D面	2 8~15
ソフトボール・サッカー等	新砂	第一全面	1・2・9・16・23・30 全日
		第二全面	1・2・8・9・16 全日
		多目的広場	平日の月・水・金 全日
屋外スポーツ施設休場日		10・24 全日	

※亀戸野球場B面は凍結のため、1/4(土)から3月末日(予定)まで、利用中止します。
※夢の島野球場7・8面は、5/2(金)(予定)まで、改修工事のため休場します。
問 夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所 ☎3522-0846

江東スポーツデー(区民無料公開日) 第2土曜(1/11)

※屋内プール・サウナ室は有料です。

スポーツ施設名 問い合わせ先	午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:30
	トレーニングは9:00~21:50		
スポーツ会館 北砂1-2-9 ☎3649-1701	小学生スポーツ館 スポーツ塾※ 申込は締め切 りました	バスケットボ ール バドミントン	バレーボ ール バドミントン
	卓球・各種武道・トレーニング		
深川スポーツ センター 越中島1-2-18 ☎3820-5881	ミニバスケット ボール バドミントン	バドミントン バドミントン	バスケットボ ール バドミントン
	卓球・各種武道・トレーニング・アスレチックルーム (午前の第一武道場は教室開催のため中止)		
亀戸スポーツ センター 亀戸8-22-1 ☎5609-9571	ソフトテニス	ミニバスケット ボール バスケットボ ール	バレーボ ール バドミントン
	卓球・トレーニング		
有明スポーツ センター 有明2-3-5 ☎3528-0191	小学生有明ス ポーツ塾※申 込は締め切 りました	バドミントン	ソフトテニス バレーボ ール
	卓球・トレーニング		
東砂スポーツ センター 東砂4-24-1 ☎5606-3171	バスケットボ ール ミニバスケット ボール	バドミントン 卓球	バレーボ ール ビーチボ ール
	トレーニング		
深川北スポ ーツセンター 平野3-2-20 ☎3820-8730	卓球	卓球 バドミントン	バドミントン
	トレーニング		

スポーツデーにお越しの方へ ☆上履きをお持ちください。☆夜間の中学生以下の利用は、必ず保護者が同伴してください。

みんなでスポーツデー 第4土曜(1/25)

【利用料】1人400円、シニア・中学生以下100円

	午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:30
	小学生スポーツ館 スポーツ塾※申 込は締め切 りました	バスケットボ ール バドミントン	バレーボ ール バドミントン
	卓球・各種武道		
小学生深川ス ポーツ塾※申 込は締め切 りました	バドミントン 中学生スポーツ 支援事業	バドミントン タイム バドミントン	
	卓球		
小学生亀戸わ くわくス ポーツ塾※申 込は締め切 りました			
小学生有明ス ポーツ塾※申 込は締め切 りました			
	卓球		
小学生砂町ス ポーツ塾※申 込は締め切 りました	キンボール		
小学生深川北 スポーツ塾in 体育室※申 込は締め切 りました	バドミントン	バドミントン	

こどもスポーツデー

第2土曜(1/11)、第4土曜(1/25)の午前中は、小中学生の無料公開日

午前 9:00~12:00	
第2土曜	第4土曜
卓球 各種武道 水泳	卓球 各種武道 水泳
ミニバスケットボ ール バドミントン 卓球	小学生深川ス ポーツ塾※申 込は締め切 りました
アスレチックルーム	
ソフトテニス 卓球	小学生亀戸わ くわくス ポーツ塾※申 込は締め切 りました
水泳	
卓球	
バスケットボ ール ミニバスケットボ ール	小学生砂町ス ポーツ塾※申 込は締め切 りました。
卓球	
卓球	小学生深川北 スポーツ塾in 体育室※申 込は締め切 りました
水泳	

公共交通機関などでは、体の不自由な方・高齢者・妊婦など、席を必要としている方に座席を譲るよう心掛けましょう。

「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、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 人対象 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

特別区職員採用合同説明会

平成26年度以降の特別区職員採用試験受験希望者を対象に説明会を開催します 時 1/12(日)10:00~16:00 場 國學院大學渋谷キャンパス(渋谷区東4-10-28) 入 平成26年度以降の特別区職員採用試験を受験希望の方4,000人程度(抽選) 締 12/18(水)消印有効 申 特別区人事委員会事務局のホームページまたは往復はがきに、参加希望・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・希望職種・質問(50文字以内)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「23区合同説明会」係へ 問 特別区人事委員会事務局任用課採用係 ☎5210-9787※詳細はホームページ参照 HP http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm

26年度学童クラブ・江東きっずクラブB登録入会申請受付中

[受付期間]12/20(金)まで [申請書配付場所]各クラブ、児童(会)館、公私立認可保育園、放課後支援課(区役所6階9・10番) 申 学童クラブは入会を希望する学童クラブへ、江東きっずクラブは募集案内に記載されている受付施設へ [学童クラブの問合先]各学童クラブまたは放課後支援課育成係 ☎3647-9230 [江東きっずクラブの問合先]各江東きっずクラブ(新規開設校を除く)または放課後支援課支援係 ☎3647-9308



私立高等学校等入学資金融資あっせん

区では、平成26年3月に中学校を卒業し、私立の高等学校・高等専門学校または専修学校の高等課程(修業年限が2年以上のもの)へ入学するお子さんの保護者に対し、区内の金融機関へ入学資金の融資をあっせんします [受付期間]12/12(木)~平成26年3/3(月) [受付場所]教育委員会事務局庶務課庶務係(区役所6階1番) [注意事項]金融機関に申し込んでから融資まで10日ほどかかります。入学金の納付期限に遅れないように手続きをしてください 問 教育委員会事務局庶務課庶務係 ☎3647-9170

高齢者家族介護教室(無料・申込順・12/16(月)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
1/11(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	家庭で簡単にできるマッサージを、基礎から学びませんか。柔道整復師による講義も行います。
1/18(土)13:30~15:00	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	認知症の症状の理解と家族の接し方について、専門医が説明します。 師 中嶋義文(三井記念病院)
1/23(木)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	嚥下機能低下によるトラブルに備え、嚥下の基礎知識から誤嚥予防について、管理栄養士が説明します。
1/25(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	認知症の基礎知識について、認知症認定看護師が説明します 師 佐藤典子(順天堂東京江東高齢者医療センター)
1/25(土)14:00~15:30	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	住宅改修・福祉用具貸与について、どのように利用するのか、専門業者が分かりやすく説明します。
1/25(土)14:00~15:30	東雲芳苑高齢者在宅サービスセンター(東雲2-2-29) ☎3527-7166	20人	介護保険で何ができるのか、サービスの内容など社会資源の活用について、社会福祉士が説明します。
1/25(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	認知症サポーター養成講座を開催します。認知症を正しく理解し、支援する方法について学びませんか。
1/25(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	感染症に対する正しい知識を身につけ、インフルエンザなどの流行する時期に備えませんか。
1/25(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	介護保険制度と福祉サービスについて、介護支援専門員が説明します。

国保・後期高齢保険料「口座振替済のお知らせ」発送

平成25年中(平成24年12月期分~平成25年11月期分)に口座振替で納付した国民健康保険料、後期高齢者医療保険料の口座振替済のお知らせを12月下旬ごろに発送します。このお知らせは、口座振替で保険料を納付している方へ、確定申告等の資料に使用できるように毎年送付しています。国民健康保険料は、世帯主が加入者でない場合でも世帯主宛てに通知しています 問 医療保険課保険料係 ☎3647-3169、FAX3647-8443

国民健康保険料のお支払いは便利な口座振替のご利用を

保険料のお支払いには、納付の手間が省け、納め忘れのない口座振替をお勧めしています。保険料の納付期限(各月末日)に口座残高不足で振替ができなかった場合、翌月末に再度振替を行います [手続きに必要なもの]国民健康保険証、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。また、みずほ・三菱東京UFJ・三井住友・ゆうちょ銀行、東京ベイ・東京東信用金庫の口座振替については、区役所および各出張所でキャッシュカードと暗証番号を入力するだけで、口座振替の手続きが完了する「口座振替受付サービス」を行っています [口座振替受付サービスに必要なもの]国民健康保険証、普通預貯金(総合口座)のキャッシュカード 申 手続きに必要なものを持参し、医療保険課保険料係(区役所2階8番)窓口、区内出張所で 問 医療保険課保険料係 ☎3647-3169、FAX3647-8443

深川五中で選挙出前授業見学できます

将来の有権者である中学生に政治や選挙に関心を持ってもらうため、3年生の全生徒が本番さながらの投票・開票体験等の選挙出前授業を行います 時 12/18(水)9:45~12:35 場 深川第五中学校視聴覚室(豊洲4-11-18) 入 どなたでも 申 電話で深川第五中学校副校長 ☎3531-7785

講座・催しもの

旧大石家住宅の正月飾り

仙台堀川公園内にある旧大石家住宅

宅では、新年を迎えるにあたり松飾りや鏡餅などを飾り付けます 時 12/14(土)・15(日)・21(土)~23(月・祝)10:00~16:00 場 旧大石家住宅(南砂5-24地先) 費 無料 申 当日直接会場へ 問 文化観光課文化財係 ☎3647-9819

消費者センター講演会「NISAの解説と利用法」

時 投資未経験者向け1/17(金)14:00~16:00、初心者向け1/18(土)10:00~12:00 場 パルシティ江東3階第1・2研修室(扇橋3-22-2) 入 区内在住・在勤・在学の方各回40人(抽選)※保育なし 費 無料 内 来年1月から始まる「少額投資非課税制度(NISA)」についての講義 師 後藤周平(証券カウンセラー) 締 1/7(火)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①講座名②希望する日時③住所④氏名(ふりがな)⑤電話番号、送付先を記入し、〒135-0011扇橋3-22-2消費者センターへ ☎5683-0321

男女共同参画推進センター パパ☆ママコミュニケーション

ワークショップを取り入れご夫婦一緒にお互いの立場を踏まえながら行うコミュニケーション講座です。第2回では、パパとお子さんが小児鍼灸をアレンジした「スキントッチ」を、ママは「消しゴムはんこ作り」を体験をします 時 1/26(日)14:00~16:00・2/2(日)14:00~15:00(全2回) 場 男女共同参画推進センター 入 1歳5か月までのお子さんがある夫婦15組(抽選) 費 500円(消しゴムはんこの材料代) 師 赤堀真里(助産師アロマセラピスト)、福嶋美奈子(野の花鍼灸院院長) 保 1歳6か月~就学前幼児・定員10人程度(無料。申込時要予約) 締 1/5(日)必着 申 12/15(日)から電話、窓口またはファクス、はがき、ホームページに①講座名②氏名・フリガナ③生まれ年④性別⑤郵便番号・住所⑥電話番号⑦ファクス番号⑧保育希望の有無(希望の場合は①お子さんの氏名・フリガナ②生年月日③性別④さくらんぼ保育室利用経験の有無)を記入し、〒135-0011扇橋3-22-2パルシティ江東内男女共同参画推進センターへ ☎5683-0341、FAX5683-0340

深川東京モダン館 おさがる講座・新春圓橋一門会

1. おさがる講座
コーヒーやお茶を飲みながら江東区の歴史を学ぶ講座です 時 12/20(金)14:00~15:30 入 30人(先着順) 費 500円(ドリンク代込み) 内 Salondeふかがわ「深川七福神」 申 当日直接会場へ

2. 新春圓橋一門会
江戸深川の情緒そのままに…「深川の師匠」三遊亭圓橋一門による落語会です 時 1/2(木)・3(金)16:00~(開場15:30) 入 各日10人(申込順) 費 前売2,000円、当日2,500円 [出演]三遊亭圓橋・小圓朝・萬橋・橋也 申 12/15(日)から電話で深川東京モダン館

※いずれも 場 問 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) ☎5639-1776 HP http://www.fukagawatokyo.com/

青少年センターまつり

中・高校生による音楽ライブやクリスマス会など楽しい催しが盛りだくさん。ほかにもジュニアリーダーのお兄さん・お姉さん、学生ボランティアに青少年委員さんが面白い企画を用意して待っています。今年は

青少年センターまつり初の簡単な出店コーナーもあります。友だちやご家族をつれて遊びに来てください 時 12/22(日)9:30~16:00※一部の催しは19:00まで 費 無料 場 問 青少年センター(亀戸7-41-16) ☎3681-7334

天体観望会「2014年の月を見よう！」

時 1/11(土)19:00~20:00 場 児童会館天体観望室(住吉1-9-8) 入 どなたでも60人(抽選、結果は12/21(土)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 締 12/20(金) 申 児童会館に電話または窓口へ ☎3633-6911※雨天・曇天の場合は2階ホールで星空解説

ITパークこうとう「パソコン教室」

時 内 1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カメリアプラザ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]12/17(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)]12/24(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

障害児(者)の親のための講座

時 1/14(火)・21(火)・31(金)・2/4(火)・12(水)10:00~12:00(全5回) 場 教育センター2階第3研修室(東陽2-3-6) 入 区内在住・在勤・在学の障害児(者)の親および障害児(者)教育に関心のある方各回約40人(申込順) 費 無料 内 障害者の出生から親亡き後のこと、進路決定のための視点について、通所施設のサービスと支援内容の現状、障害者の就労・社会的自立と障害者雇用の現状、成年後見制度について 師 綿祐二(日本福祉大学教授)ほか 締 定員になりしだい 申 12/16(月)から電話またはファクスに、住所・氏名・電話番号またはファクス番号を記入し、障害者支援課障害者支援係へ ☎3647-4950、FAX3699-0329

健康センタートレーニングルーム利用会員募集(1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。利用前に健康度測定を実施します 時 1/10(金)・18(土)・25(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、体力測定、運動カウンセリング 申 12/15(日)9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402

江東シーサイドマラソン大会



▲気温15℃(9時45分現在)と若干高めの中、懸命に走るランナーの皆さん

11月24日、夢の島競技場を起点に、第33回江東シーサイドマラソン大会が開催されました。ハーフ・10kmあわせて4、203人が参加し、3、971人が完走しました。今年度は2020年オリンピック・パラリンピック東京開催決定時のIOC総会で情感溢れるプレゼンテーションを行ったパラリンピアン佐藤真海さんが応援に駆け付け、競技場から走り出すランナーの皆さんを笑顔で見送りました。

平成25年度 第33回大会の優勝者(敬称略)

ハーフ	氏名	所属	記録
一般男子	河野陽一	JP日本郵政グループ東京	1時間12分02秒
一般女子	鈴木美沙都	江東区スポーツ会館	1時間25分31秒
壮年男子	大矢敏夫	千代田走友会	1時間19分42秒
壮年女子	庄内菜穂子	江東きつぎクラブ有明	1時間36分02秒

10km	氏名	所属	記録
一般男子	瀬田康之	走快鍼灸治療院	34分18秒
一般女子	山田史絵	エアラン東京	41分46秒
壮年男子	黒田 大	佐倉陸友会	39分42秒
壮年女子	佐藤春枝	神宮AC	44分58秒



▲河野陽一 ▲鈴木美沙都 ▲大矢敏夫 ▲庄内菜穂子



▲瀬田康之 ▲山田史絵 ▲黒田 大 ▲佐藤春枝

潮風をうけて4、203人が疾走

りで4年連続の優勝。「プレッシャーの中、結果を残せてホッとした。大会記録の五連覇を目指します」と、安堵の表情を浮かべていました。また、ハーフ一般女子では、昨年10km一般女子の部を制した鈴木美沙都さんが優勝しました。

オール小学校 長縄跳び大会

優勝 第五大島小



こうとうこどもスポーツデー2013

▲回し手・跳び手の息がピッタリ。流れるようにジャンプをこなす五大小チーム



▲昨年2位の雪辱を果たし堂々の優勝。予選では決勝を上回る438回を記録

11月9日、夢の島競技場で「こうとうこどもスポーツデー2013」が開催されました。区内の小学生を中心に約5、200人が参加し、かけっこやキャッチボール、サッカー、ダブルダッチ、障害者スポーツなどのプログラムを楽しみました。

順位	チーム名(学校)	記録
1	五大∞Ⅲ(五大小)	388
2	三大小(三大小)	362
3	扇橋ファイブ(扇橋小)	355
4	川南小学校4年2組(川南小)	324
5	進撃のポテト(数矢小)	317
6	イーストラビット(東砂小)	311
7	ジャンピンググローブクラブ(豊洲北小)	310
7	KTR∞オールスター(香取小)	310

11時からは、「第3回江東区オール小学校 長縄跳び大会」が行われ、区内全44校から64チームが出場し、3分間で何回跳べるかを競いました。2グループに分かれて予選を行い、上位8チームが決勝で対決。第五大島小学校が見事チャンピオンに輝き、表彰状とトロフィー、記念品が手渡されました。

江東区オンライン観光写真コンテスト

江東区のすばらしい魅力と四季折々の情景を写真に残して、多くの人々に紹介しようとするもので、インターネット上で作品を募集しました。「伝統・未来・水彩都市」部門132点、「東京スカイツリー®の見える場所」部門125点、合計257点の作品が区内外の方から応募がありました。○区長賞「新名所「川の駅」オープン」星野幸一さん○区議会議長賞「臨海副都心の夏」多和裕二さん○亀戸観光協会賞「藤棚とスカイツリー」中根英治さん○深川観光協会賞「暑さを忘れて」松本健一さん○江東区観光協会理事賞「今年も咲いたねえ」井上武男さん
このほか、入選5点、佳作10点が選ばれました。区長賞等20点は、区ホームページでもご覧になれます ☎文化観光課観光推進係☎3647-3312



▲区長賞



▲区議会議長賞

「江東区の杜」オンラインフォトコンテスト

CITY IN THE GREENを推進するため、地域のシンボルや誇りとなる、まとまった緑を募集し「江東区の杜」として登録して表彰するフォトコンテストです。初開催の今年、「ベランダの緑」「民有地の緑」「公共の緑」の3つの部門で合計119点の緑あふれる作品の応募があり、次のとおり入賞者が決定しました。○区長賞「緑の中の公園」小林正典さん○区議会議長賞「欧州風味、ステキです!」長野清さん
このほか、入選3点、佳作4点が選ばれました。区長賞等9点は、区ホームページでご覧になれます ☎管理課CIG推進係☎3647-2079



▲区長賞



▲区議会議長賞

江東区オンライン観光写真コンテスト 入賞作品 決定

のらくろマンガ賞 大賞受賞作品決定



▲コマ漫画一般大賞「どっちものびたねえ」中村怜子 ▲コマ漫画ジュニア大賞 & 区長特別賞「電車がのびる」新井ひより

今年も全国各地、海外から総数239点の応募がありました。厳正な審査の結果、各賞が決定しました【審査員】永田竹丸(のらくろトリオ)、山根青鬼(のらくろトリオ)、江波じょうじ(代々木アニメーション学院講師)、たちりハルコ(漫画家)【授賞式】賞の授与のほか、審査員による講評も行います。のらくろも式の様子を見に来ます 時 1/12(日)14:00 入 どなたでも 費 無料 場 当日直接会場へ【作品展示会】全応募作品を展示します。惜しくも入賞を逃した作品も、個性あふれる力作ぞろいです 時 1/4(土)~17(金)9:00~21:00※6(月)は休館、最終日17:00まで 費 無料 申 当日直接会場へ 場 森下文化センター(森下3-12-17) ☎5600-8666

部門	作品タイトル	受賞者名
イラスト	一般	スペインよりお祝いを~オリンピック開催おめでとう~ Luis Fernando Cerezo
	ジュニアA(小学生以下)	ハムスター☆の大運動会 高橋佑奈
	ジュニアB(中学生)	「いくぞーっ!!」「オーー!!!」 鈴木瑞穂
コマ漫画	一般	どっちものびたねえ 中村怜子
	ジュニア	電車がのびる 新井ひより
ストーリー漫画	一般	なまはげ様 酒井愛弓

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 時日時 場所 集集 人対象・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