講座・催しもの　つづき

「聞いておきたい！私のエンディングノート」と葬祭基礎知識

時 2/28（金）14:30～16:00 場 パルシティ江東第1・2研修室（扇橋3-22-2） 人 区内在住・在勤・在学の方40人（抽選） 費 無料 内 生前の覚書や、葬祭の知って得する知識を学びます 師 二村祐輔（日本葬祭アカデミー教務研究室代表） 締 2/15（土）必着 申 往復はがき（1人1枚）に①講座名②住所③氏名（ふりがな）④電話番号を記入し、〒135-0011扇橋3-22-2消費者センターへ☎5683-0321

「あんしん江東」遺言・任意後見制度講習会

時 2/22（土）14:00～16:00 場 高齢者総合福祉センター（東陽6-2-17） 人 100人（申込順） 費 無料 内 遺言・任意後見制度について 師 山本信一（錦糸町公証役場公証人） 申 2/5（水）から電話で「あんしん江東」☎3647-1710、FAX5683-1570

保　健

骨粗しょう症予防健診（3月分）

時 3/25（火）9:00受付 場 深川南部保健相談所 人 健診日現在20歳以上64歳以下の区民の方40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 締 2/10（月）必着 申 往復はがきに①健診名②住所・郵便番号③氏名④ふりがな⑤年齢⑥生年月日⑦性別⑧電話番号を記入し、〒135-0051枝川1-8-15-102深川南部保健相談所へ☎5632-2291

難病医療相談室

時 2/21（金）13:30～15:00 場 江東区医師会館（東陽5-31-18） 人 難病等特殊疾患で治療中の方、病気の心配をされている方とそのご家族 費 無料 内 専門医を中心とした医療相談 申 開催日前日までに江東区医師会事務局☎3649-1411、FAX3649-1631

講演会「ぐっすり眠るコツ、睡眠時無呼吸症とは？」

睡眠時に呼吸が止まる睡眠時無呼吸症候群は男性だけでなく女性にもみられ、昼間の眠気や、生活習慣病を引き起こす要因になると言われています。早めの対処を心がけることで症状を改善することができます 時 2/17（月）13:30～15:30 場 城東南部保健相談所4階（南砂4-3-10） 人 30人（申込順） 費 無料 師 星作男（有隣病院診療部長） 申 2/5（水）9:00から電話で城東南部保健相談所☎5606-5001

難病講演会 多発性硬化症の治療と日常生活

多発性硬化症は、自己免疫疾患のひとつです。病変がどこにできるかにより症状はさまざまです。病状に合わせて治療を行いながら、再発の要因に注意して生活することが大切です。最新治療や日常生活における工夫の仕方などについて、専門医が講演します 時 2/22（土）14:00～16:00（開場13:30） 場 城東保健相談所1階講堂（大島3-1-3） 人 40人（申込順） 費 無料 師 横手裕明（医師、武蔵野赤十字病院神経内科副部長） 申 2/6（木）から電話で城東保健相談所☎3637-6521、FAX3637-6651

食育応援講座「プレママお食事講座」

これからママになる方を対象に妊娠中の食事について調理実演とおすすめレシピを紹介します 時 2/25（火）13:30～15:00 場 深川南部保健相談所2階調理実習室（枝川1-8-15-102） 人 区内在住の妊婦の方25人（申込順） 費 無料 締 2/20（木）※定員になりしだい終了 申 2/7（金）から電話で深川南部保健相談所栄養士☎5632-2291

講演会「免疫力を上げて、がんになりにくい身体をつくろう」

腸内環境を中心としたがん予防の講演と簡単エクササイズで、食事や運動の生活習慣の面から「がんになりにくい身体づくり」を学びます 時 2/16（日）13:00～14:30 場 健康センター4階研修室（東陽2-1-1） 人 区内在住・在勤の方50人（申込順） 費 無料 師 伊藤弘美（東京ヤクルト販売（株）宅配市場開発部課長） 申 2/5（水）9:00から健康センターに電話または窓口で☎3647-5402

女性のための健康づくり講座

子育てや仕事で忙しい方、身体をいたわっていますか。生涯を通し健康な「女子力」を維持するために、女性ホルモンと身体のこと、便秘予防など専門医の話を聞いてみませんか ※両日の申込も可能です 時 ①2/26（水）10:00～12:00②2/27（木）13:30～15:30 場 深川保健相談所（白河3-4-3-301） 人 各35人（申込順） 費 無料 内 ①講義「からだの中から美活しよう」、骨密度測定、お口の健康②講義「便秘対策から取り組む大腸がん予防」、栄養について 師 ①片井みゆき（東京女子医科大学東医療センター性差医療部長准教授）②松生恒夫（松生クリニック院長） 保 各20人（申込順、2/17（月）までに予約） 申 2/6（木）から電話で深川保健相談所☎3641-1181

障害等で歯科診療が受けにくい方に「かかりつけ歯科医」を紹介

心身の障害のために通院が難しい方、ウイルス性疾患等で通常の歯科診療が受けづらい方が身近で適切な歯科診療が受けられるよう、江東区歯科医師会に相談窓口を設置し「かかりつけ歯科医」を紹介しています [受付時間]9:00～12:00、13:00～17:00（土・日曜、祝日を除く） 申 電話で江東区歯科医師会☎3649-0780、FAX3649-1688

休館・休止
ご不便をおかけします

東砂スポーツセンター ☎5606-3171

2/8（土）夜間の大体育室の一般公開を中止。東京都知事選挙に伴う投票所設営のため

2/16（日）全日の大体育室の一般公開を中止。大会開催のため

グランチャ東雲 ☎5548-1992

2/9（日）を臨時休館。東京都知事選挙のため

スポーツ会館 ☎3649-1701

2/16（日）午前・午後の大体育室および全日の小体育室・剣道場・柔道場の一般公開を中止。大会のため

2/22（土）午前・午後の小体育室の一般公開を中止。大会のため

亀戸スポーツセンター ☎5609-9571

2/23（日）午前・午後の大体育室の一般公開を中止。大会のため

官公署

若洲ゴルフリンクス「震災復興チャリティプレー」

時 3/11（火）※雨天決行 場 若洲ゴルフリンクス 人 都内在住・在勤の方160人（抽選、2人または4人での参加） 費 11,800円 内 セルフプレー（徒歩） 締 2/14（金）必着 申 往復はがきに催し名・参加人数・全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒136-0083若洲3-1-2若洲ゴルフリンクスへ☎3522-3225

文花中学校夜間学級生徒募集

小・中学校を卒業されていない方のために夜間学級を開設しています。15歳以上であれば、年齢・国籍に制限はありません。勉強したい方なら、いつでもどなたでも入学できます。また、日本語を習得されていない方のために日本語学級を開設している学校もあります。授業料は無料です 場 問 文花中学校夜間学級（墨田区文花1-22-7）☎3617-1562

その他

子育て応援電話「ひとりで悩まないで！ママパパライン」

「こどもの発達が心配」「言うことを聞かない」。子育て中の悩みや不安、自分や家庭のことなど、匿名で何でも話せる電話です。研修を受けた先輩ボランティアが、優しく話をお聴きします 時 2/10（月）～15（土）の13:00～16:00 人 子育て中の方 費 無料（電話代は自己負担）[後援]江東区、江東区教育委員会、東京都 申 当日、直接電話で「ママパパライン」☎3633-0415 問 こうとう親子センター事務局☎・FAX3634-4085

江東区遺族会戦没者追悼式

時 3/14（金）9:00～16:00 場 靖国神社ほか 集 江東区役所前 人 会員および会の趣旨に賛同する区内在住の方40人（申込順） 費 2,000円（昼食代） 締 2/28（金） 申 2/5（水）から電話で遺族会会長　平野國臣☎090-2445-3585

江東区医師会区民公開講座

時 2/22（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） 人 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 糖尿病を正しく知ろう 師 吉井秀徳（順天堂大学医学部代謝内分泌学准教授） 申 2/7（金）から電話で江東区医師会☎3649-1411 HP http://koto.med.gr.jp/

講演会「新・難病対策の行方と課題」

時 2/16（日）13:30～15:00 場 総合区民センター7階第5会議室（大島4-5-1） 人 どなたでも50人（先着順） 費 無料 師 水谷幸司（日本難病・疾病団体協議会事務局長）[後援]江東区保健所 申 当日直接会場へ 問 江東区難病団体連絡会　井上信義☎・FAX5683-8622

2月の放送予定　区の情報番組 江東ワイドスクエア

ケーブルテレビ 11ch 9:00、12:00、15:00、19:00～放送

★区政最前線　～区長記者会見～

山﨑孝明江東区長による、平成26年度予算案プレス発表の模様をお届けします

2/16～2/22放送

すでに放送した分は、区ホームページ「TVこうとう」からご覧いただけます

都合により、内容が変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。
番組に対するお問い合わせ、放送終了後番組のDVD貸出は広報広聴課報道係☎3647-8589へ

1/26（日）～2/1（土）
- ●今週の話題（ニュース）　区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
- ●水辺とみどりのまち便り「中川船番所資料館」　水彩都市・江東の特徴である水辺とみどりのおすすめスポットを紹介。今回は中川船番所資料館を取り上げます
- ●オジさんぽ　気のいいひょうきんなオジさん、ワンダラーズ、土井よしおが区内を散策！表通りから裏路地まで寄り道だらけの20分♪。今回は千田界隈をお散歩します

2/2（日）～8（土）
- ●今週の話題（ニュース）　区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
- ●江東スイーツ探検隊　区内の甘いもの、おいしいものを発見し、発信する「江東スイーツプロジェクト」で結成された、江東スイーツ探検隊の活動を紹介
- ●熱中区民！活躍中！！　江東区内で精力的に活動しているボランティア団体や仲間と和気あいあい、楽しく活動しているサークルを紹介

2/9（日）～15（土）
- ●今週の話題（ニュース）　区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
- ●江東かわら版　「ヘルプカード」　江東区の事業や施設などを手話付きでご紹介します
- ●江東45か町　「深川・富岡」　区内にある45の町それぞれの町名の由来や特徴・歴史などについて紹介します
- ●すくすくスクール　区内の小中学校の取り組みや活動をご紹介する「すくすくスクール」。今回は第五砂町小学校、枝川小学校が登場します

2/16（日）～22（土）
- ●今週の話題（ニュース）　区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
- ●区政最前線　～区長記者会見～　★
- ●区立中学校生徒会交流会　区立中学校の生徒会が一堂に会し、活動報告などを通して、生徒会活動の充実の図り、リーダーシップを育てる交流会の模様をお送りします

2/23（日）～3/1（土）
- ●今週の話題（ニュース）　区内で行われたイベントや出来事をお伝えします
- ●守ろう！自転車マナー　自転車を安全に利用するために守ってほしいルールとマナーを紹介します
- ●中学生「東京駅伝」大会　都内の市区町村対抗で行われた中学2年生による駅伝大会。江東区代表選手たちにスポットをあてて、その力走ぶりをお伝えします

ラジオこうとう 79.2MHz（レインボータウンFM）毎週日曜、水曜に放送中！
日曜　10:00～10:20　イベントやまちの情報
水曜　18:00～18:10　タイムリーな区政情報

善意のご寄付に心から感謝申し上げます

社会福祉協議会では皆さまからのあたたかなご寄付を地域福祉向上のため有効に使わせていただきます。

平成25年12月分（敬称略・受付順）

▼（株）常創設計笠井亨1万円▼田中商店・田中季彦1万円▼（株）羽田野建設1万円▼（株）ワイズマート20万円▼牡丹二・三丁目笑寿会7万7633円▼Wコンフォートタワーズダイヤモンドクラブ1万円▼齋藤はつ子1万円▼鈴木淳一10万円▼匿名44万938円▼匿名6000円▼石渡基治1万円▼匿名5万円▼（株）江東リサイクルシステム5万円▼江東建設業協会10万円▼北村多加子1万円▼匿名1万円▼長橋いね子3万500円▼とんかつ諏訪黒澤富美枝1万5352円▼職業能力開発短期大学校東京建築カレッジ6000円▼宝見正治1000円▼山中敏正500円▼湯浅民子2万円▼野沢浩500円▼福島勝雄1万円▼加藤玉枝1000万円▼仁生堂薬局10万円▼菱幸運輸（株）新木場営業所と南部塾5万円▼高橋尚一2万円▼匿名1万750円▼木場三丁目鶴寿会2万円▼吉川宏1万円▼亀戸中央通り歯科8000円　合計　242万7423円

問 江東区社会福祉協議会 〒135-0016東陽6-2-17（高齢者総合福祉センター内）☎（3647）1895