

# 秋の健康づくり講座

## 食欲の秋に勝つエネルギー消費をしませんか

秋は運動を始めるには絶好の季節です。みんなで楽しく汗をかきましょう！各講座とも、専任の講師が丁寧に運動指導を行い、皆さんの健康づくりのお手伝いをします。

時 下表のとおり 健康センター4階(中学生を除く)15歳以上の方各50人(抽選) ※「早朝リフレッシュ体操」、「リフレッシュ体操」はおおむね40歳以上の方45人、「親子体操」は平成22年4月2日〜平成24年4月1日

「親子体操」は子ども(ふりがなと性別)と保護者の氏名(ふりがな) ④年齢※親子体操のみ ⑤電話番号を記入し、〒135-0016東陽2-1-1 <http://www.koto-hsc.or.jp>

### 深川北スポーツセンター 亀戸スポーツセンター

## シルバースポーツフェスタ

### 敬老の日 9/15(月・祝)

恒例の「シルバースポーツフェスタ」を深川北スポーツセンター、亀戸スポーツセンターで開催します。スポーツの秋、これを機会に皆さん一緒に運動を始めませんか。体を動かしてリフレッシュしましょう！

時 9月15日(月・祝) 区内在住・在勤で60歳以上の方 無料※ロッカーご利用の場合

## 旧中川航行に関するお願い

「こうとうこどもカヌー大会」開催に伴い、9/20(土)・21(日)、旧中川(平成橋〜中川大橋)の水上に200m6レーンのコースを設営します。初心者の小学生を対象とする大会のため、航行する皆様にはご不便、ご迷惑をおかけしますが、安全な大会運営にご協力をお願いします 関係係 ☎3647-4887



講座名	日時
早朝リフレッシュ体操※1	10/7〜12/16の火曜(10/14、11/25を除く)9:00〜10:00
リフレッシュ体操※1	10/7〜12/16の火曜(10/14、11/25を除く)10:10〜11:10
ビューティーシェイプ※1	10/7〜12/16の火曜(10/14、11/25を除く)11:30〜12:30
パレトンビューティー※1	10/7〜12/16の火曜(10/14、11/25を除く)19:00〜20:00
ココモヨガ	10/1〜12/17の水曜9:15〜10:15
パワーヨガ	10/1〜12/17の水曜19:00〜20:00
yoga	10/2〜12/18の木曜10:15〜11:15
コアセットヨガ	10/2〜12/18の木曜11:30〜12:30
カロリバーナーエアロ	10/2〜12/18の木曜19:00〜20:00
フラダンス※2	10/3〜12/19の金曜(10/17を除く)19:00〜20:00
スタイルアップピラティス	10/4〜12/20の土曜9:15〜10:15
マットピラティス	10/4〜12/20の土曜10:30〜11:30
ボクササイズ	10/4〜12/20の土曜18:00〜19:00
気功	10/5〜12/21の日曜11:00〜12:30
わくわく親子体操	10/1〜12/17の水曜10:45〜11:45

妊娠されている方はご遠慮ください。各講座12回。ただし、※1の講座は9回、※2の講座は11回

場所	種目・時間	内容	持ち物	定員
深川北スポーツセンター (平野3-2-20)	すこやか太極拳 9:30〜10:30	中国の伝統的な健康法で、円に沿った流れるようなゆったりとした動作を呼吸法に合わせて行います。全身運動で心と体を癒しましょう。	運動できる服装・水筒・タオル・室内用運動靴	50人(申込順)
	いきいきリフレッシュ体操 11:00〜12:00	自宅でも手軽に行えるストレッチや全身を使った体操を指導します。また、足腰を鍛えるための簡単な筋力トレーニングも行います。音楽に合わせて楽しく体操しましょう。	運動できる服装・室内用運動靴・タオル・水筒等	
	やってみよう!水の中うんどう! 9:30〜10:45	初めての方でも、慣れた方でも楽しめる内容です。水を動かし、体を動かし、心を動かします。みんなで楽しく水の中ウオーキングや音楽にあわせて身体を動かしましょう!	水着・タオル等	
亀戸スポーツセンター (亀戸8-22-1)	ロコモ予防トレーニング ①10:30〜12:00 ②13:30〜14:30	現在の運動機能や足の筋力・バランス能力などの確認テストとカウンセリングを行います。	運動できる服装・タオル・水筒等	30人(申込順)
	亀戸七福めぐりウォーキング 9:30〜11:30	亀戸のパワースポットをめぐるながら、ウォーキングを通じて心身の健康増進を図ります。コース(亀戸スポーツセンター〜七福神〜梅屋敷)	運動できる服装・タオル・運動靴・水筒等	

9月の健康相談等		対象住所	対象者	対象者には個別に郵送でご案内します	備考		
一般精神保健相談	5(金)・25(木)13:30〜15:30	5(金)・19(金)13:30〜15:30	19(金)13:30〜15:30	11(木)13:30〜15:30	2(火)14:00〜16:00	12(金)13:30〜15:30	○育児学級ではお口の健康と発達・育児についてお話をします。母子健康手帳をお持ちください。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。
思春期精神保健相談	11(木)・17(木)14:00〜16:00	16(火)13:30〜15:30	25(木)14:00〜16:00	17(水)9:30〜11:30	25(木)14:00〜16:00	17(水)9:30〜11:30	
子育て相談	5(金)13:30〜15:30	29(月)13:30〜15:30	8(月)13:30〜15:30	26(金)13:30〜15:30	8(月)13:30〜15:30	26(金)13:30〜15:30	
酒害相談	5(金)・19(金)13:30〜15:30	2(火)・17(木)14:00〜16:00	3(水)・19(金)14:00〜16:00	5(金)・19(金)13:30〜15:30	3(水)・19(金)14:00〜16:00	5(金)・19(金)13:30〜15:30	
高齢者精神保健相談	19(金)13:30〜15:30	11(木)13:30〜15:30	偶数月に実施 13:30〜15:30	5(金)13:30〜15:30	偶数月に実施 13:30〜15:30	5(金)13:30〜15:30	
難病療養相談	8(月)13:30〜15:30	25(木)13:30〜15:30	18(木)13:30〜15:30	偶数月に実施	18(木)13:30〜15:30	偶数月に実施	
栄養相談	8(月)・29(月)9:00〜15:30	8(月)・22(月)9:00〜15:30	11(木)・24(水)9:00〜15:30	16(火)・18(木)9:00〜15:30	11(木)・24(水)9:00〜15:30	16(火)・18(木)9:00〜15:30	
結核定期健康診断(無料・予約制) 下欄※3を参照	3(水)・17(水)9:00〜10:30	8(月)・22(月)9:00〜10:30	9(火)9:00〜10:30	2(火)・16(火)9:00〜10:30	9(火)9:00〜10:30	2(火)・16(火)9:00〜10:30	
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						
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)	3(水)・17(水)9:00〜10:30	8(月)・22(月)9:00〜10:30	9(火)9:00〜10:30	9(火)9:00〜10:30	2(火)・16(火)9:00〜10:30	
両親学級(平日版)	赤ちゃんが産まれるご夫婦	12(金)・19(金)・26(金)13:30〜16:00	12(金)・19(金)・26(金)13:30〜16:00	12(金)・19(金)・26(金)13:30〜16:00	12(金)・19(金)・26(金)13:30〜16:00	10(水)・17(水)・24(水)13:30〜16:00	
両親学級(休日版) 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	10/11(土)13:30〜16:30 平成27年1〜2月出産予定の方 抽選30組	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	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	
4か月児健康診査	(個別通知制)	2(火)・9(火)・16(火)・30(火)	11(木)・18(木)・25(木)	9(火)・16(火)・30(火)	9(火)・16(火)・30(火)	8(月)・22(月)	
育児学級	9〜10か月児の保護者	17(水)9:30	10(水)9:30	11(木)9:30	11(木)9:30	9(火)9:30	
	1歳6か月〜2歳児の保護者	24(水)9:30	17(水)9:30	24(水)9:30	24(水)9:30	16(火)9:30	
3歳児健康診査	満3歳になったお子さん(個別通知制)	10(水)・17(水)・24(水)	10(水)・17(水)・24(水)	10(水)・17(水)・24(水)	10(水)・17(水)・24(水)	9(火)・30(火)	
1歳児・2歳児歯科相談	平成24・25年8月生まれ						

●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 ●上記以外の医療については、医療相談窓口 ☎3647-5870へご相談ください。

公共交通機関などでは、身体の不自由な方・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がけましょう。

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

講座・催しもの つづき

青少年センター団体成果発表会

青少年センターで団体登録をしており、日ごろ、オーケストラ・ダンス等の活動を行っている団体の成果発表会を開催します。オーケストラによるアンサンブル演奏など、楽しい催しものがたくさん。お友達やご家族連れでお越しください 時 9/7(日)13:00~17:00 費 無料 申 当日直接会場へ 問 青少年センター(亀戸7-41-16) ☎3681-7334

夢の島中学生体験プログラム

時 9/20(土)9:00~21(日)11:00※1泊2日 場 夢の島熱帯植物館(夢の島2-1-2)※現地集合・現地解散 区内在住・在学の中中学生50人(抽選) 費 300円(保険料) 内 災害等の緊急時に備え、通報訓練、テント設営・撤去作業、屋外自炊・備蓄食糧を使用した食事、防災グッズ作りなどを体験するプログラムです[主催]江東区青少年委員会 時 9/5(金) 申 電話で青少年センター☎3681-7334

少年・少女スポーツクリニック

1.陸上競技の部

時 9/20、10/11・18(土曜全3回)9:00~13:00 区内在住・在学の小学生100人(抽選) 内 夢の島競技場で楽しみながら陸上競技の技術を身につけます 師 江東区陸上競技協会

2.サッカーの部

時 9/20、10/11・18(土曜全3回)13:00~17:00 区内在住・在学の小学4~6年生40人(抽選) 内 競技場の天然芝で行うサッカー教室です[持ち物]運動しやすい服装、シューズ(ボールは貸与) 師 江東区少年サッカー連盟

※いずれも 場 夢の島競技場 費 無料 時 9/11(木)必着 申 往復はがきに①講座名②住所③氏名④電話番号を記入し、〒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、FAX3522-0855

少年少女サッカー教室

時 9/21(日)①10:00~12:00(小学2年生)②13:30~15:30(小学3年生) 場 夢の島競技場(夢の島1-1-2) 区内在住の小学生男女各250人(抽選) 費 無料[主管]江東区サッカー連盟[指導協力]FC東京 時 9/5(金)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①教室名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢⑥電話番号⑦学校名⑧学年⑨保護者氏名(承諾印)⑩参加希望の番号を記入し、〒136-0073北砂1-2-9スポーツ会館へ☎3649-1701



障害者福祉センター

陶芸教室後期

時 9/24~平成27年3/11の第2・4水曜(11/12、12/24、2/11を除く全9回)[基本コース]10:00~12:00[応用コース]13:30~15:30 場 障害者福祉センター2階作業実習室 区内在住の障害者の方(詳細についてはお問い合わせください)各10人(9/5(金)13:30から公開抽選)※基本コースは初めての方を優先 費 教材費1,000円(釉薬代等全9回分)、粘土代(1個200円)は実費、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・住民税非課税の方は免除 内 手びねりによる作品作り 時 9/4(木)必着 申 往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話番号・障害名(病名)・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

大作戦「とび箱に挑戦！」

時 9/13(土)15:00~16:30 場 児童会館2階体育室(住吉1-9-8) 区内在住の小学生25人(6/21実施の回に参加していない方を優先し抽選、結果は8/31(日)連絡) 費 無料 内 とび箱のコツや、より上手く美しい跳び方を練習します[持ち物]体操服・上履き・汗拭きタオル・飲み物 師 加藤正樹 時 8/30(土) 申 児童会館に電話または窓口で☎3633-6911

天体観望会「北天の宝石、美しいアルビレオを見よう」

時 9/13(土)19:30~20:30 場 児童会館天体観測室(住吉1-9-8) 区内在住の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 時 8/30(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

保健

HIV・梅毒・クラミジア抗体検査・相談(9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 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 9/8(月) 9/22(月)	9:00~10:00
結果日 9/22(月) 10/6(月)	10:00~10:30

高齢者肺炎球菌予防接種費用の一部助成事業は9/30(火)で終了

10/1(水)から、高齢者の肺炎球菌予防接種が法定の予防接種となり、平成26年度末までに65、70、75、80、85、90、95、100歳になる方と101歳以上の方が対象となります。これまで65歳以上の方を対象に区が行っていた助成制度で接種を受けられるのは9/30(火)までとなります。これから接種を希望される方すでに接種票を交付されている方は早めに接種を受けてください 問 保健所保健予防課保健係☎3647-5906

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はご相談ください 時 9/9(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・肺気腫・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 健康推進課公害保健係☎3647-9564

講演会「お酒を減らしたくても減らせないあなたへ」

「ついつい飲みすぎてしまう…」 「休肝日を作ろうと思ってもやっぱり飲みたい！」ということはありませんか?度を越した飲酒はさまざま

な悪影響を及ぼします。お酒の身体への影響とあなたやご家族の飲酒習慣を変える方法を学んでみませんか。専門医がお話します 時 9/29(月)10:00~11:30 場 深川保健相談所(白河3-4-3-301) 区内在住の方 50人(申込順) 費 無料 師 瀧村剛(国立病院機構久里浜医療センター精神科医師) 保 10人(申込順、9/18(木)まで要予約) 申 当日直接会場へ 問 深川保健相談所☎3641-1181

休館・休止

中川船番所資料館 ☎3636-9091

9/2(火)を臨時休館。展示替えのため

グランチャ東雲

☎5548-1992

9/4(木)~7(日)を休館。建物、設備定期点検のため

スポーツ会館

☎3649-1701

9/13(土)午前、剣道場(各種武道)の一般公開を中止。ジュニア育成のため

えこっくる江東

☎3644-7130

9/28(日)を臨時休館。電気設備点検のため

官公署

都産技研 イノベスタ

東京都立産業技術研究センター(都産技研)は中小企業の技術支援を行っている機関です。その都産技研の設備や技術をさまざまな形で体験して、科学の楽しさを学び、お土産ももらえるイベントを開催します。

時 9/5(金)・9/6(土)10:00~17:00

場 東京都立産業技術研究センター(青海2-4-10) 費 無料 内 INNO VESTA!(イノベスタ)とは科学や技術の面白さを体感できるイベントです 申 当日直接会場へ(内容によっては要予約) 問 都産技研広報室☎5530-2521 <http://www.tiri-innovesta.jp>

その他

さわやかスイミング

親切、ていねいに、楽しく指導します 時 9/2~12/16(9/23、10/14、11/25を除く火曜全13回)9:30~11:30 場 スポーツ会館(北砂1-2-9) 女性10人(申込順) 費 11,000円(保険料込) 申 8/25(月)から電話で江東区水泳連盟(羽下)☎070-5541-9077

ホブリースイミング

親切、ていねいに、楽しく指導します 時 9/5~12/19(金曜全16回)18:30~20:30 場 スポーツ会館(北砂1-2-9) 男女5人(申込順) 費 12,800円(保険料込) 申 8/25(月)から電話で江東区水泳連盟(辻井)☎090-3243-2053

江東区秋季ダブルステニス大会

平成27年度都民体育大会江東区代表選考会を兼ねたダブルステニス大会です 時 11/16(日)・22(土)・24(月・祝)9:00~16:00(予備日11/30(日)) 場 有明テニスの森公園テニスコート(有明2-2-22) 区内在住・在勤・在クラブの大学生以上の方(大学

体育会所属の方は不可)[種目]男子・女子 時 10/26(日) 申 江東区テニス連盟のホームページ(<http://kototennis.com>)※インターネット環境を利用できない方は電話で江東区テニス連盟事務局☎3820-7072(11:00~20:00、月曜定休)

ザ・よさこい! 大江戸ソーラン祭り

東京スカイツリー®をバックに踊れるイベントです。今年も震災復興を応援しています 時 9/7(日)9:30~17:00(雨天一部中止) 場 都立木場公園 区内在住の方から45チームの華やかな演舞の他、ハーレーの展示や模擬店も充実[主催]大江戸ソーラン祭り実行委員会[後援]江東区ほか 問 大江戸ソーラン祭り事務局☎3683-0313

みんなのひろば

絵手紙ゆうゆう会

絵が苦手な方でも大丈夫

時 第1・3金曜13:30~15:30 場 主に総合区民センター(大島4-5-1)7階 費 半年10回12,000円、会場費1,000円 内 あなたも描いてみませんか。初心者・男性大歓迎 問 ゆうゆう会 松内弓子☎3636-3165

ターゲット・バードゴルフ体験教室 参加者募集

時 第1・3土曜10:00~12:00 場 新砂運動場内バードゴルフコース(新砂3-9-1) 費 1日400円※道具一式無料貸し出し 内 男女を問わず楽しめる中高年向き生涯スポーツ、気分はゴルフです※南砂町駅3番出口9:30無料送迎バス有り 問 江東ターゲットバードゴルフ協会 水沢武男☎3615-9112

城東フェニックスサッカークラブ部員募集

時 土・日・祝日 場 第七砂町小学校(東砂3-21-5)・砂町中学校(北砂6-16-28)ほか 区内在住の小学生男女 費 入会金2,000円、月会費2,000円(幼児無料)合宿等別途 内 楽しく、礼儀正しくをモットーに練習しています 申 笠原淳☎090-8854-8280

国際共通語エスペラントを学びませんか

時 9/20(土)14:00~16:00 場 森下文化センター(森下3-12-17) 区内在住の方 費 無料 内 エスペラントを使った海外旅行体験談と世界各国からのエスペラント放送の紹介 申 毎月学習会あり 問 深川エスペラントクラブ島崎☎090-7401-7765、[ekf@e.nifty.jp](mailto:ekf@e.nifty.jp)

辰巳ファイヤーズ野球同好会 会員募集

時 日・祝日8:00~10:00(時間変更あり) 場 主に夢の島野球場(夢の島1-1-1)または潮見野球場 区内在住の方 年齢は問いません。健康のために楽しみましょう 費 月会費1,000円 問 旗洋市☎090-3002-0575

健康麻雀

初心者・経験者募集

時 金曜10:00~16:00 場 江東区文化センター3階(東陽4-11-3) 区内在住の方 費 1日1,000円 内 賭けナイ酒飲まナイタバコ吸わナイ健康麻雀です。初めての方、ていねいに教えます。経験者の方は経験豊かな方と楽しめます。お弁当持参で一日楽しみましょう 問 Kクラブ・菅原☎080-1158-1654

「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

## 介護保険認定調査員(非常勤)を募集

**[職務内容]** 要介護認定にかかる認定調査および調査に関する事務等**[雇用期間]** 10月～平成27年3月(更新あり)**[勤務時間]** 9:00～17:00(月16日勤務)**[応募資格]** 介護支援専門員(採用までに資格取得見込可)**[採用数]** 若干名**[報酬]** 月額201,700円**[選考]** 書類選考および面接**[締切]** 9/8(月)必着**[申]** ①履歴書(写真添付)②介護支援専門員の資格証明書の写し(取得見込の方は介護支援専門員実務研修受講決定通知書の写し)③応募の動機を200字程度に記入したもの(様式自由)を〒135-8383区役所介護保険課調査係(3階7番)へ郵送または持参 ☎3647-9497

## 都営シルバーピア(江東区割当)の入居者募集

**[都営シルバーピア(江東区割当)]**あき家(65歳以上単身者向2戸)**[申込用紙配布期間]** 9/1(月)～9(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**[締切]** 9/12(金)必着**[申]** 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

## 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**[人]** 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、児童通学案内業務など**[仕事の依頼も随時募集中]** 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

## 東京港中防内・外道路建設の環境影響評価計画書縦覧と意見提出

### 1. 環境影響評価調査計画書の縦覧・閲覧

**[時]** 8/21(木)～9/1(月)9:30～16:30(各場所の休業日等を除く)**[場]** 温暖化対策課(区役所隣防災センター6階3番)、こうとう情報ステーション(区役所2階)、豊洲出張所、豊洲図書館、東京都環境局環境都市づくり課(都庁第二本庁舎16階)**[問]** 温暖化対策課環境調整係 ☎3647-6124

### 2. 意見書の提出

**[提出期間]** 8/21(木)～9/9(火)※消印有効**[提出方法]** 事業名、住所、氏名および環境保全の見地からの意見を記載し、〒163-8001新宿区西新宿2-8-1東京都環境局環境都市づくり課へ郵送または持参 ☎5388-3440

## 平成26年度特別区民税・都民税(普通徴収)第2期納期限9/1(月)

平成26年度の特別区民税・都民税(普通徴収)第2期分の納期限は9/1(月)です。お近くのコンビニエンスストア・金融機関・郵便局・納税課(区役所5階7番)・各出張所で期限までに納めてください。納付書をなくされた方は、納税課または各出張所で納めてください。従来からのコンビニエンスストアや窓口納付に加え、金融機関のATM、携帯電話やパソコンからのクレジットカード、インターネットバンキングによる納付も可能です。ペイジーマークおよび納付番号や確認番号が印字された納付書をご使用ください。また、口座振替(自動払込)もこれまで通り受け付けていますので、ぜひご利用ください。詳しくは、納税通知書に同封しました納付方法のチラシまたは区ホームページでご確認ください**[問]** 納税課収納推進係 ☎3647-2063**[納付の相談を]** 納付方法などの相談は随時行っていますので、お早めに下記までご連絡ください**[問]** 納税課徴収係 ☎3647-4153



## 区税徴収嘱託員は 休日・夜間も訪問

区税徴収嘱託員は、納付期限の過

ぎた住民税の収納と納期内の自主納付を推奨するため、平日の昼間に加え、土・日曜や祝日、夜間(20:00まで)も戸別訪問を行っています。嘱託員は、名札着用のほか「江東区区税徴収嘱託員証」を常に携帯しています。不審に思われた際は、身分証明書の提示をお求めください。なお、納付から収納を確認できるまで2週間程かかるため、行き違いで訪問することがあります**[問]** 納税課収納推進係 ☎3647-2063

## 児童手当・児童育成手当 現況届の提出を忘れずに

児童手当・児童育成手当を受給している方が、6月以降も引き続き受給するには現況届の提出が必要です。受給されている方には6月に現況届をお送りしていますので、提出してください。児童手当は所得制限限度額を超えている方にも特例給付(児童1人あたり一律5,000円)の支給があります**[問]** 子育て支援課給付係 ☎3647-4754

## 高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画推進会議 傍聴できます

**[時]** 9/5(金)13:30～**[場]** 江東区文化センター6階第1～3会議室(東陽4-11-3)**[人]** 10人(区民の方を優先し抽選)**[申]** 当日13:00までに直接会場へ**[問]** 福祉課施設整備支援係 ☎3647-4331、介護保険課庶務係 ☎3647-9481

## 都市景観審議会 傍聴できます

区では、水辺を生かし、みどり豊かな潤いのある景観づくりを進めています。第41回審議会の傍聴希望の方は、お問い合わせください。審議予定案件等、詳細は都市計画課(区役所5階21番)窓口にて提示しています**[時]** 9/16(火)14:00～**[場]** 区役所7階第71・72会議室**[人]** 10人(抽選)**[申]** 当日13:15までに都市計画課窓口へ**[問]** 都市計画課都市計画担当 ☎3647-9439

## 地域包括支援センター 運営協議会等 傍聴できます

**[時]** 9/2(火)13:30～**[場]** 区役所7階第72・73会議室**[人]** 10人(区民の方を優先し抽選)**[内]** 江東区地域包括支援センター運営協議会・地域密着型サービス運営委員会**[申]** 当日13:00までに直接会場へ**[問]** 福祉課指導担当 ☎3647-4961

## 司法書士による 無料法律相談会(9月)

**[時]** 9/3(水)・17(水)※いずれも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**[場]** 区役所7階第74会議室**[人]** 30人程度(先着順)**[費]** 無料**[内]** 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**[申]** 当日直接会場へ**[問]** 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**[問]** 区民課年金係 ☎3647-1131

場所	日程・内容
区役所2階 区民ホール	9/2(火)・16(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	<b>[受付時間]</b> 平日 8:30～17:15 9/13(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。
街角の年金相談センター江東(オフィス) (亀戸2-22-17 日本生命亀戸ビル5階) ☎5628-3681	<b>[予約受付時間]</b> 平日 9:00～16:00 ※事前に電話予約が必要です。予約等は街角の年金相談センター江東(オフィス)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)

**[時]** 火曜14:00～16:00**[場]** 高齢者総合福祉センター(東陽6-2-17)**[費]** 無料**[内]** 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**[申]** 電話またはファクスで「あんしん江東」 ☎3647-1710、FAX5683-1570

## 講座・催しもの

### 深川東京モダン館 ふかにこカフェ

「食、絵、歌」のプロが集結し「見て、触って、歌って、感じて、味わう」という新しいタイプの体験型紙芝居をします。保護者には1ドリンク、お子さんにはすてきなお菓子のプレゼントあり**[時]** 9/7(日)11:00～・14:30～(2回公演)**[場]** 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15)**[人]** 0歳～小学生までのこども各回20人(申込順)※お子さんだけの入場はできませんので保護者同伴でお越しください。**[費]** おとな1,000円、こども500円**[申]** 8/26(火)から電話で深川東京モダン館 ☎5639-1776 **[HP]** <http://www.fukagawatokyo.com/>

### エコドライブチャレンジ講習会(9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CO<sub>2</sub>削減を実現しましょう**[時]** 9/9(火)・11(木)・14(日)9:15～12:45※いずれか1日**[場]** 中央自動車学校(塩浜2-8-4)※車での来場不可**[人]** 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)**[費]** 無料**[内]** 座学と路上技能教習**[持ち物]** 普通自動車運転免許証**[締切]** 8/29(金)必着**[申]** 電話またははがき、ファクス、メールに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 ☎3647-6124、FAX5617-5737 **[E]** 380201@city.koto.lg.jp※区ホームページからも申し込みます

### こどもサイエンス教室(後期)

楽しみながら理科の不思議な世界に触れてみませんか**[時]** 10/11、11/1・8・29、12/13(土曜全5回)9:30～12:00**[場]** 亀高小学校(北砂5-20-16)**[人]** 区内在住の小学4～6年生24人(抽選)**[費]** 無料**[内]** 結晶作り、電気クラゲ作り、カルメ焼き作り等**[締切]** 9/16(火)消印有効**[申]** 往復はがきに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤電話番号⑥学校名⑦学年⑧保護者名を記入し、〒135-8383区役所学校支援課学校支援係 ☎3647-8597



## 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	
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	江東区医師会館内(東陽5-31-18) ☎5606-0502
	江東区薬剤師会 城東調剤薬局	総合区民センター南側(大島4-4-3) ☎3681-4388
平日夜間こども急病診療	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	
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

休日歯科急病診療	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。		
期日	医療機関名	所在地	電話
9/7(日)	西尾歯科クリニック	千田6-14	3649-6474
	ハッ繁歯科医院	北砂5-14-13 神崎ビル1階	3648-4881
9/14(日)	中村歯科医院	千田20-16 米倉ビル1階	5677-4618
	進藤歯科医院	北砂5-18-6	3644-9209
9/15(月・祝)	カナメデンタルクリニック	千石1-5-15	3644-5351
	あべ歯科医院	北砂5-20-7-104	5632-1482
9/21(日)	木場歯科医院	東陽3-6-11 糸賀ビル1階	3644-2811
	三友歯科医院	北砂6-11-11	5606-4633
9/23(火・祝)	清澄歯科クリニック	清澄3-6-16 サントピアマンション1階	5621-2521
	正木歯科医院	北砂7-1-25 エスタプロマサキビル1階	3640-0118
9/28(日)	わたなべ歯科クリニック	三好1-1-2 渡辺ビル1階	3642-1182
	笠井デンタルクリニック	東砂2-3-5 ウィスタリアガーデン1階	5690-5881

☆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

1964年東京オリンピック・パラリンピック50周年記念

# 聞かせて! あなたの オリンピック・パラリンピック

## 7/24 スポーツ会館で 第1回を開催

**みなさんのアイデアをお聞きしました**

7/24にスポーツ会館で1回目のイベントを開催しました。241人の方々にさまざまなアイデアをお聞きしました。皆さんの声は今後の参考にさせていただきます。素晴らしいアイデアをありがとうございました。

### 第2回を9/4(木)、 第3回を9/9(火)に開催

オリンピック・パラリンピック開催に向け、皆様のご提案やアイデアをお聞きするイベントです。たくさんの方の参加をお待ちしています **時** 場 下表のとおり **入** どなたでも※保育なし **費** 無料 **申** 当日直接会場へ **問** 企画課東京2020オリンピック・パラリンピック開催準備担当 ☎3647-9167

日程	場所	時間	持ち物
9/4(木)	深川スポーツセンター 大体育室 (越中島1-2-18)	受付開始 18:30 受付終了 19:30	上履き・スリッパ等
9/9(火)	亀戸スポーツセンター 大体育室 (亀戸8-22-1)	※上記時間内にお越しください	※必ずお持ちください

※当日は、区長はじめ区幹部職員、区議会議員がお話しをおうかがいします。  
※お車でのご来場はご遠慮ください。  
※第4回は10/24(金)夜間に、有明スポーツセンターで開催します(詳細は区報・区ホームページでお知らせします)。



▲区長も真剣にアイデアを聞いています



▲オリンピック・パラリンピックの写真や区  
のまちづくりのパネルを展示しています



▲受付順にグループに分かれてアイデアをお聞きしています



▲夢の木に私の夢を貼るぞ～

さまざまな  
アイデアが  
寄せられました



## 2020年オリンピック・パラリンピックに向けて、まちづくり基本計画アウトラインを策定



2020年に開催される東京オリンピック・パラリンピックでは、区内に多くの競技場が設置されます。区は、開催後も持続的に発展していくため、「江東湾岸エリアにおけるオリンピック・パラリンピックまちづくり基本計画アウトライン」を策定しました。

**3つのゾーンを設定**  
本アウトラインでは、競技場が数多く配置される江東湾岸エリアについて、「国際居住・観光ゾーン」、「スマートな環境エネルギーゾーン」、「オアシスゾーン」の3つのゾーンを設定しました。オリンピック・パラリンピックのレガシー(遺産)を活かしたまちづくりを推進します。**8つの方策を東京都に提案**

本アウトラインにおけるオリンピック・パラリンピック施設設計に反映すべき8つの方策を東京都に提案しました。具体的には、都市型ロープウェイの導入、競技場の木構造採用、水上バスステーションや水陸両用バス用スロープの整備などです。今後、レガシーを活かしたまちづくりの効果を更に区内全域に広げていくための取り組みなどを検討します。アウトラインの詳細は、区ホームページをご覧ください。お問い合わせ ☎3647-9714

### 田中光監修 9/20(土)

## こども体操塾スペシャル

有明スポーツセンターで  
オリンピックたちに体操を習おう

アトランタ五輪体操競技日本代表の田中光流通経済大学教授が監修する体操塾を開催します。コーディネーション向上プログラム「リズム体操」やマット・鉄棒などの運動を指導します。1985年世界選手権モントリオール大会鉄棒銅メダルの渡邊光昭さんと、アトランタオリンピック体操日本代表の内山隆さんがスペシャルゲストとして参加します **時** 9/20(土) 13:00～15:00(正午から受付) **場** 有明スポーツセンター **入** [3～4歳クラス]親子20組(抽選) [5～6歳クラス(未就学児)]20人(抽選) [小学1～3年クラス]20人(抽選) ※いずれのクラスも保護者2人まで同伴可 **費** 1,000円(当日受付で徴収) **持** 室内履き、運動のできる服装(参加される保護者の方も) **締** 9/7(日)必着 **申** 往復はがきに、クラス名、住所、電話番号、名前(ふりがな)、生年月日、保護者の名前を記入し、〒135-0063有明2-3-5有明スポーツセンターへ ☎3528-0191



▲渡邊光昭さん ▲内山 隆さん

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

TOKYO 2020 オリンピック・パラリンピックを成功させよう!

凡例 時日時 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