

講座・催しもの つづき

ITパークこうとう「パソコン教室」

時 3月分※詳細はK-NETホームページ参照 (HP) http://www.k-net.koto.tokyo.jp/k_net/it_park/ ※全ての講座とITなんでも相談およびパソコン開放日は予約制

場 ITパークこうとう(亀戸2-19-1カメラプラザ9階) 区中小企業事業者・従業員の方(余裕があれば区民の方も可)各回12人 無料(テキスト代は実費) 区中小企業事業者・従業員の方 2/17(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)]2/24(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 区 ITパークこうとう(火・金曜午前休館、日・月・木曜、祝日休館) ☎ 5626-0025・FAX3636-2641 [e] admin@k-net.koto.tokyo.jp

モダン館 講座・圓橋の会・モダン講談会・ふかにこカフェ

1.おきがる講座 Salon de ふかがわ
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 2/27(金)14:00~15:30 区 30人(先着順) 費 500円(ドリンク代込み) 内 海辺橋の見た歴史 申 当日直接会場へ

2.圓橋の会
時 2/28(土)15:00~(開場14:30) 区 10人(申込順) 費 予約2,500円、当日2,800円 内 アウトヒーローの魅力 圓朝作「安中草三郎」[出演]三遊亭圓橋・橋也 申 2/15(日)から電話で深川東京モダン館

3.モダン講談会
時 3/7(土)14:30~(開場14:00) 区 60人(申込順) 費 予約2,500円、当日2,800円 内 江戸特集[出演]神田紫・神田陽子ほか 申 2/15(日)から電話で深川東京モダン館

4.ふかにこカフェ
時 3/8(日)11:00~・14:30~(2回公演) 区 各回子どもと保護者20組(申込順)※子どもだけの入場はできません。保護者同伴(何人でも可)でお越しください 費 大人1,000円、子ども(小学生以下)500円 内 「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。大人には1ドリンク、お子さんには素敵なおかしのプレゼントあり 申 2/15(日)から電話で深川東京モダン館 ※いずれも 場 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) ☎5639-1776 [HP] <http://www.fukagawatokyoo.com/>

児童会館 陶芸教室、天体観望会、ベビーマッサージ

1.陶芸教室「ランチプレートを作ろう!」
時 ①2/28(土)・②3/14(土)13:30~15:30 区 区内在住の5歳~小・中学生各回12人とその保護者(結果は当選者におよび2/21(土)連絡)※小学4年生以上は児童のみで参加可[持ち物]エプロン・ハンカチ 師 蒲田里奈

2.天体観望会「冬の夜空を明るく照

らす、月を見よう!」

時 2/28(土)19:00~20:00 区 どなたでも60人(抽選、結果は当選者におよび2/22(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 師 有賀真由美、山内康晃※雨天・曇天の場合は、2階ホールで星空解説

3.ベビーマッサージ

時 3/8(日)①10:00~10:40②11:00~11:40 区 区内在住で歩き始める前までの0歳のお子さんと母親各回12組(抽選、結果は当選者におよび2/24(火)連絡)お父さんもご一緒に! [持ち物]バスタオル・飲み物 師 土手浩恵 ※いずれも 場 児童会館(住吉1-9-8) 費 無料 区 児童会館に電話または窓口で ☎3633-6911

はじめての羊毛フェルト講座「もこもこアートフレームづくり」

木製のフレームの中にふわふわの羊毛フェルトをデザインして、春らしいアートフレームを作ります 時 2/26(木)10:30~12:00 場 えこっくる江東(潮見1-29-7) 区 16歳以上の方22人(申込順※乳幼児の同伴不可) 費 500円 師 中安敬子(NPO法人マザーツリー自然学校) 申 2/15(日)から電話でえこっくる江東 ☎3644-7130

集まれ新1年生~プレ体操教室~

小学校の体育の授業の予習、保護者の方への簡単なアドバイス等を実施します 時 3/1・15・29(日曜全3回)14:00~15:00 場 亀戸スポーツセンター(亀戸8-22-1) 区 4月からの新小学1年生25人(申込順) 費 1,830円 区 小学1年生の指導要領を参考に、投げる・飛ぶ・走るといった基本的な体操を実施。保護者には練習のポイントのアドバイス等を実施 申 2/15(日)14:00から電話で亀戸スポーツセンター ☎5609-9571

親子かけっこ塾~目指せ1等賞~

今よりもっと速く走りた子、集合!「かけっこマイスター」が速く走れるコツを教えます 時 3/8(日)10:00~12:00 場 東砂スポーツセンター2階大体育室 区 小学1~3年生のお子さんと保護者(1人)25組(区内在住・在学者を優先し、抽選※お子さんの複数参加可能) 費 無料 師 三宅修司(為末大学ランニング部) 区 2/25(水)必着 申 往復はがきに①かけっこ塾②住所③お子さん、保護者の氏名(ふりがな)④学校、学年⑤電話番号を記入し、〒136-0074東砂4-24-1東砂スポーツセンターへ ☎5606-3171



児童の発達支援セミナー

時 2/28(土)14:00~15:30 場 障害者福祉センター3階会議室(扇橋3-7-2) 区 区内在住の発達に支援を必要とする小学生・中学生の保護者、発達障害等に関心のある方30人程度(申込順) 費 無料 区 発達に支援が必要な児童(小学生・中学生)の就学・進学に向けての対応 師 阿子島茂美(十文字学園女子大学教授) 区 2/25(水)必着 申 2/15(日)から障害者福祉センターに電話、ファクスまたは窓口で ☎3699-0316、FAX3647-4918

ボランティア入門講座~2020東京パラリンピックに向けて~

パラリンピック時のボランティア活動を基本に、パラリンピックメダリストを講師に迎え講座を開催しま

中小企業IT化支援「ITパークこうとう」・「K-NET」終了

区では、区内中小企業の情報化支援のため「ITパークこうとう」でパソコン教室等の実施や、中小企業向けホームページ「K-NET」を運営していますが、利用者の減少やサイト閲覧者数の減少のため、それぞれ次の

日程で終了します。ご理解の程お願いいたします [パソコン教室]3/13(金) [ITなんでも相談]3/14(土) [K-NET]3/28(土) 区 経済課産業振興係 ☎3647-2332

す 時 2/24(火)13:30~16:00 場 高齢者総合福祉センター3階研修室(東陽6-2-17) 区 区内在住でボランティア活動に関心のある方20人(申込順) 費 無料 区 パラリンピックと区民との関わり、区民として私たちにできるおもてなし 区 2/23(月) 申 2/16(月)から江東ボランティア・センターへ電話または窓口で ☎3645-4087

保健

呼吸体操教室(2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 2/26(木)14:00~16:00(受付13:30~) 場 健康センター(保健所)4階会議室(東陽2-1-1) 区 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 区 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 区 保健所健康推進課公保係 ☎3647-9564

39(サンキュー)歳までの無料健診(生活習慣病予防健診3月分)

時 場 下表のとおり 区 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年以内に受診した方はご遠慮ください 費 無料 区 胸部X線・血液・尿検査・腹囲測定等 区 2/20(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郵送または持参(重複申し込み不可)※電子申請もできます [HP] <https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/> 区 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	3/10(火) 9:00~	3/27(金) 13:30~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	3/4(水) 13:10~	3/17(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	3/6(金) 13:10~	3/20(金) 13:30~
城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006	3/6(金) 13:10~	3/20(金) 13:00~

休館・休止

深川江戸資料館 ☎3630-8625
2/23(月)~25(水)を休館。保守点検のため
有明スポーツセンター ☎3528-0191
3/1(日)大体育室の午前・午後バドミントン、多目的室の午前・午後卓球一般公開を中止。ダンススポーツ大会開催のため

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」「夫が忙しくて話ができない」。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。子育て中の方のお話を、研修を受けた先輩ボランティアが、電話で優しく受けとめてお聴きします 時 2/16(月)~21(土)の13:00~16:00 区 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 区 こうとう親子センター事務局 ☎ FAX3634-4085

シニア初・中級硬式テニス講習会

時 3/7~28の土曜(全4回) [Aコース]14:00~15:30 [Bコース]15:30~17:00 場 豊住庭球場(東陽6-1-13) 師 日本プロテニス協会会員等 区 区内在住または在勤の50歳以上(昭和40年以前生まれ)の方、各コース16人(抽選) 費 5,000円 区 2/20(金)必着 申 往復はがきに住所・氏名・生年月日・電話番号・希望コース・ラケット貸与の希望有無を記入し、〒135-0046牡丹1-12-12南光ビル1階テニスショップボールボーイ内江東区テニス連盟事務局(石割)へ ☎3820-7072 [HP] <http://www.kototennis.com/>

区民啓発講座 お薬とあなたの健康

時 2/21(土)14:30~16:30 場 カメラプラザ9階ビジネスホール(亀戸2-19-1) 区 どなたでも60人(先着順) 費 無料 区 お薬の飲み合わせ、ジェネリック医薬品、健康食品について、街の科学者・薬剤師さんが分かりやすく解説 師 松田祐一(江東区薬剤師会副会長) 申 当日直接会場へ 区 城東肝友会 濱田弘 ☎090-9715-4211

みんなのひろば

八ヶ岳、北・南アルプスを 目指しましょう

時 第2土曜、第4日曜 場 関東近郊 区 足に自信があり、積極的で、山や自然に興味のある方 費 年会費5,000円、保険代5,000円(交通費等は別途実費負担) 区 地図を読み、コンパスを使う山登りです。ことこみゅネットにも掲載中 区 稜線漫歩の会 藤原正博 ☎3638-5488
マレットゴルフ会員募集 簡単なスポーツで誰でも楽しめます 時 木・日曜9:30~12:30、火曜12:30~15:30 場 辰巳の森海浜公園(辰巳2-1-35) 費 月会費200円 区 スポーツが好きな方、簡単に楽しめます。初心者、見学者歓迎、年齢制限なし、試し打ちあり 区 東京マレットゴルフ砂町イーグル 平野恒彦 ☎5606-4560

「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・区までお問い合わせください。