

## 講座・催しもの つづき

## あなたの体力年齢を測定

## 区民体力テスト

時 6/21(日) 13:30~15:30 場 スポーツ会館大体育室(北砂1-2-9) 人 20~79歳の区内在住・在勤の方[種目](共通)握力・上体起こし・長座体前屈(64歳以下)・反復横とび・急歩・立ち幅とび(65歳以上)・開眼片足立ち・障害物歩行・6分間歩行※全種目終了後に指導員が結果を判定 費 無料[持ち物]室内用シューズ 申 当日直接会場へ 開 スポーツ会館 3649-1701

## 障害者水泳教室

時 6/21(日) 9:30~11:00 場 スポーツ会館プール(北砂1-2-9) 人 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25人(申込順) 費 無料 内 受講者のレベルに合わせた指導 申 6/5(金)から窓口にある申込用紙に必要事項を記入し、スポーツ会館にファックスまたは窓口でFAX3649-3123、3649-1701

## 少年少女ヨット教室(入門コース)

時 6/27(土)・28(日) 10:00~15:00(全2回・昼食持参)雨天決行 場 越中島プール(越中島1-3-23) 人 区内在住の小学3年生~中学生男女40人(抽選) 費 無料[主管]江東区ヨット連盟 6/12(金)必着 申 往復はがき(1枚)に①講座名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(承諾印を押印)を記入し、〒136-0073北砂1-2-9スポーツ会館へ3649-1701

## ソフトテニス教室

時 7/1~9/9の水曜(8/12を除く全10回) 19:30~21:00 場 亀戸スポーツセンター大体育室 人 区内在住・在勤・在学の18歳以上の方30人(抽選) 費 5,600円 内 受講者のレベルに合わせた指導 6/12(金)必着 申 往復はがきに①教室名②氏名③住所④年齢⑤性別⑥電話番号を記入し、〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターへ郵送または窓口で5609-9571、FAX5609-9574

## カヌー安全講習会

時 6/20(土) 13:00~16:00 集 亀戸スポーツセンター1階ロビー 人 区内在住・在勤・在学(中学生を除く)の15歳以上の方5人(抽選※当選者のみ通知) 費 3,850円(保険代含む)[持ち物]着替え一式、飲物、日よけ帽子、筆記具、当選ハガキ 申 カヌーの一般公開参加に必要な安全講習会。1時間の「講義」と旧中川での「実地講習」師(株)オーエンス指導員2人 6/10(水)必着 申 はがきに①カヌー安全講習会②氏名③住所※在勤(在学)の場合、会社名(学校名)と住所④生年月日⑤電話番号を記入し、〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターへ3609-9571

## 着衣泳講習会

着衣のまま水中にいると、いかに動きにくいかを体験し、衣服などをを使った救助法を学びます 時 6/21(日) 14:30~16:30 場 亀戸スポーツセンター屋内プール(亀戸8-22-1) 人 小学生以上50人(申込順)※小学3年生以下は保護者同伴、小学4~6年生は2人以上1組で参加 費 無料 師 江東区水泳連盟 申 6/7(日) 10:00から亀戸スポーツセンターに電話または窓口で3609-9571

## ビーチボール大会

ビーチボールは、1チーム4人で行うスポーツで、ルールはバレーボールに似ています。ビーチボールを使

用するので、誰でも気軽に安全に楽しめます 時 6/27(土) 13:00~17:00 場 東砂スポーツセンター大体育室(東砂4-24-1) 人 1チーム4人で、小学生リーグ、大人リーグあわせて20チーム(申込順)※大人リーグは中学生以上の男女混合、女性2人以上でチーム編成 費 1チームにつき小学生510円、大人1,020円 6/21(日)※定員になりしだい終了 申 6/5(金)9:00から備え付けの申込書に記入し、参加費を添えて東砂スポーツセンター窓口で3606-3171

## 短期こども水泳教室

時 7/15(水)・16(木)・17(金)・21(火)・22(水)(全5回)①16:00~17:00②17:00~18:00 場 東砂スポーツセンター 人 泳げる距離が25m未満の小学生、各コース30人(区内在住・在学者を優先し、抽選) 費 2,800円 6/14(日)必着 申 往復はがきに①教室名・コース名②氏名(ふりがな)③年齢・性別④学年⑤郵便番号・住所⑥電話番号⑦保護者氏名を記入し、〒136-0074東砂4-24-1東砂スポーツセンターへ郵送または窓口(はがき持参)で3606-3171



## 深川北スポーツセンター

## 深北プールフェスタ2015

1. 親子水泳体験会(未就学児)  
時 6/21(日) 11:45~12:45 人 区内在住・在学・在勤の方25組(申込順)※未就学児1人につき保護者1人 内 水慣れ、簡単な泳ぎなど

2. 着衣泳体験会  
時 6/21(日) 16:00~17:00 人 区内在住・在学・在勤の方50人(申込順)※未就学児・小学3年生以下は保護者同伴。小学4~6年生は2人以上で申込 内 身近な道具で体を浮かせる方法、簡単な着衣泳の指導

※いずれも 場 深川北スポーツセンター(平野3-2-20) 費 1人は大人400円、中学生以下・シニア150円(入場券代)

ロッカ一代20円(10円は返却)※入場券(2時間)は体験会の時間が入るようご購入ください。2人は入場無料(ロッカ一代のみ)[持ち物]水着、水泳帽子、バスタオル、※2は洗濯済の衣類、汚れていない靴、空のペットボトル(1.5㍑または2㍑)等も 申 6/5(金)9:00から深川北スポーツセンターに電話または窓口で3820-8730

## 健康センタートレーニング

## ルーム利用会員募集(7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 7/3(金)・11(土)・17(金)・25(土)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 人 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、運動カウンセリング 申 6/5(金)9:00から健康センターに電話または窓口で3647-5402

## 芭蕉記念館 夏季文学講習会

時 7/10~8/7の金曜(全5回) 18:30~20:00 場 芭蕉記念館1階会議室(常盤1-6-3) 人 区内在住・在勤の方38人(抽選) 費 3,000円(テキスト代別途) 内 「おくのほそ道」を終点から読んでたどることで、新たな発見や意味を探る 師 塚越義幸(國學院大學栃木短期大学教授) 6/24

(水) 申 電話、窓口またはファックスに①講座名②氏名・ふりがな③郵便番号・住所④電話・ファックス番号を記入し、芭蕉記念館へFAX3634-0986、3631-1448

## 芭蕉記念館俳句会

時 7/22(水) 13:30~ 場 芭蕉記念館2階研修室(常盤1-6-3) 集 13:15 人 区内在住・在勤の方20人(申込順) 費 無料。句報希望の方は82円切手貼付・宛名明記の封筒を持参 内 夏季雜詠3句 6/21(火)※定員になりしだい終了 申 6/10(水)から芭蕉記念館に電話または窓口で3631-1448

## 第2土曜はジュニア俳句教室

時 7/11(土) 9:30~11:30 場 芭蕉記念館2階研修室(常盤1-6-3) 集 9:20 人 区内在住の小学生20人(申込順) 費 無料[持ち物]筆記用具 7/4(土)※定員になりしだい終了 申 6/10(水)から芭蕉記念館に電話または窓口で3631-1448

## + 保 健

## 難病医療相談室

時 6/19(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家族(申込順) 費 無料 内 専門医を中心とした医療相談 6/16(火)※定員になりしだい終了 申 電話またはファックスで江東区医師会事務局 3649-1411、FAX3649-1631

## 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

## 証明書自動交付機

3647-3164(区民課証明係)

6/7(日) 17:00~終日、区内全域の利用を休止。税証明の発行年度切り替えのため

## 江東区スポーツネットサービス

3647-5402(健康スポーツ公社)

6/15(月)・16(火)の終日、スポーツ施設の利用申請や空き状況案内等、すべてのサービスを休止。システムメンテナンスおよび機器更新のため

## スポーツ会館

3649-1701

6/21(日)午後、大体育室の一般公開(ビーチボール・バドミントン)を中止。区民体力テスト開催のため

6/21(日)・27(土) 9:30~11:45、プールの一般公開を中止。障害者水泳教室およびスポーツ塾開催のため

## 深川北スポーツセンター

3820-8730

6/21(日)全日、体育室の一般公開(卓球・バドミントン)を休止。大会開催のため。

6/21(日) 16:00~23(火)全日プールの一般公開を休止。着衣泳体験会および換水のため

## 亀戸スポーツセンター

5609-9571

6/21(日) 13:45~6/23(火)全日、プールの一般公開を中止。着衣泳講習会およびプール換水のため

## 東大島図書館

3681-4646

6/23(火)~25(木)を休館。図書の特別整理のため

## 官 公 署

## 6月は浸水対策強化月間

6/1(月)~30(火)は、「浸水対策強化月間」です。下水道局では、雨季前の施設総点検を実施しています。降雨情報は、ホームページ「東京アメッシュ」をご覧ください。下水道局東部第一下水道事務所管路施設 3645-9263 HP <http://www.gesui.metro.tokyo.jp/>

## 東京海洋大学公開講座

船舶・海洋機械システムの基盤となる分野を担当している教授による研究の最前線をお伝えする講座です 時 7/6(月)~10(金) 18:30~20:00、7/11(土) 9:30~15:45(全6回) 場 東京海洋大学越中島キャンパス(越中島2-1-6) 人 高校生以上の方40人(抽選) 費 7,500円(傷害保険料300円を含む)※高校生は3,900円 内 超電導磁石、海洋微生物燃料電池など※最終日は「練習船汐路丸」に乗船予定 6/19(金)必着 申 はがき、ファックス、メールに①公開講座申込②氏名(ふりがな)③年齢④住所⑤電話番号・ファックス番号を記入し、〒108-8477港区港南4-5-7東京海洋大学研究協力係へ5463-4197、FAX5463-0359 e [kouza@m.kaiyodai.ac.jp](mailto:kouza@m.kaiyodai.ac.jp)

## 江東商業高校公開講座

## 初級パソコン教室

時 7/4(土)・12(日)・18(土)・25(土)、8/1(土) 9:00~12:00 場 江東商業高等学校 人 都内在住・在勤・在学の成人の方30人(抽選) 費 1,500円 内 パソコン(Windows8)での初心者向け文字入力、画面操作など 6/17(水)消印有効 申 はがきに講座名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入し、〒136-0071亀戸4-50-1江東商業高等学校へ3685-1711

## 若洲海浜公園「親子釣り教室」

時 7/25(土) 8:30~12:30 場 若洲海浜公園釣り施設(若洲3-1-2) 人 中学生以下の親子50組100人(抽選) 費 1組1,500円(教材費) 内 釣り経験の浅い親子層を対象にインストラクターが指導します 師 東京都釣りインストラクター連絡機構 6/25(木)必着 申 往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒136-0083若洲3-1-2若洲海浜公園親子釣り教室係へ3522-3225

## そ の 他

## 江東シティオーケストラ

## 定期演奏会

時 6/7(日) 14:00~(13:30開場) 場 ティアラこうとう大ホール(住吉2-28-36) 人 800人(先着順※未就学児不可) 費 無料 内 エルガー/エニグマ変奏曲、シベリウス/交響曲第2番[出演]井上博文(指揮者) 申 当日直接会場へ 開 江東シティオーケストラ事務局(野澤) 3090-8919-8318 HP <http://kameoke.net/>