

講座・催しもの つづき 江東シーサイドマラソン直前 ★ランニングクリニック

江東シーサイドマラソン招待アスリート西田隆維さんによるランニングクリニックです 時 11/10(火)・17(火) 18:30~20:30※荒天中止 場 夢の島競技場(夢の島1-1-2) 入 16歳以上の健康な方50人(抽選) 費 1,000円 内 大会に向けての練習方法や調整方法、大会当日ランニング方法等 師 西田隆維(カナダエドモントン世界陸上マラソン日本代表)、吉澤永一(パリ世界陸上20km競歩日本代表) 編 11/4(水)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①江東シーサイドマラソン直前★ランニングクリニック②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢⑥電話番号⑦ランニング歴を記入し、〒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



小学生ハンドボール教室

時 11/14・28、12/26(土曜全3回) 10:00~11:45 場 スポーツ会館大体育室(北砂1-2-9) 入 小学1~6年生50人(申込順) 費 無料 申 10/27(火)からスポーツ会館に電話または窓口で☎3649-1701

児童会館 ベビーマッサージ、陶芸教室、天体観望会

1. ベビーマッサージ 時 11/8(日) ①10:00~10:40②11:00~11:40 入 区内在住で歩き始める前の0歳のお子さんと母親各回12組(抽選、結果は当選者にのみ11/1(日)連絡) [持ち物] バスタオル・飲み物 師 土手浩恵

2. 陶芸教室「たたら作り再び! ピッチャー(水差し)を作ろう」 時 11/14(土) 14:00~16:00 入 区内在住の小・中学生12人とその保護者※小学4年生以上は児童のみの参加可(結果は当選者にのみ11/4(水)連絡) [持ち物] エプロン・手ふきタオル 師 蒲田里奈

3. 天体観望会「銀河の王様、アンドロメダ銀河を見よう」 時 11/14(土) 集 19:00に児童会館2階ホール(19:15受付終了) 入 なたでも60人(抽選、結果は当選者にのみ11/5(木)連絡)※小学生以下は保護者の申込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

※いずれも 場 児童会館(住吉1-9-8) 費 無料 編 10/30(金) 申 児童会館に電話または窓口で☎3633-6911

城東ふれあいセンター 健康講座12月開講

時 12月~平成28年2月(各講座全10回、のびのび体操のみ平成28年3月まで全11回) 場 城東ふれあいセンター(北砂4-20-12) 入 区内在住の60歳以上でふれあいセンター登録者の方、各講座60人※のびのび体操のみ30人(8月開講の健康講座同種科目を受講していない方を優先し抽選。未登録の方は健康保険証等を持参して登録手続きをしてください) 費 無料(こつこつ体操のみ850円) 内 筋力アップ体操ソフト(火・金曜)・ハード(木曜)・スーパー(月曜)、ヨガ&ストレッチ(水曜)、中国体操ベーシック(月曜)、らくらく体操(土曜)、こつこつ体操(木曜)、のびのび

体操(土曜)※こつこつ体操とのびのび体操は体力に自信のない方が対象で、他の体操系講座との重複受講不可 申 はがき(1講座につき1枚)を持参し、11/9(月)~11(水)9:30~16:00に城東ふれあいセンター窓口で☎3640-8651

深川東京モダン館 食堂、コドモアソビ

1. 深川モダン食堂 昨年度開催の「モダンな食堂」が、文化財ウィークに復活します。特にご好評いただいた昭和初期のメニューを提供します 時 11/7(土)・8(日) 11:30~15:00 費 1,000円※各日限定20食 内 チキンソテー・オブ・インディアンほか(コーヒーまたは紅茶付)

2. コドモアソビ 時 11/7(土) 14:00~16:00 内 昔懐かしい「ペーゴマ」、折って楽しい「折り紙」 費 無料

※いずれも 場 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) 申 当日直接会場へ☎5639-1776 申 <http://www.fukagawatokyo.com/>

荒川クリーンエイド (河川一斉清掃)

荒川の自然を守り、育てていくための一歩として、今年も荒川クリーンエイドを行います。多くの方々のボランティア参加をお待ちしています。河川一斉清掃は荒川下流域2市9区で行われています 時 10/31(土) 9:30~11:30※雨天中止 集 9:30荒川・砂町水辺公園(東西線鉄橋下) 内 ごみの選別収集※ごみ袋・軍手(大人用)は用意してありますので、帽子・動きやすい服装でご参加ください 申 当日直接会場へ 内 施設保全課庶務係☎3642-5099

中川船番所資料館 水辺のスケッチ

資料館3階の中川番所のジオラマなどを題材に、水彩色鉛筆スケッチに挑戦してみませんか。初めての方でも大丈夫です 時 11/8(日) 9:00~12:00 場 中川船番所資料館(大島9-1-15) 入 15人(申込順) 費 大人700円、小・中学生550円(教材費・観覧料) 申 10/27(火)から中川船番所資料館に電話または窓口で☎3636-9091

こうとう記録映画鑑賞会

東京都広報映画より「東京をひらく」(昭和42年)と「東京1966」(昭和41年)の2本を上映します 時 11/8(日) 14:00~15:00※鑑賞会開催のため13:00~15:00の間、資料閲覧学習室は利用できません 入 20人(先着順) 費 大人200円、小・中学生50円(観覧料) [解説] 久染健夫 申 当日直接会場へ 場 中川船番所資料館(大島9-1-15) ☎3636-9091

東砂福祉プラザまつり 「レインボーフェスタ」

時 10/24(土) 9:30~14:00 場 東砂福祉プラザ(東砂3-30-6) 内 模擬店・イベント・ゲーム・自主生産販売など。ぜひこの機会に施設を見にきて、楽しくお過ごしください。※車での来場不可 内 東砂福祉園☎3646-6634

東砂福祉園

時 10/24(土) 9:30~14:00 場 東砂福祉園(東砂3-30-6) 内 模擬店・イベント・ゲーム・自主生産販売など。ぜひこの機会に施設を見にきて、楽しくお過ごしください。※車での来場不可 内 東砂福祉園☎3646-6634

保健

HIV・梅毒・クラミジア抗体検査・相談(11月分)

時 別表のとおり 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 11/2(月) 11/16(月) | 9:00~10:00 |
| 結果日 11/16(月) 12/7(月) | 10:00~10:30 |

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のご相談ください 時 11/10(火) 13:15~14:00受付 場 健康センター(保健所)4階会議室(東陽2-1-1) 入 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※治療中の方は薬の内容がわかるものを持参 申 当日直接会場へ 内 保健所健康推進課公保係☎3647-9564



官公署

木場公園テニス教室

初心者からプロを目指す小学生~高校生対象のテニス教室を開催します 時 12/5(土) 9:00~15:00(荒天時は12/12(土)に延期) 場 木場公園内テニスコート(6面)(平野4-6-1) 入 初級・中級コース(初心者の小学5年生~中学3年生)、上級コース(プロを目指す小中高生)、各コース20人(申込順)※申込には保護者の同意が必要 費 1人250円(レクリエーション保険料含む) [主催] (公財)東京都公園協会木場公園サービスセンター 師 東京JTTC所属テニスプレーヤーおよびレッスンコーチ 編 11/30(月) 申 10/25(日)から木場公園サービスセンター窓口(受付時間9:00~16:30)で☎5245-1770

墨田工業高校公開講座 自分で壁紙を貼ってみよう

時 11/23(月・祝) 9:30~15:30 場 墨田工業高校実習室 入 高校生以上の方10人(抽選) 費 600円 内 内装職人から家庭で買える道具を使った壁紙の貼り方やクッションフロアの貼り方を学べます 編 10/29(木) 必着 申 往復はがきに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電話番号を記入し、〒135-0004森下5-1-7都立墨田工業高校公開講座担当へ☎3631-4928

辰巳の森ニュースポーツフェスタ

無料でパターゴルフなどニュースポーツ10種目を体験できます 時 10/24(土)・25(日) 10:00~16:00(小雨決行) 場 都立辰巳の森海浜公園(辰巳2-1-35) 入 なたでも 費 無料 申 当日直接会場へ 内 辰巳の森海浜公園管理事務所☎5569-8672

裁判所の調停委員による 無料調停相談会

時 11/7(土) 10:00~15:30 場 すみだ産業会館8階(墨田区江東橋3-9-10) 費 無料 内 土地建物、金銭問題、近隣問題、医療過誤、交通事故、夫婦関係、扶養、相続などのもめごとについて、裁判所の調停委員(弁護士含む)がご相談に応じます 申 当日直接会場へ 内 東京簡易裁判所訟廷管理係☎5819-0267(10:00~16:00)

その他

順天堂東京江東高齢者医療センター 笑って健康講座

時 11/11(水) 13:30~14:30 場 順天堂東京江東高齢者医療センター1階多目的ホール(新砂3-3-20) 入 なたでも 費 無料 内 講演、漫才 師 澤田隆治、堺すすむ、ホームラン 申 当日直接会場へ☎5632-3111

教育講演会 「7か国語で話そう!」

時 場 下表のとおり 費 無料 内 多言語の自然習得を通じて見つけた「人はどのように言葉を獲得しているのか」を講演します [後援] 江東区、江東区教育委員会 保 0歳~(要事前申込、無料) 内 言語交流研究所ヒップファミリークラブ☎0120-557-761(平日9:00~17:30)

| 日時 | 会場 |
|-----------------------|---------------------|
| 11/3(火・祝) 14:00~16:00 | 亀戸文化センター(亀戸2-19-1) |
| 11/15(日) 14:00~16:00 | 同上 |
| 11/4(水) 19:00~21:00 | ティアラこうとう(住吉2-28-36) |
| 11/6(金) 10:30~12:30 | 同上 |

健康ボウリング教室

時 ①10/29~12/10の木曜(11/5を除く)、②10/30~12/4の金曜、③11/10~12/15の火曜、④11/11~12/16の水曜※①~④とも全6回(1回2時間)、午前(10:00~12:00)または午後(14:00~16:00) 場 ラウンドワン南砂店(南砂6-7-15トピレックプラザ4階) 入 初心者の方各コース20人(申込順) 費 2,000円(全6回分のゲーム代・貸靴代・傷害保険料含む) 編 ①は10/28(水)、②は10/29(木)、③は11/9(月)、④は11/10(火)※定員になりしだい終了 申 10/25(日)から電話で(公社)日本ボウリング場協会健康ボウリング教室事務局へ☎070-1262-3704

家事家計講習会

時 11/5(木) 10:00~12:00 場 総合区民センター(大島4-5-1) 入 なたでも35人(申込順) 費 資料代400円(一時保育利用の場合は別途200円) 内 暮らしの中の段取り45(衣食住、家計、時間、こどものこと) [運営団体] 東京第一友の会城東方面 保 1歳以上就学前まで10人(申込時要予約・申込順) 申 10/25(日)から電話またはファクス、メールに①氏名(ふりがな)②住所③電話番号④一時保育を希望の場合はお子さんの氏名(ふりがな)・性別・年齢・アレルギーの有無を記入し、滝川へ☎・FAX 5626-0062(電話は19:00~) [e] tomonokai_joto@yahoo.co.jp

江東区遺族会戦没者追悼式

時 11/6(金) 9:00~16:00 場 靖国神社ほか 集 江東区役所前 入 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) 編 11/2(月) 申 10/21(水)から電話で遺族会役員中村正弘☎3644-3037

みんなのひろば

人形とお話しする不思議な腹話術

時 第3木曜13:00~ 場 北砂地区集会所(北砂4-20-13) 入 腹話術に興味がある方 費 通信費年2,000円および各回300円 内 腹話術の技術を通して仲間作り。保育園、各施設にボランティアあり 内 さろん・ど・下町 船越よし子☎3648-3419

「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てください。

毎週水曜、区役所本庁舎および豊洲特別出張所(豊洲2-2-18豊洲シビックセンター3階)の窓口時間を午後7時まで延長しています。取り扱い業務の詳細については各担当窓口へご確認ください。