

講座・催しもの つづき
消費者講座「子育て世代の生活設計と生命保険」

18歳未満のこどもを持つ子育て世代の生活設計や生命保険の選び方について、わかりやすく解説します
時 1/28(土)14:00~15:30 場 パルシティ江東研修室 入 30人(抽選)
費 無料 師 (公財)生命保険文化センター職員 編 12/25(日)消印有効
申 往復はがき(1人1枚)に講座名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記入し、〒135-0011扇橋3-22-2パルシティ江東2階消費者センターへ ☎5683-0321、FAX5683-0318
北朝鮮による拉致問題パネル展
北朝鮮人権侵害問題啓発週間(12/10~16)に合わせ、江東区関連の特定失踪者のパネル等を展示します 時 12/11(日)~16(金) 場 区役所2階区民ホール 関 人権推進課人権推進担当 ☎3647-1164、FAX3647-9556

児童会館 親子体操・大作戦

1. 親子体操(第3期)
時 水曜クラス:1/11~3/15、木曜クラス:1/12~3/16、金曜クラス:1/13~3/17(各クラス全10回) [いちご組] 10:00~10:45 [みかん組] 11:00~11:45 入 区内在住の2歳以上(1/1現在)の幼児とその保護者各組40組(第1・2期に参加していない方を優先し抽選、結果は12/20(火)発送予定) 内 [いちご組] 2歳~3歳未満のこどもをメインとしたふれあい運動 [みかん組] 3歳以上のこどもをメインとしたチャレンジ運動※2歳以上であればどちらの組でも希望可 編 12/10(土)必着 申 往復はがき(重複申込無効)に①行事名(親子体操)②希望クラス(第2希望まで)③希望組④こどもの氏名(ふりがな)・生年月日・年齢(1/1現在)・性別⑤住所・電話番号⑥保護者名を記入し、〒135-0002住吉1-9-8児童会館へ
2. 大作戦「ちびっこふれあいスポーツTime」
時 12/25(日)①10:00~10:45②11:00~11:45 入 区内在住の3歳以上の幼児とその保護者各回20組(抽選、結果は当選者におのみ12/11(日)連絡) 内 親子で行う簡単なふれあい遊びと運動。お父さんの参加も大歓迎です [持ち物] 運動のできる服装、室内シューズ、水筒、汗拭きタオル 師 加藤正樹 編 12/10(土) 申 児童会館に電話または窓口で ※いずれも 費 無料 場 関 児童会館(住吉1-9-8) ☎3633-6911、FAX3633-6936



健康センタートレーニングルーム
利用会員募集(1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。利用前に運動負荷心電図検査を含む健康度測定を実施し、健康状態にあった適切な運動処方を作成します 時 1/13(金)・14(土)・21(土)・28(土)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 入 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 12/5(月)9:00から健康センターに電話または窓

口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

保 健

精神保健講演会
「知ろう・学ぼう統合失調症」

統合失調症の回復に向けた経過の中で、診断や治療方法について本人や家族が疑問に思うことや、本人を支える家族のサポートについて学びましょう。最近の治療についても専門医がお話します 時 12/19(月)13:30~15:30(受付13:00~) 場 深川保健相談所多目的室(白河3-4-3-301) 入 50人(申込順) 費 無料 師 石山淳一(精神科医師) 申 12/5(月)から電話で深川保健相談所 ☎3641-1181、FAX3641-5557

食育応援講座「野菜・果物をつかったおやつを作ろう！」

いつも苦手な野菜がおいしいおやつに大変身!調理実習を通じて、おやつの食べ方や野菜・果物について知識を深めましょう 時 12/26(月)13:30~15:30 場 深川保健相談所調理実習室 入 区内在住の小学1~3年生16人(抽選)※参加はこどものみですが、必ず保護者の方の送迎をお願いします 費 無料 内 おやつのお話・調理実習 [持ち物] エプロン・三角きん(バンダナでも可)、ハンドタオル 編 12/15(木)必着 申 往復はがきに①講座名②こどもの氏名・学年③郵便番号・住所④電話番号⑤送迎される方の氏名を記入し、〒135-0021白河3-4-3-301深川保健相談所栄養士へ ☎3641-1181、FAX3641-5557

難病医療相談室

時 12/16(金)13:30~15:00 場 江東区医師会館(東陽5-31-18) 入 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 編 12/13(火)※定員になりしだい終了 申 電話またはファ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

深川スポーツセンター

12/10(土)午後および12/11(日)午前・午後のクライミングウォールの一般公開を中止。大会開催のため。12/16(金)午後・夜間、大体育室の一般公開を中止。大会開催のため 関 深川スポーツセンター ☎3820-5881、FAX3820-5884

芭蕉記念館

12/13(火)・14(水)、展示室・図書室を休室。展示替えのため 関 芭蕉記念館 ☎3631-1448、FAX3634-0986

東砂スポーツセンター

12/18(日)全日、大体育室の一般公開を中止。大会開催のため 関 東砂スポーツセンター ☎5606-3171、FAX5606-3176

官 公 署

特別区全国連携プロジェクト
「魅力発信イベント」

特別区は全国の各地域とさまざまな分野で連携を行う「特別区全国連携プロジェクト」を展開しています。特別区長会と北海道町村会などとの協定締結を記念して、魅力発信イベントを開催します 時 12/16(金)~18(日)10:00~18:00 場 まるごと(台東区浅草2-6-7) 内 こだわりおでんサミット、自治体キャラクター等によるPRステージなど [参加団体] 北海道、京都府、青森県の各自治体 [主催] 東京23区(特別区長会) 関 特別区長会事務局 ☎5210-9738(代表)

スイソミル de クリスマス

時 12/11(日)9:30~16:30 内 水素エネルギーについて楽しく学べるクロスワードパズルや、間伐材やコルクなどのリサイクル資源を活用したクリスマスオーナメント作り 申 当日直接会場へ 場 関 東京スイソミル(潮見1-3-2) ☎6666-6761、FAX6666-6762 関 https://www.tokyo-suisomiru.jp/

中小企業のLED等の節電設備の導入費用を助成

都内で製造業を営む中小企業者の方が設置する工場照明のLED化等の節電設備導入費用の一部を助成します [助成率] 2分の1 [助成限度額] 1,500万円※LEDランプの場合は1,000万円※詳細はホームページ(HP <http://www.tokyo-kosha.or.jp/>)をご覧ください [対象となる設備] LEDランプ、デマンド監視装置、進相コンデンサ、インバータ、自家発電設備、蓄電池 編 12/22(木) 関 (公財)東京都中小企業振興公社 設備リース課 ☎3251-7889

その他

認知症カフェ開催

認知症の方や家族が集まって、悩みを専門の相談員に相談したり、介護の情報を得ることができる認知症カフェを開催します。

- 1. e-cafe 東陽
時 12/10(土)14:00~15:30 場 高齢者総合福祉センター3階(東陽6-2-17) 費 無料 内 折り紙教室ほか 関 東陽長寿サポートセンター ☎5665-4547、FAX5606-8863
- 2. 長屋カフェ
時 12/11(日)14:00~16:00 場 江東区文化センター3階第1研修室(東陽4-11-3) 費 無料(飲食実費200円) 内 ミニ講話ほか 関 NPO法人深川長屋 ☎090-4954-9744、FAX3643-4177
- 3. ふくろうカフェ
時 12/13(火)11:00~15:00 場 AkoCafe(亀戸4-25-1) 費 無料(飲食代実費) 内 歌声喫茶ほか 関 亀戸長寿サポートセンター ☎5627-2525、FAX5609-7011
- 4. アロマカフェ
時 12/13(火)14:00~16:00 場 千田福祉会館1階洋室(千田21-18) 費 無料(飲食実費100円~) 内 認知症の方へのおむつの選び方ほか 関 ライフフレッシュ・ケア江東 ☎5677-5075、FAX3699-0828
- 5. ラウレア
時 12/14(水)11:00~16:00 費 無

料(飲食実費) 内 歌声喫茶ほか 場 関 ブルーオーシャンカフェ(住吉2-2-4) ☎6659-6537、FAX6659-9803、HP <http://blueoceancafe.tokyo> ※いずれも 申 当日直接会場へ

順天堂東京江東高齢者医療センター 区民健康講座

時 12/17(土)13:30~14:30 入 150人(先着順) 費 無料 内 糖尿病性腎症について 師 荻原晋二(腎・高血圧内科) 申 当日直接会場へ 場 関 順天堂東京江東高齢者医療センター(新砂3-3-20) ☎5632-3111

江東病院 江東健康フォーラム

時 12/17(土)13:30~(13:15開場) 場 江東病院本館2階北側待合室(大島6-8-5) 入 50人(先着順) 費 無料 内 子宮がん検診の現状 師 佐藤隆之(婦人科副部長) 申 当日直接会場へ 関 江東病院医療連携室 ☎3685-2253、FAX3685-2766

「深川七福神と史跡めぐり」
講師解説「朱印集め」も可能

時 1/3(火)※小雨、小雪決行 集 8:50富岡八幡宮本殿前(解散は深川神明宮) 入 区内在住・在勤の方100人(申込順) 費 1人1,000円(七福神手拭い・甘酒・福引おみやげ付き) 編 12/20(火)必着※定員になりしだい終了 申 12/5(月)から往復はがきに①代表者氏名②住所③電話番号④参加人数を記入し、〒136-0073北砂5-20-3-812江東区レクリエーション協会 野田悦子へ ☎3646-3369

子育て講演会「岡田監督が子育ての明日を語る」

元サッカー日本代表監督の岡田武史さんご自身の経験を踏まえた、子育てについての講演会です 時 1/28(土)10:00~12:00 場 しのめYMCA 子ども園(東雲1-9-46) 入 250人(申込順) 費 無料 申 12/5(月)からファクスまたはメールに①講演名「子育て講演会」②名前(ふりがな)③住所④電話⑤ファクス番号⑥メールアドレスを記入し、東京YMCAへ ☎3615-5568、FAX3615-5578 e kaiin@tokyoyymca.org

創業支援セミナー

昨年度26,465企業の創業融資を実施した、日本政策金融公庫が開催する無料の創業支援セミナーです。創業支援の専門家による、わかりやすい事例を交えた講義です。創業の夢をかなえる第一歩として、事業計画の立て方から各種経営上の知識、資金調達等を学んでください 時 1/14・21・28・2/11(土曜全4回)13:15~16:30(予定) 場 産業会館(東陽4-5-18) 入 創業をお考えの方、創業直後の方30人(申込順) 費 無料 内 経営全般、販路開拓、財務、事業計画書の作成等※日本政策金融公庫の担当者による資金相談も実施 [後援] 江東区、東京商工会議所江東支部 申 12/5(月)から電話で日本政策金融公庫江東支店(宮崎・前田) ☎3631-8175

小学生バドミントンシングルス大会

時 2/26(日)8:45~受付 場 深川北スポーツセンター(平野3-2-20) 入 区内在住・在学の小学生 費 1人1,000円 [種目] 男女別3年・4年・5年・6年生の部(1・2年生は3年生の部に参加)※各自でスポーツ保険等に加入してください 内 試合はリーグ戦・決勝トーナメントで行い、1ゲーム21点制、2ゲーム先取 編 1/31(火) 申 電話で江東区バドミントン協会加藤規泰 ☎3684-5253(受付時間19:00~21:00)