

家庭でも発生

食中毒にご注意を



これからの時期は気温が高くなり、細菌を原因とする食中毒が増えています。最近ではサバ、イカ等の海産魚介類を生で食べた後に激しい腹痛が起きる、アニサキス（寄生虫）による食中毒も増加しています。また、平成29年2月には都内において、はちみつが原因と推定されるボツリヌス菌による乳児の食中毒も発生しました。手洗いや低温保存、加熱などを徹底し、家庭での食中毒を防ぎましょう。

「予防3原則」を守って菌を撃退！

1 つけない	2 増やさない	3 やっつける
○調理の前、生の肉や魚を取り扱う前後、トイレの後、食事の前などは手を洗いましょう。 ○生の肉や魚などを切ったまな板や包丁は、使用のたびにきれいに洗い、できれば殺菌しましょう。 ○食品を保管する時は、密封容器に入れたり、ラップをかけたりして、他の食品へ細菌をつけないようにしましょう。	冷蔵庫を上手に使うって、細菌を増やさないようにしましょう。 入れる食品は庫内の7割程度を目安にするとともに、なるべく開け閉めを減らしましょう。	○肉や魚の中心部までしっかり加熱して、細菌をやっつけましょう。 ○野菜を生で食べる時は、水でよく洗いましょう。

気をつけよう！ 肉の生食

牛レバーや豚肉(内臓を含む)の生食用としての販売は禁止されています。また、生食用の牛肉は、基準に適合したものに限り、販売が認められています。生の肉には、鶏肉ではカンピロバクターが、牛肉の内臓肉ではO157がついていることがあり、特に鶏肉を使った料理(鶏の唐揚げ、鶏わさなど)では、取扱いに注意が必要です。中までしっかり加熱しましょう。

夏場のお弁当作りのポイント

夏場は、海や山へお弁当を持って出かける機会が増えます。せっかく作ったお弁当で食中毒にならないよう、予防3原則を守って調理を行いましょう。

- ①調理の前は手をよく洗いましょう。また、おにぎりはラップに包んで作るとよいでしょう(つけない)。
- ②卵焼きなどのおかずは、しっかり火を通しましょう。電子レンジを使う時には、均一に加熱するようにしましょう(やっつける)。
- ③詰める時は、清潔な器具や容器を使い、十分に冷めてからふたを閉めましょう。また、直射日光を避け、涼しいところで保管しましょう(増やさない)。

もしかして 食中毒？

「お腹が痛い」「下痢が止まらない」…それはもしかしたら、食中毒かもしれません。我慢せず、すぐにかかりつけ医(主治医)に相談しましょう。特に、小さなお子さんや高齢者は、時間が経過すると重症化する場合があります。むやみに市販の薬を服用しないで、早めに受診しましょう。なお、保健所でも相談を受け付けています。

☎ 保健所生活衛生課食の安全係
 ☎3647-5812、FAX3615-7171

第1回区議会臨時会が開会される

新議長を選出

去る5月25日に第1回区議会臨時会が開かれ、議長選挙、常任・議会運営・特別委員会委員の選任、監査委員（議員選出）の選任同意などが行われました。

委員構成など詳細については、区報と同時配布の区議会だより（6月11日号）をご覧ください。また、臨時会の様子は、区議会ホームページ内の「インターネット中継」から、録画映像でご覧いただけます。

このほか、区議会では、本会議等のインターネット中継（生中継・録画中継）を随時配信していますので、ぜひご覧ください。



議長 榎本 雄一

（自民ク）61歳

平成3年から、区議当選7回。企画総務委員長、清掃港湾・臨海部対策特別委員長、議会運営委員長、議員選出監査委員等を歴任。議長は4回目。

児童手当・児童育成手当

現況届は6/30(金)までに提出を

児童手当・児童育成手当を受給している方に、5月31日に現況届をお送りしました。6月以降も引き続き手当を受給するためには、現況届の提出が必要で

す。送付された現況届に必要事項を記入し、期限までにご提出ください。現況届の提出が遅れた場合は、手当の支給が遅れることがあります。詳細は現況届に同封のお知らせをご覧ください。

提出期限 6月30日（金）必着
提出書類 児童手当・特例給付現況届、児童育成手当現況届※

提出方法 現況届に必要事項を記入し、〒135-8383区役所子育て支援課給付係へ郵送または窓口（区役所3階14番）で（窓口は大変混雑しますので、郵送での提出をお願いします）※児童手当・特例給付現況届のみ、豊洲特別出張所内子育て支援課窓口でも受付可（児童育成手当現況届は不可）

子育て支援課給付係
☎（3647）4754
FAX（3647）9196

常任委員会

◆企画総務委員会（9人）

○佐藤 信夫（自民ク）

○高村 きよみ（公明）

◆区民環境委員会（9人）

○釧 先美彦（自民ク）

○鬼頭 たつや（民進ク）

◆厚生委員会（9人）

○板津 道也（民進ク）

○菅谷 俊一（共産）

◆建設委員会（8人）

○きくち 幸江（共産）

○重松 佳幸（自民ク）

◆文教委員会（9人）

○石川 邦夫（公明）

○にしがき 誠（自民ク）

◆議会運営委員会（11人）

○米沢 和裕（自民ク）

○磯野 繁夫（公明）

特別委員会

◆清掃港湾・臨海部対策特別委員会（12人）

○山本 香代子（自民ク）

○佐竹 としこ（公明）

◆オリンピック・パラリンピック推進特別委員会（10人）

○若林 しげる（自民ク）

○鈴木 綾子（民進ク）

◆防災・まちづくり対策特別委員会（10人）

○白岩 忠夫（民進ク）

○星野 博（自民ク）

◆医療・介護保険制度特別委員会（10人）

○関根 友子（公明）

○赤羽目 民雄（共産）

議員選出監査委員

豊島 成彦（自民ク）

徳永 雅博（民進ク）

区議会事務局調査係

☎（3647）3548
FAX（3647）0430

難病相談

気になる悩みはお気軽に相談を

神経内科の医師と理学療法士による個別相談を行っています。

○「歩き方がおかしい」「転びやすい」「手が震える」などの症状がある

○診断がつき治療をしているが生活や療養の仕方が知りたい
○病気や薬のことを知りたい
○家でできるリハビリの方法を知りたい

このような時には保健相談所の難病相談をご利用ください。
お住まいの地域を担当する

平成29年度 国民健康保険料が決定

保険料額をお知らせする

納入通知書を6/14(水)発送

国民健康保険に加入している世帯に、平成29年度の保険料額をお知らせする納入通知書などを6月14日（水）に世帯主あてに発送します。また、保険料決定前に国民健康保険の資格を喪失した方でも、4月・5月分の保険料がかかる場合は、当該月分の保険料を通知します。

保険料の算定方法や納入通知書の見方など、詳細は同封の「国保だより（6月）」をご覧ください。

※後期高齢者医療制度に加入されている方への通知は、7月中旬になります。

保険料の納付方法と送付書類
普通徴収（納付書・口座振替による納付の方）

6月から翌年3月までの各納期で、4月・5月分も含めた年間保険料（最大12か月分）を納付していただきます。

納付書によるお支払いの世帯には、各納期分の納付書を同封しています。

毎月月末の納付期限までに、納付書で保険料をお支払いください（月の末日が金融機関等の休業日にあたる場合の納付期限は、翌営業日となります）。

金融機関のほか、コンビニエンスストアでもお支払いいただけます。詳細は納付書の裏面をご覧ください。

口座振替をご利用の世帯には、納入通知書のみをお送りします。口座からの引き落とし日は、納付期限と同様です。

特別徴収（年金からのお支払いの方）
特別徴収（年金からのお支払

区では、地域産業の振興と発展に資することを目的として、江東区の中小企業団体の登録を行い、事業支援情報の提供や産業会館および商工情報センター利用の優遇措置を行っています。

現在、登録済み団体の更新書類の受付中です。変更事項のない場合も更新手続きが必要にな

い）の世帯の保険料は、世帯主が受給する年金から保険料が差し引かれます。差し引かれる額は、納入通知書に記載されています。

※年度途中（10月）から特別徴収が始まる世帯は、6月から9月までは普通徴収により納付していただきます。

所得が確認できていない方の保険料は均等割額のみで通知

平成29年1月2日以降に転入した方や、税の申告が遅れた方には、均等割額（加入者全員にかかる保険料）のみで通知します。

前年の所得が確認できしだい、変更した通知書をお送りします。
☎（3647）8520
FAX（3647）8443

「保険料計算に関すること」
医療保険課資格賦課係
☎（3647）3169
FAX（3647）8443

「保険料納付に関すること」
医療保険課保険料係
☎（3647）3169
FAX（3647）8443

中小企業団体登録 6/30(金)まで

登録済み団体は更新手続きを忘れずに

区では、地域産業の振興と発展に資することを目的として、江東区の中小企業団体の登録を行い、事業支援情報の提供や産業会館および商工情報センター利用の優遇措置を行っています。

現在、登録済み団体の更新書類の受付中です。変更事項のない場合も更新手続きが必要にな

区経済産業振興係
☎（3647）2332
FAX（3647）8442

東京都議会議員選挙

投票日 7月2日(日)

投票時間 午前7時～午後8時

今回の選挙は、江東区選挙区で4人の議員を選びます。今後の都政を担う人を決める大切な選挙です。有権者一人ひとりが自覚を持って棄権しないで投票しましょう。

18歳から投票が可能

今回は、平成11年7月3日までに生まれた方が投票できます。

入場整理券の配付

入場整理券は、6月22日(木)ごろから、各人のものを世帯ごとに封書で郵送しますので、投票所に行く際には必ずお持ちください。入場整理券が届かない場合や、破損・紛失により投票所が分からない場合はお問い合わせください。また、入場整理券に選挙の詳細を記載した「選挙のお知らせ」を同封しますので、ご覧ください。

選挙公報の配布

候補者の公約、経歴・政見などを知っていただくために、6月30日(金)までに選挙公報を各戸配布します。区役所・出張所等の公共施設や区内の駅などにも「選挙公報用ポスト」を設置しますので、ご利用ください。希望される方には郵送しますので、ご連絡ください。

期日前投票

投票日当日に、仕事や旅行な

投票することができません。手続きに日数がかかりますので、お早めに請求をお願いします。郵便等による不在者投票

どの用事等で投票所へ行けない方は、期日前投票ができます。

期日前投票の手続き

必ずご本人がお越しのうえ、入場整理券(裏面)にある「宣誓書」を記入し、提出してください。入場整理券が届いていない場合は、期日前投票所にある宣誓書をご利用ください。

期日前投票の期間・場所

期日前投票所は、9か所(表1)です。期日前投票所によって期間が異なりますのでご注意ください。

表1 期日前投票所

場所	投票期間・時間
区役所2階区民ホール	6/24(土)～7/1(土) 8:30～20:00
森下文化センター2階工芸館(森下3-12-17)	6/25(日)～7/1(土) 8:30～20:00
富岡区民館(富岡出張所3階)(富岡1-16-12)	
豊洲シビックセンター1階ギャラリー(豊洲2-2-18)	
小松橋区民館(小松橋出張所4階)(扇橋2-1-5)	
カメラアプラザ9階第2研修室(亀戸2-19-1)	
総合区民センター6階第2研修室(大島4-5-1)	
砂町区民館(砂町出張所3階)(北砂4-7-3)	
南砂区民館(南砂出張所4階)(南砂6-8-3)	

不在者投票

江東区外での不在者投票

江東区外に滞在中の方は、あらかじめ郵便や電子署名付の電子申請などで投票用紙等を請求し、滞在地の選挙管理委員会

推進委員による投票参加の呼びかけ

区では、区民の中から委嘱された明るい選挙推進委員が活動しています。今回も、駅や商店街、大型店舗の周辺など、区民の方々の身近な場所で投票参加の呼びかけを行います。

投票所の変更

表2の投票所が変更になります。該当する区域にお住まいの方は、お間違いないようお願いいたします。

区選挙管理委員会事務局

☎(3647)9091
FAX(3647)9592

表2 投票所の変更

対象区域	新投票所	旧投票所
永代1・2丁目、門前仲町1・2丁目、牡丹1丁目、越中島1丁目	臨海小学校(門前仲町1-1-6)	深川スポーツセンター
東雲1丁目9・10番	グランチャ東雲(東雲1-9-46)	YMCA キャンパルコート保育園
亀戸7丁目1～8番、39～68番	青少年交流プラザ(亀戸7-41-16)	亀戸南地区集会所

出張所・豊洲特別出張所 住所変更・印鑑登録等は 最寄りの場所での手続きが便利

区内には7か所の出張所と豊洲特別出張所があり、住所変更や印鑑登録などの手続きが行えます。主な業務は表1のとおりです。なお、取扱業務の詳細や手続きに必要な書類等は、区ホームページをご覧ください。各出張所等にお問い合わせください。

出張所・豊洲特別出張所の所在地・利用時間

「閉庁日」土・日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)

豊洲特別出張所は 水曜夜間・日曜開庁を実施

豊洲特別出張所では、毎週水曜は午後7時まで窓口を延長しています。また、毎月原則第2日曜午前9時～午後4時にも開庁し、住所変更や印鑑登録などの業務を行っていますので、平

証明書はコンビニ交付が便利

窓口より100円お得 夜間・休日も発行

区では、平成28年1月から「マイナンバーカード」を使った証明書コンビニ交付サービスを実施しています。休日や夜間でも、お近くのコンビニエンスストア等に設置されているマルチコピー機で証明書の発行ができるため、大変便利です。

※住民基本台帳カード、自動交付機カードではコンビニ交付サービスは利用できません。

「発行できる証明書」
住民票の写し、印鑑登録証明書(本人分のみ)、課税・非課税証明書(現年度分・本人分のみ)※平成28年中所得の平成29年度分証明は6月12日(月)午前8時半以降
「利用時間」
午前6時半～午後11時(年末年始・システムメンテナンス時を除く)

コンビニ交付利用可能店舗

セブン-イレブン	コミュニティ・ストア
ローソン	セーブオン
サークルK	ミニストップ
サンクス	Aコープ北東北
ファミリーマート	イオン
セイコーマート	エーコープ鹿児島

マイナンバーカードは郵送、ス

「利用可能店舗」左表のとおり。マルチコピー機設置の有無、営業時間等は各事業者・各店舗にお問い合わせください。

手数料1通につき200円(窓口発行は300円)

マイナンバーカードの申請

自動交付機は平成30年3月末までに取扱いを終了

区が設置している証明書自動交付機は平成29年12月から平成30年3月31日までに順次取扱いを終了させていただきます。

区民課証明係

☎(3647)3164
FAX(3647)8471

表1 出張所・豊洲特別出張所の主な取扱業務

①出張所の主な取扱業務
○住所変更(転入・転出・転居・世帯変更届)※1 ○印鑑登録・印鑑証明書 ○住民票・課税証明書(税の申告をしている方)・非課税証明書 ○戸籍の証明(戸籍謄本・抄本・附票の写し)の交付 ○国民健康保険の届出 ○国民年金の届出の受付 ○母子健康手帳の交付(保健相談所でも交付できます)
②豊洲特別出張所の主な取扱業務・問合せ先
○出張所で行っている業務 ○戸籍の届出(婚姻届・出生届など)※2 豊洲特別出張所戸籍係☎5859-0069 ○児童手当・子ども医療費助成等の手続き※3 子育て支援課給付係☎5859-0165

※1:外国人が国外から転入した場合や、新たに中長期在留者の資格を取得した場合の手続きは、区役所(区民課住民記録係)のみになります。
※2:離婚や養子縁組の届出等および外国人の方の届出は、区役所(区民課戸籍係)のみになります。
※3:児童扶養手当や特別児童扶養手当、児童育成手当、ひとり親家庭等医療費助成は、区役所(子育て支援課給付係)のみになります。

表2 所在地および利用時間

①出張所(所在地)	電話
【利用時間】平日8:30～17:00	
白河出張所(白河1-3-28深川江戸資料館内)	☎3642-4456
富岡出張所(富岡1-16-12)	☎3642-8306
小松橋出張所(扇橋2-1-5)	☎5606-5581
亀戸出張所(亀戸2-19-1カメラアプラザ1階)	☎3683-3734
大島出張所(大島4-5-1総合区民センター2階)	☎3637-2451
砂町出張所(北砂4-7-3)	☎3644-2181
南砂出張所(南砂6-8-3)	☎3640-5355
②豊洲特別出張所(所在地)	電話
【利用時間】平日8:30～17:00(水曜は19:00まで)、原則第2日曜(6月と平成30年3月は第4日曜)9:00～16:00	
豊洲特別出張所住民係(豊洲2-2-18豊洲シビックセンター3階)	☎3531-6316

臨時福祉給付金(経済対策分)に関するお問い合わせは、コールセンターまたは相談窓口へ

○江東区臨時福祉給付金コールセンター☎0570-06-9292※通話料がかかります。なお、つながらない場合は、☎6832-7732[受付時間]月～金曜の9:00～17:15(祝日は除く)○相談窓口[場所]区役所8階[受付時間]月～金曜の9:00～17:00(祝日は除く)※申請からお支払いまで、1～2か月程度を見込んでいます。

政治家の寄附は禁止！

お金のからからない公正な選挙に

政治家（候補者、候補者になろうとする者および現に公職にある者）が、選挙区内の人や団体に寄附することは、法律で厳しく禁止されています。また、誰でも政治家に寄附を勧誘したり、求めることも禁止されています。公正な選挙、お金のからかない選挙の実現のため、ご理解をお願いします。

「寄附が禁止されているもの」

- お中元やお歳暮
- 開店祝いや落成式の花輪
- お祭り・地域行事やスポーツ大会への寄附や差し入れ
- 町内会の集会や旅行等の催物への寸志や飲食物の差し入れ
- 結婚祝や葬式の香典（政治家本人が自ら出席し、通常一般の社交の程度を超えない場合は、処罰の対象から除く）

「あいさつ状の禁止」

政治家は、選挙区内の人や団

シニア世代地域活動あと押しセミナー 自分らしい生きがいとともに いきいきと暮らそう

今回は、「仲間とともに勇気ある一歩をふみだそう」をテーマに地域活動に参加してくれる方を募集します。役割を持つことは介護予防にもつながります。皆さんの力で安心して暮らせる町を作りませんか。

時 間 下表のとおり（全3回）

場 所 江東区文化センター展示室（東陽4-11-3）

体に対して、答礼（相手方への返事）のための自筆によるものを除き、暑中見舞状や年賀状等の時候のあいさつ状を出すことは禁止されています。

「後援団体の寄附の禁止」

後援団体（いわゆる後援会）が、選挙区内の人や団体に寄附をすることも同様に禁止されています。なお、設立目的により行う行事や事業には、寄附をすることがありますが、この場合も選挙区内の人に対して花輪、香典等の寄附は禁止されます。

「宴会の案内状には会費の明記を」

会費を徴収する宴会などで、政治家の方を招く場合には、必ず案内状に会費を明記してください（金額は他の参加者と同じ）。

問 選挙管理委員会事務局

☎ (3647) 9091
FAX (3647) 9592

江東マイタウン

就職面接会 in 東陽

東陽近隣に就業場所がある企業と直接面接

6/27 (火)

区では、正社員およびパートタイムの就職面接会をハローワーク木場と共催します。今回は、東陽近隣が就業場所の企業10社程度の採用担当者と直接面接ができます。

※求人企業と求人内容、その他詳細はハローワーク木場のホームページ（<http://tokyo-hellwork.site.mhw.go.jp/list/kiha.html>）をご覧ください。

時 間 6月27日（火）午後1時半

店舗・診療所等をバリアフリーに

出入口の改修など工事費の一部を助成

区では、店舗や診療所などでバリアフリー改修工事を行う際、工事費の一部を助成する「やさしいまちづくり施設整備助成」を実施しています。「店舗等を利用の方が利用しやすいよう出入口の段差の解消およびスロープの整備、自動ドアの設置、

回	日時	内容
1	7/4(火) 13:00～15:00	講演「今から始める大人の終活」 講師 金子稚子
2	7/5(水) 13:00～15:00	講義「はじめましては勇気の言葉」同じ目的の方同士、地域活動を楽しむ長く続けられるようにしましょう
3	7/6(木) 13:00～17:00	講義「仲間と楽しく地域活動をはじめよう」団体を呼んで説明も行います

☎ (3647) 9468
FAX (3647) 9247

く4時（受付は午後1時～3時半）**場 所** 産業会館第4・6展示室（東陽4-5-18）**人 員** 正社員またはパートタイム就職を希望する方**費 用** 無料**持ち物** 履歴書（写真貼付）※面接は複数受けられますので面接を希望する社数分ご用意ください。

申 込 当日直接会場へ

問 経済課雇用推進担当

☎ (3647) 8581
FAX (3647) 8442

門 ハローワーク木場事業所第一部

☎ (3643) 8605

「トイレが利用しやすくなるよう手すりの設置」等の工事が対象です。工事前に届出が必要ですので事前にご相談ください。※ことう情報ステーション（区役所2階）、豊洲特別出張所・各出張所等で本事業を案内するチラシを配布しています。ぜひご覧ください。

「対象建築物」物販店舗、飲食店、サービス店舗、医療等施設など※この他にも対象となる建築物がありますのでお問い合わせください**「助成件数」** 3件**「助成額」** 改修工事費の3分の2以内の額（上限30万円）**問** まちづくり推進課まちづくり担当 **☎** (3647) 9781
FAX (3647) 9009

こうとう若者の女性しごとセンター 7月度セミナー 参加者募集

7月は、就職活動を効率的に進めていくための講座や、就職してから職場で役立つ講座を実施します。就職活動中の方はもちろん、これから就職活動をスタートさせたい方、職場での不安を解消したい方も、ぜひご参加ください。また企業向けセミナーでは、企業の成長に欠かせない人材育成計画策定のコツをお伝えします **時 間** 下表のとおり **場 所** こうとう若者・女性しごとセンター（亀戸2-19-1カメラプラザ9階）**費 用** 無料 **申 込** 6/15(木) 9:30から電話でこうとう若者・女性しごとセンター【どなたでも・女性・40歳以上対象】☎5836-5160【企業対象】☎5836-5161【共通】FAX3637-2351 **HP** <http://koto-shigoto.jp/>

日程	対象	定員 (申込順)	テーマ
7/5(水) 10:00～12:00	女性	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(Word編)
7/7(金) 10:00～12:00	女性	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(Excel編)
7/8(土) 11:00～12:30	どなたでも	15人	チェックポイントを知って仕事探し求人票の見方
7/12(水) 15:00～17:00	企業向け	20人/10社	今ある人材で企業を成長させるには？人材育成計画の立て方のコツ教えます
7/13(木) 10:00～12:00	女性	15人	女性のための再就職準備講座
7/19(水) 13:30～15:30	40歳以上	20人	ファイナンシャルプランから考えるこれからの働き方 人生設計見える化講座
7/21(金) 13:30～15:30	どなたでも	20人	エゴグラム(性格診断)で知る私のコミュニケーション成功術
7/25(火) 10:00～12:00	どなたでも	15人	本当はどうしたらいいの？就活マンナの疑問解決
7/29(土) 11:00～12:30	どなたでも	6人	ワークショップ"じぶん"を売り込むMyトリセツづくり

※詳しくはお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。
※はじめて当センターをご利用の場合には、利用登録が必要になります。

はじめての体操教室 in スポーツセンター

運動習慣化で介護予防 7～9月参加者募集

いつまでも元気で生活を送るためには、運動が欠かせません。「運動を始めてみたいが、何をすればよいのか？」「スポーツセンターに興味はあるが一人で行くのは心配」という方、ぜひご参加ください。

時 間 下表のとおり **人 員** 65歳

男女共同参画推進センター

女性のための離婚の法律講座

「シングルマザーになる前に」

離婚を考えている、未成年のこどものいる女性のための講座です。離婚についての基礎的な知識と親権、養育費や面会交流などを、経験豊富な弁護士がわかりやすく解説します。

※個別の相談はできません。
時 間 7月11日（火）午前10時～正午 **場 所** 男女共同参画推進センター13階第1・2研修室（扇橋3-22-2）**人 員** 女性30人（申込順）**費 用** 無料 **師** 菊地初音（弁護士）**保 幼 児**（1歳6か月～就学前）10人程度（無料・申込時要予約）※1歳6か月未満のお子さんは別室で一緒に受講可。講座申込時にお申し出ください。
申 込 6月15日（木）午前9時から男女共同参画推進センターに電話または窓口で **☎** (5683) 0341
FAX (5683) 0340

実施場所	実施日時	内容
スポーツ会館（北砂1-2-9）☎3649-1701	水曜13:30～15:00	簡易に行える体力測定と専門トレーナーによる体操(3か月間※空き状況により更新あり)
深川スポーツセンター（越中島1-2-18）☎3820-5881	金曜15:00～16:30	
亀戸スポーツセンター（亀戸8-22-1）☎5609-9571	木曜10:45～12:15	
東砂スポーツセンター（東砂4-24-1）☎5606-3171	金曜13:30～15:00	
深川北スポーツセンター（平野3-2-20）☎3820-8730	木曜13:30～15:00	
健康センター（東陽2-1-1）☎3647-5402	日曜9:00～10:30	

※深川北スポーツセンターは改修工事のため10月から休館

こうとう区報5/11号2面「新木場駅北自転車駐車場を開設」について、自転車駐車場の開設予定日を6/1とお伝えしていましたが、6月下旬に延期となりました。また、本文中の「利用料金」の「一時利用」料金記載に誤りがありました。「最初の2時間は無料」となっていますが、正しくは「最初の1時間は無料」です。お詫びして訂正いたします。

夏の少年キャンプ

2泊3日 夏休みの思い出づくり

夏はハイキング、夜はキャンプファイヤーなど、楽しいイベントが盛りだくさん。ぜひ参加してください。

各地区の連絡責任者にお問い合わせください。

時間 左表のとおり
対象 区内在住・在学の小学校高学年の児童(申込順)

申込 電話で各地区の連絡責任者
青少年課地域連携係
☎(3647)9629
FAX(3647)8474

地区名(町名)	日程	会場	連絡責任者
砂南地区(南砂・東砂6～8・新砂・新木場)	7/22(土)～24(月)	国立中央青少年交流の家(静岡県)	佐藤昌信 ☎070-5570-5534
北部地区(石島・千田・千石・毛利・住吉・猿江・扇橋・海辺)	7/28(金)～30(日)	県立八ヶ岳少年自然の家(山梨県)	永見文理 ☎5606-0159
砂北地区(北砂・東砂1～5)	7/28(金)～30(日)	国立中央青少年交流の家(静岡県)	菅間良孝 ☎3644-1171
亀戸地区(亀戸)	7/29(土)～31(月)		齊藤庸一 ☎3637-3282
江南地区(塩浜・枝川・辰巳・豊洲・東雲・有明・潮見・青海)	7/31(月)～8/2(水)	若洲公園キャンプ場(江東区)	櫻井信二郎 ☎090-9843-0735
東陽地区(東陽)	8/2(水)～4(金)		早坂治子 ☎3647-4762
西部地区(森下・新大橋・常盤・高橋・白河・平野・三好・清澄)	8/4(金)～6(日)	大房岬キャンプ場(千葉県)	阿部光城 ☎090-1614-7268
南部地区(永代・越中島・佐賀・門前仲町・冬木・富岡・牡丹・木場・古石場・福住・深川)	8/5(土)～7(月)	国立中央青少年交流の家(静岡県)	岡部丈太郎 ☎3643-9252
大島地区(大島)	8/12(土)～14(月)	中津川村キャンプ場(埼玉県)	上村光男 ☎3682-1296

マンション管理基礎セミナー

初めて分譲マンション管理組合理事になる方へ

7/8(土)

管理組合とは、マンションの共用部分を適切に維持・管理するなど、皆さんが共同所有するマンションを永く良好な状態に保ち、大切な資産としての価値を維持するためにさまざまな業務を行う組織です。管理組合の役割、理事の仕事、外壁等の修繕、給排水やエレベーターなど設備面の基礎を学びます。

時間 7月8日(土) 午前10時～午後1時(受付午前9時半～)

会場 区役所7階第71・73会議室

対象 区内分譲マンション管理組合の理事に初めてなる方等30人(申込順) 費用 無料 内「第1部講演」理事の仕事、組合の運営および管理会社との付き合い

環境学習プログラム 7月

夏の自然を感じよう!

時間 下表のとおり※費用、持ち物など詳細はホームページをご覧ください
会場 えこくる江東(潮見1-29-7)ほか 申込 6/15(木)9:00からえこくる江東に電話または窓口で☎3644-7130、FAX3644-7135 HP http://www.ekokuru-koto.jp/

講座名	日程	内容	対象
すごろくでエコを学ぼう!	7/1(土) 13:00～15:30(随時開催)	部屋いっぱいに広げたすごろくで、人がコマになってすすむエコゲームです。高得点をめざして、博士と一緒にチャレンジしましょう 当日直接会場へ	各回幼児～小学生15人(先着順、小学2年生以下は要保護者同伴、保護者の幼児同伴可)
望遠鏡工作と星のお話	7/1(土) 14:00～17:00	ガリレオが宇宙を観察したものと同程度の望遠鏡を工作し、星のお話を聴きます 星のソムリエ	どなたでも15人(申込順、小学生以下は要保護者同伴)
家族で花を生けよう!～暮らしの中に植物を～	7/2(日) 10:00～12:00	えこくる江東に自生する夏の草花を摘んで、生けます。自然の美しさを再発見しよう 花友クラブ	どなたでも15人(申込順、小学3年生以下は要保護者同伴)
よくはしるソーラーカー工作	7/2(日) 13:30～15:30	球状太陽電池を使った、よく走り、壊れにくいソーラーカー(2010年グッドデザイン賞)を組み立てて、走らせてみよう。	小学3年生以上15人(申込順、保護者同伴可)
親子一緒にはじめの自然遊び～2歳児クラス～	7/6(木) 10:30～12:30	ビニールプールに葉っぱを浮かべたり、水の感触を楽しみながら遊びます 西直人(リードクワイム(株))	2歳児と保護者12組(申込順、保護者は2人まで)
佐々木洋の「わくわく生きものたんけん隊」(単発参加)	7/9(日) 9:30～12:00	自然案内人と一緒に親子で身近な自然を探検しながら、観察をします 佐々木洋(プロ・ナチュラリスト)	年長児～小学生と保護者15組30人(申込順)
石けんアート体験教室	7/17(月・祝) 10:00～12:00	ねんどのように「こねこね」して、可愛い作品を作りましょう!	小学生と保護者45人(申込順)
貝殻・ビーズで素敵なフォトフレーム作品作り	7/17(月・祝) 13:30～15:30	可愛い貝殻やビーズの「素敵なフォトフレーム」を夏休みの宝物にしましょう!	小学生と保護者45人(申込順)
古布でつくろう素敵な布ぞうり	7/21(金) 10:00～15:00	自宅にある古布を利用して、身体に優しい布ぞうりを手作ります。	16歳以上18人(申込順)
植物の種のひみつを知ろう!	7/22(土) ①11:10～11:35 ②12:10～12:35 ③12:50～13:15 ④14:00～14:25	植物の種を調べ、飛ぶ種の模型を作って飛ばしてみます 当日直接会場へ	各回どなたでも10人(先着順、保護者の幼児同伴可)

※同伴保護者1人が引率できるお子さんの人数は講座によって異なります。
※特に記載のない講座は、対象者以外の方(幼児等)の入室(参加)はできません。

深川北スポーツセンター

特別教室・夏季教室

時間 下表のとおり(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選)

①教室名 ②受講者名・ふりがな ③生年月日・年齢 ④学年(小学生のみ) ⑤性別 ⑥郵便番号・住所 ⑦電話番号 ⑧保護者氏名

申込 往復はがき(1人1枚)に

申込 6月23日(金) 必着

申込 往復はがき(1人1枚)に

方「第2部管理組合意見交換会(一社)東京都マンション管理士会会員

時間 7月4日(火) ※定員になりしだい終了

申込 6月16日(金) から住宅課

住宅指導係(区役所5階1番)

に電話または窓口で

☎(3647)9473

FAX(3647)9268

特別教室

教室名	時間	期間	対象	定員	受講料
リラックス・ヨガ教室	19:20～20:50	7/20～10/5の木曜(8/17を除く全11回)	一般男女	28人	6,160円
目覚めのヨガ教室	9:20～10:40	7/22～10/7の土曜(9/23を除く全11回)	一般男女	28人	6,160円
ヒップホップ教室	16:10～17:25	7/22～10/7の土曜(8/12、9/23を除く全10回)	小学4年生～中学3年生	25人	5,100円

夏季教室

教室名	時間	期間	対象	定員	受講料
苦手克服体操教室A	9:00～10:15	7/28(金)・29(土)・31(月)(全3回)	小学1・2年生	40人	1,530円
苦手克服体操教室B	10:45～12:00		小学3～6年生		
短期集中水泳教室A	14:00～15:00	7/25(火)～28(金)、7/31(月)～8/2(水)(全7回)	小学1～3年生※	35人	3,920円
短期集中水泳教室B	15:05～16:05		小学1～6年生※		
ミニバスケットボール教室	16:00～17:30	7/20～8/31の木曜(8/10を除く全6回)	小学1～6年生	50人	3,060円

※短期集中水泳教室はどの泳法(4泳法)でも25m泳げない方が対象

(小中学生のみ)を記入し、〒135-0023 平野3-2-20 深川北スポーツセンターへ
☎(3820)8730
FAX(3820)8731



長寿社会を生き抜く! 介護予防の取り組み

2

何歳からでも遅くない! 高齢者の体力作り

筋力低下は悪循環の始まり

「この1年間に転んでしまったことがある」「ペットボトルのふたを簡単に開けられない」。こうした方は、体の動きやバランス感覚が悪くなっている。握力や全身の筋力が低下しているおそれがあります。「年のせい」と何もしないでいると、筋肉や骨が弱くなる、バランス感覚が鈍るなど運動機能全体が衰えるだけでなく、ますます体を動かす事がおっくうになり、食欲や活動意欲も薄れるなど、悪循環に陥っていきます。

何歳からでも運動能力は向上する

一般的に筋力は、20歳代でピークに達した後、徐々に低下をたどり60歳を過ぎると急激に低下が進行します。しかし、たとえ90歳代になっても体を動かすことによって運動機能の復活・向上が可能です。事が明らかになっています。

高齢者に重要な運動の種類と効果

①筋肉の力を強める運動(筋力トレーニング等)

座る、立つ、歩くなど、日常生活動作に必要な筋力を養

います。
②バランス能力・柔軟性を高める運動(ストレッチ等)
要介護の主な原因のひとつである転倒骨折を防ぐとともに、関節の可動域を向上させることで腰痛や肩こりなどの改善につながります。

③持久性を高める運動(ウォーキング等)
心肺の機能を向上する効果があります。
運動は①③をバランスよく取り組むとより効果的です。「もう年だから」と運動することをあきらめず、今日から始めてみませんか?

区では、「はじめての体操教室」(深川北スポーツセンター) (詳細4面) などさまざまな介護予防プログラムを用意しているほか、区オリジナルの「KOTO活き粋体操」のDVDを配布・貸出し、高齢者の自主的な介護予防活動を後押ししています。

※高齢者が運動するにあたっては、体調の変化や転倒などのけがに気をつけて行い、加療中の病気がある方は主治医と相談してから始めましょう。
問 介護予防ダイヤル(地域ケア推進課内)
☎(3647)9452
FAX(3647)3165

児童虐待かな?と思ったら
ご連絡ください

江東区こども虐待ホットライン
☎3646-5481

[相談日] 月～土曜(年末年始(12/29～1/3)・祝日除く) 9:00～18:00
[夜間・休日の緊急時] 警察署☎110 児童相談所全国共通ダイヤル☎189
※連絡は匿名でも行えます。虐待を「疑ったら」勇気を出してご連絡を

講座・催しものつづき

初級障がい者スポーツ指導員養成講習会

時 7/15(土)・16(日)・22(土)・23(日)(全4回) 場 スポーツ会館ほか
人 4/1現在、18歳以上で区内在住・在勤・在学の方5人程度(選考) 費 テキスト代3,500円、認定料および申請料5,500円、登録料3,800円 締 6/30(金)必着 申 各スポーツセンターにある申込用紙(ホームページからも入手可)に記入し、〒136-0073北砂1-2-9スポーツ会館講習会担当に郵送、ファクスまたは窓口で ☎ 3649-1701、FAX3649-3123 印 http://www.koto-hsc.or.jp/

少年少女バレーボール教室

時 7/17(月・祝)、平成30年3/4(日)9:00～16:00(全2回) 場 スポーツ会館 人 区内在住の小学生100人(抽選) 費 無料(昼食持参) [主管] 江東区バレーボール連盟 締 6/30(金)必着 申 往復はがき(1人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、FAX3649-3123

少年少女水泳教室

時 7/15(土)～17(月・祝)10:00～12:00(全3回) 場 明治小学校(深川12-17-26)、浅間野川小学校(亀戸9-22-4) 人 区内在住の小中学生男女各80人(抽選) 費 無料 [主管] 江東区水泳連盟 締 6/30(金)必着 申 往復はがき(1人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希望会場⑩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、FAX3649-3123

深川スポーツセンター
カヌー安全講習会(7月分)

時 7/1(土)9:00～12:00 集 深川スポーツセンター 人 区内在住・在勤・在学の15歳以上の方5人(抽選) 費 3,850円(保険代含む) 内 カヌーの一般公開参加に必要な安全講習会。1時間の講義と大横川での実地講習 [持ち物] 着替え一式、飲物、帽子、筆記具 師 (株)オーエンス 締 6/18(日)必着 申 往復はがきに①カヌー安全講習会②氏名(ふりがな)③住所※区外在住で区内在勤・在学の場合、勤務先(学校)と住所④生年月日⑤電話番号を記入し、〒135-0044越中島1-2-18深川スポーツセンターへ ☎ 3820-5881、FAX3820-5884

亀戸スポーツセンター
カヌー安全講習会(7月分)

時 7/15(土)13:00～16:00 集 亀戸スポーツセンター1階会議室 人 区内在住・在勤・在学の中学生以上の方5人(抽選) 費 3,850円(保険代含む) 内 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 [持ち物] 着替え一式、飲物、帽子、筆記具 師 (株)オーエンス 締 6/28(水)必着 申 往復はがきに①カヌー講習会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 ☎ 5609-9571、FAX5609-9574

みんなde学ぼう着衣泳

時 7/9(日)15:00～17:00 場 東砂スポーツセンター地下1階プール(東

砂4-24-1) 人 おおむね5歳以上の方50人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、申込順)※小学3年生以下の方は保護者(18歳以上)同伴必須(保護者1人につき3人まで参加可)、小学4～6年生は2人以上で参加の場合保護者同伴不要 費 無料 内 身近な物を使った着衣泳、対処法や救助法 [持ち物] 水着、水泳帽、バスタオル、長そで・長ズボン(洗濯してあるもの)、靴(汚れていないもの)、空の2ℓペットボトル 申 6/15(木)9:00から東砂スポーツセンターに電話または窓口で ☎ 5606-3171、FAX5606-3176

ARまちあるきツアー

「昭和の深川をめぐる」第2弾

江東区文化観光ガイドがタブレット端末のAR(拡張現実)技術を用いてご案内します。日常の風景を画面に表示される古写真と重ね合わせ、町の今昔を見比べます 時 7/8(土)10:00出発※雨天決行 集 9:45に東西線門前仲町駅富岡八幡宮方面改札前(地下) 人 2時間半程度まちあるきができる小学生以上の方15人(抽選。1組3人まで)※小学生は保護者同伴 費 500円(保険代ほか)※小学生無料 内 門前仲町周辺を2時間半程度散策 [主催] 江東区観光協会、東京大学大学院情報理工学系研究科、法政大学大学院地域創造システム研究所 締 6/22(木)必着 申 往復はがきまたはメールに①件名「7/8ARまちあるき」②氏名・年齢③同行者氏名・年齢(2人まで)④住所⑤電話番号を記入し、〒135-0016東陽4-5-18産業会館内江東区観光協会へ※応募は1人1件 ☎ 6458-7400、FAX6458-7420 印 ar@koto-kanko.jp



保健

生活習慣病予防健診7月分
(30代のための健診)

時 場 下表のとおり 人 健診日現在30～39歳の区民の方各25人(抽選)※最近1年以内に受診された方はご遠慮ください 費 無料 内 血液・尿検査・腹囲測定等 締 6/20(火)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窓口で(重複申し込み不可)※電子申請もできます 印 http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/navi/index.html 問 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	7/11(火) 9:00～	7/28(金) 13:30～
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	7/5(水) 13:10～	7/18(火) 13:20～
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	7/7(金) 12:45～	7/21(金) 13:30～
城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006	7/7(金) 8:50～	7/21(金) 13:00～



休館・休止

ご不便をおかけします

東砂スポーツセンター

7/2(日)全日、大体育室の一般公開を中止。東京都議会議員選挙に伴う投票所開設のため。7/9(日)14:45～7/11(火)14:00、プールの一般公開を休止。着衣泳講習会および換水のため 問 東砂スポーツセンター ☎

土のうは区指定日に配送
いざという時に備えて準備を

区では浸水被害を防ぐため、6月～10月に「土のう」を主に戸建住宅の希望者に配付します。台風接近時等の直前対応は困難ですので、ぜひこの機会をご利用ください※配布した土のうは、個人で日常管理・不要時の処分をお願いします。また、土の

5606-3171、FAX5606-3176

スポーツ会館

7/8(土)9:30～11:45、プールの一般公開を中止。スポーツ塾開催のため 問 スポーツ会館 ☎ 3649-1701、FAX3649-3123

由官公署

「おもてなし親善大使」育成塾

東京都はボランティア活動の一環として、おもてなしの心を持って外国人旅行者に都内観光スポットを案内する「おもてなし親善大使」の育成塾を開設します。夏休み中の2日間にわたって、著名人講師を招いた英会話や、東京の歴史などを学ぶ講義、都内観光スポットの見学や人力車体験ができる研修です※日時等、詳細はホームページを参照 人 都内在住・在学の中学生・高校生250人(抽選) 費 無料 締 7/1(土)消印有効 申 東京都産業労働局ホームページ内「おもてなし親善大使育成塾」(印 http://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.jp/tourism/taishi1/)から申込書をダウンロードし、〒100-0003千代田区一ツ橋1-1-1パレスサイドビル(株)マイナビ内おもてなし親善大使育成塾事務局へ郵送 ☎ 0120-124-177

サイエンスカフェ

時 6/30(金)18:30～20:00 場 水素情報館東京スイソミル(潮見1-3-2) 人 50人(抽選) 費 無料 内 コーヒーを片手に東京の暑さの原因と持続可能な都市づくりを話し合う参加型講座 [主催] 東京都環境局 締 6/21(水) 申 ファクスまたはメールに①講座名②氏名③年齢④住所⑤電話番号⑥ファクス番号⑦メールアドレスを記入し、東京都環境公社へ※ホームページからも申込できます ☎ 3644-8886、FAX3699-1409 印 renkei@tokyokankyo.jp 印 https://www.tokyokankyo.jp/

若洲ゴルフリンクス

ゴルフアカデミー受講生募集

時 7～9月の月・木・金曜のいずれか週1回(全9回)17:00～※約1時間(曜日により希望に沿えない場合あり) 場 若洲ゴルフリンクス(若洲3-1-2) 人 小・中学生15人(申込順) 費 無料 師 日本プロゴルフ協会所属プロ 申 6/17(土)13:30から電話で若洲ゴルフリンクス練習場 ☎ 3522-3370 印 http://wakasu.golftk.com/

墨田工業高校 夏季公開講座

1. カーメンテナンス基礎講座 時 7/29(土)9:30～15:30 人 自動車および運転免許を持っている方10人(抽選) 費 600円 内 自動車の点検やスペアタイヤの交換方法等
2. ブロックを使用してのプログラミング講座 時 7/29(土)・30(日)9:30～15:30

うをお持ちの方で、袋が破損している場合は、袋のみの配付も行っています。なお、申込は50袋を限度とします [6月受付分の配送日] 7月上旬の区が指定する日 締 6/30(金) 申 電話で河川公園課工務係 ☎ 3647-2538、FAX3647-9216

(全2回) 人 都内在住の小学5年生～中学3年生10人(抽選)※小学生は要保護者同伴 費 小中学生200円、同伴する保護者1,200円 内 ロボットプログラミング

※いずれも 場 墨田工業高校実習室 締 6/30(金)必着 申 往復はがきに①講座名②住所③氏名(ふりがな)※参加者全員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、FAX3846-6683



その他

江東病院 江東健康フォーラム

時 6/24(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) 人 50人(先着順) 費 無料 内 難聴の話 師 野島暁人(耳鼻咽喉科医師) 申 当日直接会場へ 問 江東病院医療連携室 ☎ 3685-2253、FAX3685-2766

江東産業まつり

地元産業・各企業が、区民の皆さんとの交流を第一に、展示即売会を開催します。岩手・宮城・福島・熊本応援の物産展、フリーマーケットも開催。人気の製作体験、積木体験コーナー、抽選会もあります 時 6/17(土)10:00～17:00、6/18(日)10:00～16:00(6/17(土)は9:40からセレモニー開催) 場 江東区文化センター(東陽4-11-3) 費 入場無料 [主催] (一社)東京都江東産業連盟 [後援] 江東区・東京商工会議所江東支部・江東区商店街連合会 問 (一社)東京都江東産業連盟 ☎ 3699-7777

江東区音楽家協会

設立30周年記念コンサート

昭和62年に設立され、江東区文化センターロビーで金曜正午からの無料コンサート、ティアラこうとうのマンスリーコンサート等の活動続ける協会による記念コンサートです 時 6/25(日)13:00開演 場 江東区文化センター大ホール(東陽4-11-3) 費 無料 申 当日直接会場へ 問 江東区音楽家協会(杉山) ☎ 3681-9646

江東区サマージュニアテニストーナメント

時 8/6(日)～8(火)、予備日8/9(水) 場 豊住庭球場(東陽6-1-13) 人 区内在住・在学・在クラブの小学6年生以下・4年生以下各6人、中学生・高校生各12人(抽選) 費 1,000円 [種目] シングルス/小学4年以下男子・女子(グリーンボール使用)/小学6年以下男子・女子/中学男子・女子/高校男子・女子 [主催] 江東区体育協会 締 7/7(金)必着 申 往復はがきに①住所②氏名③電話番号④学校名または団体名⑤学年⑥出場種目を記入し、〒136-0071大島3-25-2TOPインドアステージ内サマージュニアテニストーナメント係(乾)へ ☎ 3636-3990

TOKYO 2020

オリンピック・パラリンピックを
成功させよう!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

お知らせ

下町4区合同職員採用説明会
(Ⅲ類・経験者)

4区(江東区、墨田区、足立区、葛飾区)合同で採用説明会を開催します。区ごとにブースを設け、1回45分の説明を行います。クールビズを踏まえ、涼しい服装でお越しください。詳細は区ホームページをご覧ください
時 6/25(日)【Ⅲ類】10:00～12:25(1回45分、計3回)【経験者】13:45～16:10(1回45分、計3回)【人事委員会説明】12:30～13:35 場 すみだ産業会館9階(墨田区江東橋3-9-10墨田区・丸井共同開発ビル) 区 特別区職員採用試験(Ⅲ類・経験者)を受験希望の方 申 当日直接会場へ 問 職員課人事係☎3647-5481、FAX3647-9480

講座・催しもの

環境施設見学会

バスによる施設見学会と環境体験学習を夏休み中に2回実施します。エコ体験を通して環境保全の意味を学習しませんか 時 ①8/8(火)8:30区役所集合、12:30ごろ解散②8/18(金)8:30区役所集合、15:00ごろ解散 場 ①木場千年の森でビオトープ見学(木の工作を体験)②ガスの科学館「がすてな～に」見学(エコ・クッキングを体験)※そのほか①②ともに「若洲風力発電施設」等、湾岸エリアを見学予定 区 区民の小学生と保護者12組24人(抽選、当選者のみ7/10(月)までに通知) 費 無料 締 6/30(金)必着 申 はがきまたはメールに①「施設見学会参加」および参加希望日(第2希望まで)②参加者氏名(ふりがな)③学年④郵便番号・住所⑤電話番号を記入し、〒135-8383区役所温暖化対策課へ※区ホームページからも申込できます☎3647-6124、FAX5617-5737 e 380200@city.koto.lg.jp

江東区マンション交流会

時 7/1(土)13:00～16:30 場 カメリアプラザ(亀戸2-19-1) 区 100人(申込順) 費 1,000円 内 講演会、分科会(①管理運営②大規模修繕)

認知症家族介護者教室・交流会

認知症についての講話と、家族介護者の交流会を行います。ぜひご参加ください 時 場 下表のとおり 区 20人(申込順) 費 無料 申 6/19(月)から電話で各長寿サポートセンター

日時	施設名(会場)	内容	申込・問合先
7/29(土)13:30～15:00	デイサービスセンターらん花園(塩浜2-7-2)	認知症の行動・心理症状について、事例を通して具体的な対応方法を学びます。後半は、介護者同士の交流会です。	塩浜長寿サポートセンター☎5617-6213 FAX5617-6050
7/29(土)14:00～15:30	大島高齢者在宅サービスセンター(大島6-14-4-103)	グループホームの利用について、施設の特徴を知り、入所にあたっての知識を深めます。	大島長寿サポートセンター☎5628-0541 FAX3638-4515

高齢者家族介護教室(無料・申込順・6/16(金)から各施設に電話)

介護に役立つ知識や技術を学びます 区 区内在住・在勤で介護を行っている方20人 費 無料

日時	施設名(会場)	内 容
7/15(土)13:30～15:00	白河高齢者在宅サービスセンター(白河3-4-3-201)☎3630-6591、FAX3630-6598	【高齢者の健康管理について】病気の早期発見につながる健康観察のポイントについて、看護師が分かりやすく説明します。
7/15(土)14:00～15:30	枝川高齢者在宅サービスセンター(枝川1-8-15-101)☎5632-2277、FAX5632-2276	【介護技術】車いすへの移乗方法などについて、介護福祉士が実演も交えながら説明します。
7/22(土)14:00～15:30	亀戸高齢者在宅サービスセンター(亀戸4-21-13)☎5626-0130、FAX5626-0133	【疾病予防】健康促進・疾病予防に関する日々の取り組みや気を付けるポイントについて、管理栄養師と管理栄養士が説明します。
7/29(土)14:00～15:30	寿園高齢者在宅サービスセンター(北砂2-1-16)☎3615-4850、FAX3615-4855	【食事について】高齢者に大切な栄養や簡単な調理方法について、実際に試食を交えながら、管理栄養士が説明します。
7/29(土)14:00～15:30	あじさい高齢者在宅サービスセンター(東砂4-20-15)☎5857-8231、FAX5857-8235	【排泄介助】オムツへの移行のタイミングや選び方、上手な当て方を民間業者の専門スタッフが説明します。

締 6/27(火)※定員になりしだい終了 申 6/15(木)から電話・窓口またはファクスにマンション名・住所・氏名・電話番号・希望の分科会(①または②)・解決したい問題等を記入し、住宅課住宅指導係(区役所5階1番)へ☎3647-9473、FAX3647-9268

小学生自由研究に役立つ！
夏休み親子消費者講座

時 ①7/28(金)14:00～16:00②8/2(水)14:00～16:00 場 パルシティ江東3階研修室 区 区内在住・在学の小学生と保護者各15組(抽選・保護者は1人) 費 無料 内 ①「親子で学ぼうお金の教室」～クイズと貯金箱工作～②「親子で学ぶ計量はかり教室」～手ばかり工作と計量～ 師 ①東京都金融広報委員会②東京都計量検定所 締 ①7/10(月)消印有効②7/13(木)消印有効 申 往復はがき(1組1枚)に①講座名②参加希望の親子の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)学年・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

深川東京モダン館
おきがる講座

コーヒーやお茶を飲みながら区の歴史を学ぶ講座です 時 6/23(金)14:00～15:30 区 30人(先着順) 費 500円(ドリンク代込) 内 永代通り 申 当日直接会場へ 場 問 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15)☎5639-1776、FAX5620-1632 HP http://www.fukagawatokyo.com/

児童会館
大作戦「マット運動に挑戦！」

時 7/2(日)①10:00～10:45②11:00～11:45 場 児童会館(住吉1-9-8) 区 ①区内在住の3歳以上の幼児20人とその保護者②区内在住の4歳以上の幼児20人とその保護者(抽選、結果は当選者にのみ6/21(水)連絡) 内 ①前転・後転②側転 費 無料【持ち物】運動しやすい服装、室内シューズ、タオル、水筒 師 加藤正樹 締 6/20(火) 申 児童会館に電話または窓口で☎3633-6911、FAX3633-6936

深川江戸資料館
岩崎晃展・伝統芸能公開

1. 「表具経師」岩崎晃展
表具とは、紙や布などを糊で貼りつけて仕立てられた掛軸や襖・屏風

などをさします。岩崎晃さん(江東区登録無形文化財保持者)の作品を通して、表具の魅力をご覧ください。6/24(土)14:00から、和紙作家の永井聡さんをお招きし、ワークショップも開催します(要事前申込)。詳細はお問い合わせください 時 6/22(木)～25(日)9:30～17:00(最終入館は16:30)

2. 伝統芸能公開「落語」

区ゆかりの落語家の出演により落語をお楽しみいただきます 時 6/18(日)14:00～14:30【出演】三遊亭司

3. 伝統芸能公開「端唄で綴る 江戸の祭り・地方の祭り」

江戸の祭り・地方の祭りを粋な三味線の演奏でお楽しみいただきます 時 6/25(日)14:00～14:40【出演】古石場三味線クラブ

※いずれも 費 大人400円、小中学生50円(観覧料)※小中学生は保護者同伴 申 当日直接会場へ 場 問 深川江戸資料館(白河1-3-28)☎3630-8625、FAX3820-4379

芭蕉記念館 前期企画展・ミュージアムトーク

1. 前期企画展 芭蕉の弟子ベスト10「蕉門十哲」
「蕉門十哲」と呼ばれた俳人たちの作品や人物像・人間関係などを紹介します 時 6/15(木)～12/10(日)9:30～17:00(最終入館16:30)※第2・4月曜は休館(祝日の場合は翌日) 費 大人200(150)円、小・中学生50(30)円※()内は20人以上の団体料金。障害者手帳をお持ちの方とその介助者1人は半額 申 当日直接会場へ
2. ミュージアムトーク

企画展の内容について、職員が詳しく解説します 時 7/22(土)14:00集合 区 区内在住・在勤の方20人(申込順) 費 大人200円、小・中学生50円(観覧料)※障害者手帳をお持ちの方とその介助者1人は半額 申 6/16(金)9:00から芭蕉記念館に電話または窓口で
※いずれも 場 問 芭蕉記念館(常盤1-6-3)☎3631-1448、FAX3634-0986

なるほどクラシック講座

時 6/29(木)14:00～15:30 場 亀戸ふれあいセンター会議室(亀戸9-33-2-101) 区 区内在住で60歳以上の方80人(申込順) 費 無料 内 クラシック音楽の楽曲紹介等の講義と、ピアノ・ヴァイオリンの演奏 師 岩崎結、早川愛美 申 6/16(金)から亀戸ふれあいセンターに電話または窓口(未登録の方は登録必要。保険証持参)で☎5609-8822、FAX5609-8821

公演「元気になろう！
シニアチアダンス！」

日本シニアチア協会公式チームによる公演です 時 6/26(月)14:30～15:30 場 城東ふれあいセンター(北砂4-20-12) 区 区内在住の60歳以上の方80人(申込順) 費 無料 申 6/15(木)から城東ふれあいセンターに電話または窓口で☎3640-8651、FAX3699-6744

地域福祉サポーター養成講座

地域で支え合い活動を進めるボランティア「地域福祉サポーター(地域福祉推進員)」の養成講座の受講生を募集します。前期は、地域福祉について講義で学び、後期は前期を修了した希望者が、体操指導ボランティア講座を受けます 時 【前期】7/25(火)10:00～15:00【後期】9/7～10/5の木曜(全5回)13:30～15:00 場 江東文化センター(東陽4-11-3) 区 20人(申込順) 費 無料 申 6/15(木)か

ら電話またはファクスに地域福祉サポーター養成講座申込・氏名・住所・電話番号を記入し、江東区社会福祉協議会地域福祉推進課へ☎3640-1200、FAX5683-1570

夏体験ボランティアin KOTO

時 7/24(月)～8/31(木)の期間中、3～5日間程度 区 区内在住・在学・在勤の中学生以上の方約200人 費 無料 内 区内の児童・高齢者・障害者施設等でのボランティア活動を体験【参加者説明会】時 ①6/30(金)18:00～20:00②7/1(土)10:00～12:00③7/7(金)18:00～20:00④7/8(土)14:00～16:00 場 高齢者総合福祉センター(東陽6-2-17)※活動先を決定しますので、いずれかの説明会に必ず出席してください 締 各説明会の前日 申 電話で江東ボランティア・センター☎3645-4087、FAX3699-6266

江東区民水泳大会

時 8/11(金・祝)小学生受付8:00～8:30、中学生・高校生・一般・壮年受付12:30～13:00※参加者は必ず受付し、招集を受けること 場 東京辰巳国際水泳場(辰巳2-8-10)※駐車場台数制限あり 区 区内在住・在勤・在学の方※児童・生徒の引率は保護者・先生が行うこと【部別・種目】下表のとおり【出場種目制限】個人種目のエントリーは、小学生は1人1種目、中学生以上は1人2種目まで(リレー・メドレーリレーは除く)。各リレーのエントリーは1団体、部別ごと男女各1チームまで(小・中学生は個人・クラブチームでのリレー参加不可) 費 小学生100円、中学生200円、高校生以上300円 締 6/30(金) 申 区内各スポーツセンターにある申込書(ホームページ(HP)http://www.koto-hsc.or.jp/sports_festival/post_22.html)からも入手可)に必要事項を記入し、区内各スポーツセンター窓口で(申込書の提出のみメールでも可)※区内小・中学生は所属学校を経由して申込。所属学校が参加しない場合は個人で申込 問 深川北スポーツセンター☎3820-8730、FAX3820-8731、水泳連盟事務局☎080-5646-4565

	性別	小学生	中学生	高校生	一般	壮年
自由形	男	100m	100m	100m	100m	50m
	女	50m	50m	50m	50m	
平泳ぎ	男	50m	100m	100m	100m	50m
	女		50m	50m	50m	
バタフライ	男	50m	100m	100m	50m	50m
	女		50m	50m		
背泳ぎ	男	50m	100m	100m	50m	50m
	女		50m	50m		
リレー	男	200m	400m	400m	200m	
	女	200m	200m	200m		
メドレーリレー	男	200m	200m	200m	200m	
	女					

※リレー・メドレーリレーは4人一組
※壮年男子は40歳以上・壮年女子は30歳以上

クライミング「トップロープ
安全講習会」(7月分)

講習を修了した方は、センターのトップロープを利用できます 時 7/11(火)・26(水)のいずれか1日19:00～20:30 場 深川スポーツセンター1階 区 中学生以上の方、各日6人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選) 費 3,080円 締 6/30(金)必着 申 往復はがき、メールに①クライミング安全講習会②希望日(第2希望まで記入可)③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧区内在勤・在学の方は勤務先(学校)記入し、〒135-0044越中島1-2-18深川スポーツセンターへ☎3820-5881 e fukagawa-climbing@koto-hsc.or.jp

伝統工芸品を展示 匠の粋品処
深川江戸資料館内に展示 6/17(土)～

森下文化センター内にあった工匠壺番館(5/31閉館)に代わる伝統工芸作品の展示コーナー「匠の粋品処」を深川江戸資料館の常設展示室隣に開設します。江戸時代により一層発展した技術を現代に受け継いだ職人が、江東区には多く住んでいます。そのすばらしい伝統的な技をお伝えするため、順次展示替えを行っていく予定です。ご来館の際は、江戸の街並みとともに優れた作品をぜひご覧ください。
【見学時間】9:30～17:00(最終入館は16:30) 場 深川江戸資料館(白河1-3-28) 費 大人400円、小中学生50円(展示室観覧料) 問 文化観光課文化財係 ☎3647-9819、FAX3647-8470



▲衝立「松に鷹」(岸本忠雄作)

越中島プールオープン 7/1(土)～



開放的な屋外プールで、暑い夏を満喫しよう

▲区内唯一の屋外プールで夏を涼しく

7/1(土)から越中島プールがオープンします。50mプールのほか、児童用プールもあります。開放的な屋外プールで、心地よい風を受けながら泳ぎませんか 場 越中島プール(越中島1-3-23) 費 2時間一般400円、小・中学生とシニア(区内在住65歳以上)150円、未就学児は無料※シニアの方は氏名・年齢・住所を確認できるもの、または各スポーツセンター発行のシニア登録証を提示してください【回数券】一般4,000円(11回分)、小・中学生とシニア1,500円(11回分)※スポーツ会館・各スポーツセンターのプール利用可【無料公開日】7/8(土)の午前中は区内小・中学生無料※小学3年生以下は18歳以上の保護者の付き添いが必要 問 屋外スポーツ施設事務所(夢の島競技場) ☎3522-0846、FAX3522-0855、越中島プール ☎5620-0045、FAX5620-0245(開設期間中のみ)

開設期間	
7/1(土)～20(木)	10:00～18:00
7/21(金)～8/31(木)	9:00～21:00
9/1(金)～9/3(日)	10:00～18:00

※8/5(土)は区内行事のため休場。ただし、9:00～13:00の時間大人用プール4コースと児童用プールのみ利用可。

親子で作ろう! ロボットセミナー
亀戸・豊洲・砂町で開催 参加者募集

高学年対象

芝浦工業大学で開発の6足歩行ロボット「ボクサー」を製作。デザインコンテストと競技大会を行います。
【豊洲】時 7/1(土)・2(日)・22(土) 10:00～16:00(全3回) 場 芝浦工業大学豊洲キャンパス(豊洲3-7-5)、豊洲文化センター(豊洲2-2-18) 入 全日参加可能な小学4～6年生の親子40組(抽選、小学5年生以上はこどものみで参加可) 費 10,000円(ロボットキット代含む) 締 6/18(日) 申 豊洲文化センターに電話または窓口で ☎3536-5061、FAX5560-0505
【砂町】時 7/8(土)・15(土) 10:00～17:00(全2回) 場 砂町文化センター(北砂5-1-7) 入 全日参加可能な小学4～6年生の親子30組(抽選、小学5年生以上はこどものみで参加可) 費 10,000円(ロボットキット代含む) 締 6/18(日) 申 砂町文化センターに電話または窓口で ☎3640-1751、FAX5606-5930



▲ものづくりの楽しさを体感

低学年対象

「ビートル」(4足歩行ロボット)を組み立て、デザインコンテストと障害物競争を行います 時 7/22(土)・30(日) 10:00～16:00(全2回) 場 亀戸文化センター5階第1・2研修室(亀戸2-19-1) 入 全日参加可能な小学1～3年生の親子20組(抽選)※こどものみの参加不可 費 9,000円(ロボットキット代含む) 締 6/25(日) 申 亀戸文化センターに電話または窓口で ☎5626-2121、FAX5626-2120

CITY IN THE GREEN
オンラインフォトコンテスト



「緑の中の都市」を表現する作品募集

▲昨年度の入賞作品「夏空」(木場公園)

江東区の緑の写真を募集します。テーマは「CITY IN THE GREEN(緑の中の都市)」です。区内のまとまった緑で、CITY IN THE GREENを表現する作品や、ご家庭・会社等で植樹・花壇づくりやプランター等により、緑化活動を行っている場面を撮影した作品をご応募ください。CIG大賞に選ばれた方には、花とみどりのギフト券10,000円分を贈呈します。また、ご応募いただいた方から抽選で50人に記念品のプレゼントもあります。選ばれた作品は、CIG普及のために活用します。
入 区内在住・在勤・在学の方
応募方法 インターネット上の特設ページから応募(区ホームページからアクセス可)
作品規格 2,560×1,920ピクセル以上(500万画素)

相当以上)の画像データ(JPEG形式ファイルで10メガバイト以内)【賞】CIG大賞(グランプリ)1作品、CIG賞1作品、みどりのまちづくり賞1作品以内、入選および佳作8作品以内
【応募上の注意】
○応募はオンラインのみ(郵送・持ち込みは不可)。
○応募点数は1人4点以内
○応募作品は、応募者本人が平成28年12月10日以降に撮影し、著作権を持っている未発表のものに限る。
○応募作品に人物が含まれる場合、その肖像権等について、必ず本人の許可を得ること。
※詳細および過去の入賞作品は区ホームページをご覧ください。
締 10月31日(火)
管理課 CIG推進係
☎(3647)2079
FAX(3647)8454

ティアラこうとう
「くるみ割り人形」出演者オーディション
プロのバレエ団・管弦楽団と共演

12/22(金)～24(日)にティアラこうとう大ホールで開催される「第32回くるみ割り人形」の出演者オーディションを行います。区の芸術提携団体である東京シティ・バレエ団、東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団と共演し、本格的なバレエの舞台に出演できるチャンスです。未来のバレエダンサーを目指す皆さん、プロと共演できるこの公演にぜひご参加ください。

時【第一次オーディション】8/6(日)11:00～(小学生の部)、15:00～(中学生以上の部)※時間は申込状況により変更する場合があります【第二次オーディション】8/17(木)※第一次オーディション合格者のみ(時間未定) 場 ティアラこうとう大ホール 入 区内在住または区内バレエスタジオ所属を基本とするバレエ経験3年以上(中学生以上は5年以上)の小学生から18歳未満の方で、毎週日曜のリハーサルおよび12/19(火)～21(木)の舞台リハーサルに参加できる方 費 1,000円(オーディション参加費)※合格後のレッスンは、毎週日曜ティアラこうとうリハーサル室で行います。また、公演で使用する衣裳代は各自負担 締 7/1(土)必着 申 往復はがきに①氏名(フリガナ)②性別③年齢④学年⑤経験年数⑥身長⑦所属バレエスタジオ⑧保護者名⑨住所⑩電話番号を記入し、〒135-0002住吉2-28-36ティアラこうとう「くるみ割り人形」オーディション係へ ☎3635-5500、FAX3635-5547



▲昨年の公演より(撮影:鹿摩隆司)