

講座・催しもの

活き体操だよ！全員集合！ (12月・平成30年1月分)

江東区オリジナルの介護予防体操を覚えましょう 時 場 下表のとおり 人 60歳以上の区民(先着順)※福祉会館の利用は登録が必要(住所・生年月日が確認できる書類を持参)※江東区文化センターは年齢制限なし 申 当日直接会場へ 関 地域ケア推進課地域ケア係 ☎3647-9452、FAX 3647-3165

会場	日時	定員
江東区文化センター2階談話ロビー(東陽4-11-3)	12/18(月)、平成30年1/15(月)14:00~	30人
古石場福祉会館和室大(古石場1-11-11) ☎3641-9531	12/9(土)、平成30年1/13(土)13:30~	30人
塩浜福祉会館和室大(塩浜2-5-20) ☎3647-3901	12/9(土)・16(土)、平成30年1/6(土)・13(土)10:30~	25人
千田福祉会館和室大(千田21-18) ☎3647-0108	12/21(木)、平成30年1/18(木)13:30~	30人
東陽福祉会館和室大(東陽6-2-17) ☎3647-8180	12/21(木)、平成30年1/25(木)14:00~	20人
亀戸福祉会館和室大(亀戸1-24-6) ☎3685-8208	12/27(水)、平成30年1/31(水)13:00~	20人
大島福祉会館和室大(大島4-5-1) ☎3637-2581	12/6(水)、平成30年1/27(土)10:00~	25人
東砂福祉会館和室大(東砂7-15-3) ☎3646-0461	12/1(金)、平成30年1/5(金)10:30~	30人

障害者福祉大会

障害者とその家族および地域住民のレクリエーションと交流の場です。一般の方も観覧できます。来場者には、記念品として障害者の方々による手づくり作品を差し上げます 時 12/2(土)13:15~16:05 場 ティアラこうとう大ホール(住吉2-28-36) 費 無料 関 障害者の方々による歌やダンス [出演] to R mansion [司会] 加藤知華 申 当日直接会場へ 関 障害者支援課施策推進係 ☎3647-4749、FAX3699-0329

児童会館

陶芸教室・ベビーマッサージ

1. 陶芸教室「干支の犬の置物を作ろう！」

時 12/9(土) ①14:00~15:00 ②15:30~16:30 人 区内在住で①4歳以上の幼児10人 ②小・中学生10人 ※小学2年生以下は保護者同伴(抽選、結果は当選者の方にのみ12/1(金)連絡) [持ち物] エプロン・手拭きタオル 師 蒲田里奈

2. ベビーマッサージ

時 12/10(日)10:00~10:40、11:00~11:40 人 区内在住で歩き始める前の0歳のお子さんと保護者各回12組(抽選、結果は当選者の方にのみ12/2(土)連絡) ※お父さんの参加も歓迎 [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 申 11/30(木) 申 児童会館に電話または窓口で ☎3633-6911、FAX3633-6936

テニス教室レベル別レッスン

本格的にテニスを始めたい初心者からさらに上達したい経験者まで、レベル別クラスの特別レッスンです。[硬式テニス教室] 場 新砂運動場(新砂3-9-1) ※無料巡回バスあり 師 日本テニス協会公認指導員 [ソフトテニス教室] 場 荒川・砂町庭球場(東砂3-28-13) 師 日本ソフトテニス連盟公認指導員 ※いずれも 時 人 別表のとおり(抽選) 費 各3,300円 申 12/8(金)必着

申 往復はがき(1人1枚)に①レベル別テニス②教室番号③時間④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧住所⑨テニス経験の有無(具体的に)⑩無料レンタルラケットの要不要を記入し、〒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、FAX3522-0855

水曜硬式テニス教室(教室番号:1)

開催日(回数)・時間	対象・定員
平成30年1/10、17、24(全3回)	9:15~10:45 16歳以上の女性20人 11:00~12:30 16歳以上のテニス経験(上級)者20人 12:45~14:15 16歳以上のテニス経験(中級)者20人 14:30~16:00 16歳以上のテニス初心者20人

木曜硬式テニス教室(教室番号:2)

開催日(回数)・時間	対象・定員
平成30年1/11、18、25(全3回)	9:15~10:45 16歳以上の女性20人 11:00~12:30 16歳以上のテニス経験(上級)者20人 12:45~14:15 16歳以上のテニス経験(中級)者20人 14:30~16:00 16歳以上のテニス初心者20人

ソフトテニス教室(教室番号:3)

開催日(回数)・時間	対象・定員
平成30年1/11、18、25(全3回)	9:15~10:45 16歳以上でテニス初心者の女性12人 11:00~12:30 16歳以上のテニス経験(中級)者12人 13:20~14:50 16歳以上のテニス経験(上級)者12人



障害者福祉センター リフレッシュ体操教室(4期)

時 平成30年1/6~2/24の土曜(全8回)13:30~14:30 場 障害者福祉センター3階会議室 人 区内在住の障害者の方(詳細はお問い合わせください)20人(12/5(火)10:30から公開抽選) 費 地域活動支援センター事業利用者負担金(1回につき240円※生活保護受給者・住民税非課税の方などは免除) 関 筋力を鍛える体操やストレッチ・マッサージを取り入れたソフトヨガなど 申 12/4(月)必着 申 往復はがきに教室名・住所・氏名・年齢・電話(ファクス)番号・障害名(病名)・障害の等級を記入し、〒135-0011扇橋3-7-2障害者福祉センターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎3699-0316、FAX3647-4918

認知症を理解しよう

映画上映会「徘徊ママリン87歳の夏」

時 ①12/2(土)13:00~、15:00~ ②12/3(日)10:00~、13:00~、15:00~ 人 区内在住・在勤の方60~80人(申込順) 費 無料 申 各会場のふれあいセンターに電話または窓口(未登録の方は登録が必要。保険証等持参)で 場 関 ①亀戸ふれあいセンター(亀戸9-33-2-101) ☎5609-8822、FAX5609-8821 ②城東ふれあいセンター(北砂4-20-12) ☎3640-8651、FAX3699-6744

中川船番所資料館 資料殺虫・燻蒸サービス

皆さんがお持ちの古文書や絵画、彫刻などの資料を殺虫・燻蒸します。※資料の材質などにより、お預かりできない場合があります。必ず事前にお問い合わせください 費 無料 申 12/12(火)17:00 申 電話で中川船番所資料館へ [受入期間] 12/13(水)~16(土) ※資料館へ直接持込 [返却期間] 12/22(金)~26(火) (12/25(月)を除く) ※持込・返却は開館時間内(9:00~17:00)にお願いします 関 中川船番所資料館 ☎3636-

9091、FAX3636-9094

保健

HIV・梅毒抗体検査・相談(12月分)

時 下表のとおり 費 無料 関 匿名で実施できます 申 当日直接会場へ 場 関 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 12/11(月) 12/25(月)	9:00~10:00
結果日 12/25(月) 1/15(月)	10:00~10:30

休館・休止

ご不便をおかけします

コンビニ交付・自動交付機

12/2(土)・3(日)の終日はコンビニ交付サービスと自動交付機、12/23(土・祝)の終日はコンビニ交付サービスの利用を休止。システムメンテナンスのため。住民票・印鑑証明・税証明が必要な方はご注意ください 関 区民課証明係 ☎3647-3164、FAX3647-8471

古石場文化センター

12/3(日)~8(金)、小津安二郎紹介展示コーナーを休止。展示替えのため 関 古石場文化センター ☎5620-0224、FAX5620-0258

深川スポーツセンター

12/9(土)午前(バドミントン・ミニバスケットボール)・10(日)全日(ソフトテニス・バドミントン)、大体育館の一般公開を中止。スポーツ塾・イベント開催のため 関 深川スポーツセンター ☎3820-5881、FAX3820-5884

中川船番所資料館

12/18(月)~21(木)を休館。資料燻蒸のため 関 中川船番所資料館 ☎3636-9091、FAX3636-9094

スポーツ会館

12/23(土・祝)午後・夜間の大体育室(バスケットボール・バドミントン)の一般公開を中止。大会等開催のため 関 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

官公署

若洲アウトドア料理教室

時 12/9(土)15:00~19:00(受付14:45~) 場 若洲公園キャンプ場(若洲3-2-1) 人 15組(申込順) 費 一組10,800円(食材4人相当)および公園施設使用料(大人300円、小中学生150円) 関 キャンプやバーベキューで作れるメニューを紹介 申 11/25(土)から電話でヒーロー予約センター ☎050-5835-0493(9:00~18:00) 申 bbq-resv@hero.co.jp 関 若洲公園キャンプ場 ☎080-8495-8956、FAX3521-8470

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. 井戸端カフェ「しゃべり場」

時 11/30(木)13:30~16:00 場 大島中央地区集会所(大島5-12-14) 関 誰でも参加できる歌や踊り、オリジナル認知症予防体操など、参加者が主役の楽しいイベント盛りだく

さん 関 関東シニアライフアドバイザー協会江東部会 ☎080-3400-9449、FAX3683-0702

2. アス・ギャラリーカフェ

時 11/30(木)14:00~16:00 関 アメリカの大自然をスライドショーでお見せします。地球の原風景・自然が作り上げた造形をお楽しみください 場 関 アス・フォトギャラリー(東陽1-15-4) ☎090-1600-2362(山口) ※いずれも 費 無料 申 当日直接会場へ

ワインセミナー

時 12/8(金)18:30~20:30 場 産業会館(東陽4-5-18) 人 区内在住・在勤の20歳以上42人(申込順、1グループ4人まで) 費 2,500円(当日徴収) 関 [第1部] ワインセミナー・テイasting、[第2部] 親睦懇親会(オードブルと飲物を用意) 申 11/27(月)9:00から電話で産業会館 ☎5634-0522、FAX3699-6017

順天堂東京江東高齢者医療センター 認知症家族教室

時 12/1(金)15:00~16:00 場 順天堂東京江東高齢者医療センター1階会議室(新砂3-3-20) 人 50人(申込順) 費 無料 関 認知症専門医によるお話 師 一宮洋介(医師) 申 11/30(木) ※定員になりしだい終了 申 11/25(土)から電話で順天堂東京江東高齢者医療センター(浅木・矢村) ☎5632-3180

新春ロードレース

時 平成30年1/14(日)8:00受付9:30スタート(雨天・荒天中止) 場 猿江恩賜公園(毛利2-13-7) 人 200人(申込順) 費 1,000円(傷害保険料含む) [種目] A:10,260m、B:5,130m、C:3,420m、D:2,565m [表彰] 各部1~6位に賞品 [主催] 江東マラソンクラブ [共催] NPO法人ななすぽ 申 12/16(土)必着 ※定員になりしだい終了 申 11/25(土)からホームページにある申込書に住所・氏名・年齢・電話番号・性別・所属・種目・申告タイムを記入し、ななすぽにファクスで ※ホームページからも申込できます FAX3631-8455 申 <http://7supo.com/>

行政書士による外国人無料相談会

時 12/4(月)13:00~16:00 場 区役所2階区民ホール 関 ビザ・永住・帰化・国際結婚・経営・法改正等 申 当日直接会場へ 関 東京都行政書士会江東支部 ☎4500-2995 申 uchida@citrus.ocn.ne.jp

みんなのひろば

「脳トレ」親睦・健康麻雀会 新会員募集!

時 月・火・木・金曜10:00~16:30 場 亀戸2丁目 人 麻雀歴3年以上の方 費 1日1,000円(軽食付き) 関 賭けない、吸わない、高齢者のストレス解消「脳を活性化」=脳トレ=健康麻雀です。最新機能搭載のゲーム機活用、疲れも半減! 関 丹所 ☎090-3518-0358

初心者限定の立礼式茶道教室 いすに座ってお茶が楽しめます

時 月1回、日曜13:30~16:00 場 パルシティ江東3階和室(扇橋3-22-2) 費 入会金なし、月謝1,500円、水屋代500円 関 裏千家の宗賀先生が丁寧に指導いたします。日常を離れてゆったりした時間を共に過ごしましょう 関 つくしの会 山下 ☎3699-5177

「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・関までお問い合わせください。