

講座・催しもの つづき

児童会館
陶芸教室・天体観望会

1. 陶芸教室「たたら作りに挑戦(お皿)」
時 5/27(土) ①14:00~15:00 ②15:30~16:30 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み5/11(木)連絡) 費 無料 [持ち物] エプロン・タオル 師 蒲田里奈

2. 天体観望会「木星とプレセペ星団」
時 5/27(土) 集 19:30(19:45受付終了) 区 なたでも60人(抽選、結果は当選者のみ5/12(金)連絡)※小学生以下は保護者の申込と当日の付添が必要 費 無料 内 順番に2つの天体を観測します※雨天・曇天の場合は、2階ホールで星空解説 師 有賀真由美・山内康晃
※いずれも 場 児童会館(住吉1-9-8) 縮 5/10(水) 申 児童会館に電話または窓口で ☎3633-6911、FAX3633-6936

中川船番所資料館
「親子でハゼ釣り竿づくり教室」

竹から2本継の釣り竿を作る教室です。危険な工程や難しい処理はありませんので、お子さんも安心して製作できます。親子で協力してオリジナルの竿を作りましょう 時 6/24(土) 10:00~12:00 場 中川船番所資料館1階会議室(大島9-1-15) 区 小・中学生10人(申込順)※小学5年生以上は1人参加可 費 1,200円 内 オリジナルのハゼ釣り用竿作り 師 寺田浩之(ココペリプラス) 申 5/10(水) 9:00から中川船番所資料館に電話または窓口で ☎3636-9091、FAX3636-9094

健康センタートレーニング
ルーム利用会員募集(6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 6/3(土)・9(金)・10(土)・17(土)・24(土)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 区 各日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 5/5(金・祝) 9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

健康センター
短期健康づくり講座

1. 腰痛予防改善体操
時 6/2・9・16・30(金曜全4回) 10:00~11:15 区 区内在住・在勤で中学生を除く15歳以上の方40人(申込順)※医師に運動を止められている方は受講できません 内 腰痛予防および改善に役立つ体操

2. スポーツ吹矢
時 6/3・10・17・24(土曜全4回) 15:00~17:00 区 区内在住・在勤で中学生を除く15歳以上の方20人(申込順) 内 スポーツ吹矢で健康づくり
※いずれも 場 健康センター(東陽2-1-1) 費 2,440円 申 5/6(土) 9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

障害者水泳教室

時 5/21(日) 9:30~11:00 場 スポーツ会館プール(北砂1-2-9) 区 おおむね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 窓口にある申込用紙に必要事項を記入し、5/5(金・祝)からスポーツ会館にファクスまたは窓口でFAX3649-3123、☎3649-1701

バレーボール教室

時 6/7~7/26(水曜全8回) 19:00~20:30 場 スポーツ会館大体育室[主催]江東区バレーボール連盟 区 高校生以上の方100人(申込順) 費 4,000円 縮 5/24(水) 必着 申 往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒136-0073北砂1-2-9スポーツ会館へ ☎3649-1701、FAX3649-3123

リフレッシュヨガ教室

ゆったりとした1時間を過ごし、日頃の疲れやストレスを吹き飛ばしませんか?(マットの貸出可) 時 6/8~7/13の木曜(全6回) 14:00~15:00 場 潮見野球場・庭球場管理事務所内会議室(潮見1-1-1) 区 16歳以上の健康な方20人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) 費 3,000円 師 渡辺美保(全米ヨガアライアンスRYT200) 縮 5/29(月) 必着 申 往復はがきに①教室名②氏名(ふりがな)③年齢④性別⑤住所⑥電話番号⑦ヨガ歴⑧マット貸出の有無を記入し、〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855

城東ふれあいセンター
大正琴コンサート

大正琴の会「彩のここと」によるアンサンブルコンサートです 時 5/29(月) 13:30~15:00 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 5/8(月)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

60歳からのパソコン教室
—パソコン入門コース—

時 6/27~9/26の火曜(8/8・15を除く全12回) 13:20~14:50 場 江東区文化センター(東陽4-11-3) 区 区内在住の60歳以上の方10人(申込順) 費 16,400円(教材費込) 申 5/8(月)から費用を持参し、シルバー人材センター(東陽6-2-17高齢者総合福祉センター2階) 窓口で ☎3649-3568、FAX3615-0950



保健

難病医療相談室

時 5/19(金) 13:30~15:00 場 江東区医師会館(東陽5-31-18) 区 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 縮 5/16(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

5/13(土)午後・夜間、5/14(日)全日の大体育室と多目的ホールの一般公開を中止。イベントのため 区 深川スポーツセンター ☎3820-5881、FAX3820-5884

スポーツ会館

5/21(日) 9:30~11:45、プールの一般公開を中止。障害者水泳教室開催のため。5/21(日)午前・午後、大体育室(ビーチボール、バドミントン)、柔道場・剣道場(各種武道)、5/21(日)全日、小体育室(卓球)の一般公開を中止。大会開催のため 区 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

官公署

東京スイソミル ~LaQで
つくろう!未来のまち~

時 5/3(水・祝)~7(日) 9:00~16:30 区 [LaQ]を使って、楽しみながら未来の水素社会を作ります。土・日曜はLaQ博士を招いたワークショップを開催(先着順)。その他、燃料電池の工作、えこくる江東とのスタンプラリーなど 申 当日直接会場へ 場 区 東京スイソミル(潮見1-3-2) ☎6666-6761 区 <https://www.tokyo-suisomiru.jp/>

新規学卒者求人申込説明会
(事業所向け)

来春卒業予定者の求人方法について、説明会を開催します。当日は、求人申込書などの各種資料も配付しますので、求人予定のある事業所は、ご出席ください 時 5/23(火) 13:30~15:30(受付13:00~) 場 亀戸文化センターカメラホール(亀戸2-19-1) 区 新規学卒者向けの求人予定がある事業所 申 当日直接会場へ 区 ハローワーク木場事業所第一部門 ☎3643-8612

その他

江東・マンションふぉーらむ21
総会・講演会

時 5/20(土) 13:15~16:30 場 産業会館2階第12会議室(東陽4-5-18) 区 70人(申込順) 費 会員無料、会員外500円 内 講演「役に立つマンション給排水設備の改修事例」 師 泉谷賢司((株)太平エンジニアリング) 縮 5/17(水)※定員になりしだい終了 申 5/8(月)からファクスにマンション名・住所・氏名・電話番号を記入し、江東・マンションふぉーらむ21事務局(塚島)へ ☎・FAX4500-7223

認知症カフェ

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. ふくろうカフェ

時 5/9(火) 11:00~15:00 場 Ako Café(亀戸4-25-1) 区 歌声喫茶ほか 区 亀戸北長寿サポートセンター ☎5626-0671、FAX5626-0133

2. ラウレア

時 5/10(水) 11:00~16:00 区 歌声喫茶ほか 場 区 ブルーオーシャンカフェ(住吉2-2-4) ☎6659-6537、FAX

6659-9803 区 <http://blueoceancafe.tokyo>

3. アロマカフェ

時 5/11(木) 14:00~16:00 場 千田福祉会館1階洋室(千田21-18) 区 折り紙教室。カフェ利用者とのお話し会 区 ライフレッシュ・ケア江東 ☎5677-5075、FAX3699-0828

4. e-cafe東陽

時 5/13(土) 13:00~14:30 場 高齢者総合福祉センター3階(東陽6-2-17) 区 カフェ利用者の交流 区 東陽長寿サポートセンター ☎5665-4547、FAX5606-8863

※いずれも 費 無料(飲食代実費) 申 当日直接会場へ

愛和病院・清らかの里 健康相談

5/14の「看護の日」にちなんで無料で健康相談や栄養相談・介護相談を実施します 時 5/14(日) 9:30~12:00※雨天中止 場 仙台堀川公園ゲートボール場(北砂7) 区 なたでも 費 無料 区 身長、体重、体脂肪、血圧などの身体測定と健康相談や栄養相談 申 当日直接会場へ 区 (医)愛育メディカルセンター 安齋 ☎5634-5400

みんなのひろば

童謡唱歌を大勢で歌っています
楽しいひと時をご一緒に

時 隔週金曜14:00~16:00 場 東大島文化センター(大島8-33-9) 費 半期7,200円(10講座) 区 大声で童謡唱歌ほか世界の名曲を歌い、しばし青春を取り戻しましょう。見学歓迎 区 福山恵(日本オペラ協会所属)、遠藤夏絵(ピアノ) 区 童謡唱歌を歌う会 岡本 ☎3640-2724

江東区武術太極拳交流大会と
無料講習会のおしらせ

時 5/28(日) 10:00~15:00 場 東砂スポーツセンター(東砂4-24-1) 区 なたでも 費 無料 区 太極拳、剣扇等表演。「参観者も一緒に」あり。室内靴持参 [無料講習会] 時 6/11(日) 10:30~11:50 場 スポーツ会館(北砂1-2-9) 区 江東区武術太極拳連盟事務局 本田弘子 ☎3644-9460

夢いろいろ世界のおりがみ展
作品の展示と講習

時 6/6(火)~11(日) 10:00~17:00 場 江東区文化センター展示ロビー(東陽4-11-3) 区 なたでも 費 無料 [講習会] ①11:00~②13:30~③15:00~(各40分)参加費300円 区 パンダ・花等を折ります 申 展示会・講習とも当日直接会場へ 区 江東おりがみ 井上文雄 ☎3640-1634

城東フェニックスジュニア
サッカークラブ部員募集

時 土・日曜、祝日 場 第七砂町小学校(東砂3-21-5)・砂町中学校(北砂6-16-28)ほか 区 幼児~小学生男女 費 入会金2,000円、月会費2,000円(幼児無料)、合宿等別途 区 当番制なし。激しく、楽しく、礼儀正しくをモットーに練習しています。体験入部歓迎 申 笠原 ☎090-8854-8280

ヨガで心と身体を整えませんか
(自力整体=ヨガ)

時 7月からの木曜①9:15~10:35・②10:45~12:00、金曜10:30~12:00(木曜か金曜いずれか月3~4回程度) 場 砂町文化センター(北砂5-1-7) 区 なたでも 費 入会金1,000円、月会費3,500円 区 木曜①やさしいヨガ・②パワーヨガ、金曜パワーヨガ 区 五十嵐 ☎3648-1527

マイナンバー制度に便乗した不審な問い合わせ(電話・郵便・メール等)があった場合は最寄の警察署へご相談ください。
○深川警察署 ☎3641-0110 ○城東警察署 ☎3699-0110 ○東京湾岸警察署 ☎3570-0110
※通知カードやマイナンバーカード(個人番号カード)に関する問合せは、江東区個人番号カードコールセンター ☎0570-04-5010へ

「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・区までお問い合わせください。