

講座・催しものつづき

児童会館 陶芸教室・天体観望会・ベビーマッサージ

1. 天体観望会「すばる」

時 2/17(土) 集 19:00に2階ホール  
人 どなたでも60人(抽選、結果は当選者にのみ2/13(火)連絡)※小学生以下は保護者の申込と当日の付添が必要 師 有賀真由美・山内康晃※雨天・曇天の場合は、2階ホールで1時間程度星空解説

2. 陶芸教室「たたら作りに挑戦!ペン立てを作ろう」

時 2/24(土) ①14:00~15:00②15:30~16:30 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、結果は当選者にのみ2/14(水)連絡) [持ち物] エプロン・手拭きタオル 師 蒲田里奈

3. ベビーマッサージ

時 2/25(日) ①10:00~10:40②11:00~11:40 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、結果は当選者にのみ2/15(木)連絡)※お父さんの参加も歓迎です [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 締 2/10(土) 申 児童会館に電話または窓口で ☎3633-6911、FAX3633-6936

舞踊作家協会

親子で楽しむ創作ダンス鑑賞

絵本をテーマにした創作ダンスを鑑賞しましょう 時 3/3(土) 15:00~(開場14:30) 場 ティアラこうとう小ホール(住吉2-28-36) 人 3歳以上のこどもとその親50組100人(抽選) 内 「踊る絵本~見て、聞いて、描いて、踊る!~」 [出演] ヒサコウメダジャズダンスミックスファクトリー、カセイ イノウエ、真島恵理バレエスタジオ・ダンスエマーシほか [芸術監督] 真島恵理 締 2/15(木) 消印有効 申 往復はがきに住所・氏名・電話番号を記入し、〒135-0002住吉2-28-36ティアラこうとう「踊る絵本」係へ ☎3635-5500、FAX3635-5547

深川スポーツセンター杯 カローリング大会  
カーリングに似た、3人1組で床の上で行うスポーツです。初心者歓迎です 時 3/4(日) 9:00~12:30(予定) 場 深川スポーツセンター3階大体育室 人 小学生以上で3人1組、48チーム(区民を優先し、抽選)※個人の申込は不可 費 無料 締 2/19(月) 必着 申 往復はがき(1組1枚)に①チーム名②代表者の氏名・住所・電話番号③参加者(3人分)の氏名・年齢を記入し、〒135-0044越中島1-2-18深川スポーツセンターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎3820-5881、FAX3820-5884

深川スポーツセンター杯 カローリング大会

健康センタートレーニングルーム利用会員募集(3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 3/6(火)・10(土)・17(土)・23(金)・31(土)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 人 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 2/6(火) 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 定期測定会・健康講演会

1. 定期測定会  
時 2/25(日) 9:30・10:00・10:30・11:00・11:30のいずれか 場 健康センター1階ロビー(東陽2-1-1) 人 区

FAX5609-9574

全国統一かけっこチャレンジ

全国で同じ大会が開催されているので、自分のタイムの全国順位がわかります 時 3/25(日) 9:00~※荒天中止 場 夢の島競技場(夢の島1-1-2) 人 5歳以上の方1,000人(申込順)※18歳未満は保護者の承諾が必要※小学生以下は保護者同伴 費 大人1,100円、こども(高校生まで)600円※参加費は種目ごとに必要 内 50m走・100m走・かけっこ教室・世界記録体感コーナー等 締 3/11(日) 20:00※定員になりしだい終了 申 2/5(月) 10:00から夢の島競技場および各スポーツセンターにある申込用紙に必要事項を記入し、参加費を添えて夢の島競技場窓口で※全国統一かけっこチャレンジホームページ(<http://www.kakekko-japan.com/>)からも申込できます 問 屋外スポーツ施設事務所 ☎3522-0846、FAX3522-0855、全国統一かけっこチャレンジ事務局 e user.support@kakekko-japan.com/

わくわくノルディックウォーキング

時 ①2/20(火)②2/27(火) 10:00~13:00※雨天中止 場 深川地域周辺 人 高校生以上の健康な方10人(抽選) 費 500円 内 深川地域周辺でノルディックウォーキングによる七福神めぐり 締 2/13(火) 必着 申 往復はがき(1人1枚)に①わくわくノルディックウォーキング②参加希望日③住所④氏名(ふりがな)⑤性別⑥年齢⑦電話番号⑧経験の有無⑨現在運動の有無⑩レンタルストック(無料)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 ☎3522-0846、FAX3522-0855

FC東京U-23

J3リーグ開幕戦無料招待

夢の島競技場で開催される、明治安田生命J3リーグ2018FC東京U-23開幕戦(アスルクラロ沼津戦)に無料招待します 時 3/11(日) 14:00 場 夢の島競技場 人 区内在住の方50組100人(抽選)※重複申込無効 費 無料 締 2/10(土) 必着 申 往復はがき(1人1枚)に①J3リーグ観戦②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を記入し、〒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「J3リーグ観戦招待」係へ ☎3522-0846、FAX3522-0855

健康センタートレーニングルーム利用会員募集(3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 3/6(火)・10(土)・17(土)・23(金)・31(土)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 人 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 2/6(火) 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 定期測定会・健康講演会

1. 定期測定会  
時 2/25(日) 9:30・10:00・10:30・11:00・11:30のいずれか 場 健康センター1階ロビー(東陽2-1-1) 人 区

内在住・在勤で中学生を除く15歳以上の方各15人(申込順) 費 無料 内 握力、体組織(筋肉・脂肪量)、血管年齢等の測定

2. 健康講演会「笑い与健康講座」

「生きがい」を持つことは自己実現に必須です。事例を絡めてお話しします 時 2/25(日) 14:00~16:00 場 健康センター4階会議室(東陽2-1-1) 人 80人(申込順) 費 無料 師 柳家喬の字(落語家・社会福祉士) ※いずれも 申 2/6(火) 9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

講演会「知っておきたい遺言・信託・成年後見」

時 3/1(木) 13:30~15:30 場 障害者福祉センター3階会議室(扇橋3-7-2) 人 区内在住、在勤の方で、障害の有無にかかわらず「終活・親なきあと」について関心のある方50人(申込順) 費 無料 師 渡部伸(親なきあと相談室・渡部行政書士事務所代表) 締 2/23(金) 申 2/5(月) から電話、窓口、またはファクスに講座名・住所・氏名・年齢・電話(ファクス)番号を記入し、障害者福祉センターへ ☎3699-0316、FAX3647-4918

手話通訳者登録試験

時 3/18(日) 場 高齢者総合福祉センター(東陽6-2-17) 人 次のすべてに該当する方①区内在住・在勤・在学で江東区手話講習会手話通訳Ⅱコース修了者、その他同等の手話技術を有する方②合格後に江東区登録手話通訳者として活動できる方③20歳以上の方(登録時)④他区市町村に登録のない方(他地域との兼任は不可) 内 面接・聞き取り手話通訳表現・手話読み取り口述通訳 締 3/5(月) 19:00 申 江東ボランティア・センター(高齢者総合福祉センター2階) 窓口で ☎3645-4087、FAX3699-6266

60歳からのパソコン教室 入門コース

時 4/3~6/19の火曜(全12回) 9:30~11:00 場 江東区文化センター(東陽4-11-3) 人 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 2/13(火) 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

美と健康のためのヘルシー減塩クッキング教室

減塩と野菜摂取量アップから家族の健康を考えます。薄味の工夫は赤ちゃんの食事にも役立ちます 時 3/1(木) 13:30~15:00 場 深川南部保健相談所(枝川1-8-15-102) 人 区内在住の子育て世代の女性(妊娠・出産を控えた方を含む)20人(申込順) 費 無料 師 若宮寿子(栄養士・料理研究家) 申 2/5(月) 9:00から電話で深川南部保健相談所栄養士 ☎5632-2291、FAX5632-2295

こどもとからだを動かそう 子育てママの健康講座

日々の子育てで忙しいママたちを対象に、こどもと一緒にできる体操、食事や歯の健康、乳がん予防についてお話しします 時 3/5(月) 10:00~12:00 場 深川南部保健相談所(枝川1-8-15-102) 人 区内在住の1歳6か月~就学前のこどもと母親30組 費 無料 師 齊藤なみる 申 2/5(月) から電話で深川南部保健相談所 ☎5632

-2291、FAX5632-2295

食と健康づくり教室

認知症の最新知識、食生活について実演と試食を交えてご紹介します 時 2/22(木) 13:30~15:30 場 城東南部保健相談所(南砂4-3-10) 人 区内在住の方30人(申込順) 費 無料 内 講義「知っていればこわくない!認知症の新常識」 [持ち物] 筆記用具 師 新谷太(新谷医院院長) 申 2/6(火) 9:00から電話またはファクスに①講座名②氏名③年齢④住所⑤電話番号を記入し、城東南部保健相談所へ ☎5606-5001、FAX5606-5006

難病医療相談室

時 2/16(金) 13:30~15:00 場 江東区医師会館(東陽5-31-18) 人 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 締 2/13(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

その他

順天堂東京江東高齢者医療センター いきいき健康茶論

時 3/3(土) 14:00~16:00 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 内 認知症と栄養・リハビリ 師 認定看護師 申 2/5(月) から電話で順天堂東京江東高齢者医療センター(認知症疾患医療センター) ☎5632-3180

弁護士による法律相談会

時 2/16(金) 18:30~20:50 場 豊洲文化センター8階第2研修室(豊洲2-2-18) 人 12人程度(申込順) 費 無料 内 相続、離婚、借金、賃貸借・売買など 申 2/5(月) 10:00から電話で東京弁護士会法友全期会(本郷綜合法律事務所・織田英生(東京弁護士会所属))に ☎3502-0246(土・日曜、祝日を除く10:00~17:00)

認知症カフェ開催

1. アロマカフェ  
時 2/8(木) 14:00~16:00 場 千田福祉会館1階洋室(千田21-18) 内 おりがみ教室、カフェ利用者との話し会ほか 問 ライフレッシュ・ケア江東 ☎5677-5075、FAX3699-0828

2. オレンジカフェ

時 2/8(木) 14:00~16:00 場 多世代交流ひろば「パルひろば辰巳」(辰巳1-1-34) 内 「成年後見制度について」「音楽で認知症予防」ほか 問 NPO・えん ☎3522-0302

3. e-cafe東陽

時 2/10(土) 13:00~14:30 場 高齢者総合福祉センター3階(東陽6-2-17) 内 カフェ利用者の交流 問 東陽長寿サポートセンター ☎5665-4547、FAX5606-8863

4. ふくろうカフェ

時 2/13(火) 11:00~15:00 場 Akō Café(亀戸4-25-1) 内 ピアノ演奏による合唱ほか 問 亀戸北長寿サポートセンター ☎5626-0671、FAX5626-0133

5. ラウレア

時 2/14(水) 11:00~16:00 内 パンフルート演奏会ほか 場 問 ブルーオーシャンカフェ(住吉2-2-4) ☎6659-6537、FAX6659-9803 問 <http://blueoceancafe.tokyo> ※いずれも 費 無料(飲食実費) 申 当日直接会場へ