

講座・催しものつづき

パラリンピック種目

「ブラインドスイミング」体験

ブラックゴーグルを利用したブラインドスイミング体験を行います  
時 3/18(日)14:00~14:45 場 スポーツ会館プール(北砂1-2-9) 入 20人(先着順) 費 一般400円、中学生以下150円、区内在住65歳以上150円(プール個人利用料金) 申 当日直接会場へ 問 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

健康センター定期測定会

時 3/18(日)①9:30②10:00③10:30④11:00⑤11:30 場 健康センター1階ロビー(東陽2-1-1) 入 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、体組成(筋肉量と脂肪量)、血管年齢等の測定 申 3/15(木)9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

夢スタ・アスリートクラブ

基本技術習得から健康増進、初心者から上級者まで楽しめる陸上競技教室です。週替わりでさまざまな種目に挑戦します 時 4/6~7/20の金曜(5/4、6/1を除く全14回)18:30~20:30 場 夢の島競技場 入 小学4年生以上の健康な方30人(抽選) 費 高校生以上5,600円、小中学生2,100円 師 日本体育協会陸上競技指導員ほか 締 3/26(月)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①教室名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢(小中学生は学校名・4/1時点の学年)⑥希望種目を記入し、〒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

夢の島ランニングクラブ

時 4/13・20、5/11・25、6/8・22、7/6・20、8/10・24、9/7・14、10/12・26、11/2・9(金曜全16回)19:00~20:45※荒天中止 場 夢の島競技場 入 16歳以上の健康な方40人(抽選) 費 8,000円 内 ウォーミングアップの方法から走り方、その他トレーニング方法 師 西田隆維(カナダエドモント世界陸上マラソン日本代表)、吉澤永一(パリ世界陸上20km競歩日本代表)ほか 締 3/31(土)必

着 申 往復はがき(1人1枚)に①教室名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢⑥電話番号⑦ランニング歴を記入し、〒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

リフレッシュヨガ教室

時 4/12~7/12の木曜(5/3を除く全13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) 入 16歳以上の健康な方17人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) 費 7,150円 師 渡辺美保(全米ヨガアライアンスRYT200他) 締 4/3(火)必着 申 往復はがき(1人1枚)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夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855

保健

精神保健講演会 「大人の発達障害とその対応」

発達障害は大人になってから気づくこともあり、社会に出てから困難を感じる方もいます。本人のこだわりや生きづらさを理解し、関わり方のポイントを専門医から学びませんか 時 3/26(月)15:00~17:00(開場14:30) 場 城東保健相談所(大島3-1-3) 入 50人(申込順) 費 無料 内 専門医による講演 師 遠藤季哉(関東医療少年院医務課長) 申 3/15(木)8:30から電話で城東保健相談所 ☎3637-6521、FAX3637-6651

呼吸体操教室

慢性呼吸器疾患による息苦しさをやわらげる「呼吸筋ストレッチ体操」を行います 時 3/22(木)14:00~16:00(受付13:30~) 場 健康センター(保健所)4階会議室(東陽2-1-1) 入 区内在住で、気管支ぜん息・肺気腫・慢性気管支炎と診断されている成人の方50人(先着順)※動きやすい服装でお越しください 費 無料 師 根本伸洋(イムス東京葛飾総合病院・理学療法士) 申 当日直接会場へ 問 保健所健康推進課公害保健係 ☎3647-9564、FAX3615-7171

30代のための健診 (生活習慣病予防健診4月分)

時 場 別表のとおり 入 健診日現在30~39歳の区民の方各会場25人(抽選)※最近1年以内に受診された

方のご遠慮ください 費 無料 内 血液・尿検査・腹囲測定等 締 3/20(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(重複申込不可)※電子申請も可 問 <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	4/10(火) 9:00~	4/27(金) 13:10~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	4/4(水) 13:10~	4/17(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	4/6(金) 12:45~	4/20(金) 13:30~

※城東南部保健相談所は5月に実施予定

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

在宅で療養されている高齢の方や、心身の障害のために通院が難しい方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

スポーツ会館

3/31(土)午後(バスケットボール・バドミントン・卓球)および夜間(バレーボール・バドミントン・卓球)の大体育室・小体育室の一般公開を中止。大会準備のため 問 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

官公署

子育て応援とうきょうパスポート アプリ配信開始

中学生以下のお子さんや妊娠中の方がいる世帯に、企業や店舗等が商品の割引や粉ミルクのお湯などサービスを善意で提供する「子育て応援とうきょうパスポート事業」のアプリができました。2,000店を超える協賛店のほか、赤ちゃん・ふらっと事業登録施設や小児救急医療機関、

自転車の一時駐輪場といった、外出に役立つさまざまな場所を検索することができます。運営サイト( <http://kosodate.pass.metro.tokyo.jp/> )のリンクをクリックするか、「Google Playストア」「App Store」で検索しダウンロードしてください 問 東京都福祉保健局計画課子育て応援事業担当 ☎5320-4115、FAX5388-1406

登記事項証明書等の手数料はインターネット請求がお得

土地・建物、会社・法人の登記事項証明書の手数料は、インターネット請求(窓口受取480円、郵送受取500円(送料込))、書面請求600円です。申請方法等の詳細は、法務局ホームページ( <http://houmukyoku.moj.go.jp/homu/static/index.html> )をご覧ください 問 東京法務局墨田出張所 ☎3631-1408、FAX3846-4457

砂町水再生センター 「桜を観る会」

時 3/30(金)・31(土)10:00~15:00 内 センター内を一般開放し桜をお楽しみいただきます(飲酒・ペット持込は禁止) 申 当日直接会場へ※車での来場はご遠慮ください 場 問 砂町水再生センター(新砂3-9-1) ☎5632-2180

東京都虹の下水道館 春休みスペシャルイベントデー

時 3/25(日)9:30~16:00 内 いろいろなパズルが登場! オリジナルパズル工作や、謎を解いたらプレゼントがもらえる「謎解き下水道にチャレンジ!」、下水道の仕事が体験できる「親子でお仕事体験」など 費 無料 申 当日直接会場へ 場 問 虹の下水道館(有明2-3-5有明水再生センター5階) ☎・FAX5564-2458 問 <http://www.nijinogesuidoukan.jp/>

臨海副都心 チューリップフェスティバル

シンボルプロムナード公園では、3月中旬~4月中旬にかけて、関東最多400品種20万球のチューリップが咲き誇ります。見頃に合わせて切り花無料配布やチューリップ花壇を巡るガイドツアー、スタンプラリー等を行います 時 3/31(土)10:00~16:00(雨天決行) 場 シンボルプロムナード公園(青海1) 費 無料 申 当日直接会場へ 問 東京港埠頭(株)企画開発課 ☎3599-7305(平日9:00~17:00) 問 <http://www.tptc.co.jp/park/event/detail/293>



夢の島ランニングクラブ  
時 4/13・20、5/11・25、6/8・22、7/6・20、8/10・24、9/7・14、10/12・26、11/2・9(金曜全16回)19:00~20:45※荒天中止 場 夢の島競技場 入 16歳以上の健康な方40人(抽選) 費 8,000円 内 ウォーミングアップの方法から走り方、その他トレーニング方法 師 西田隆維(カナダエドモント世界陸上マラソン日本代表)、吉澤永一(パリ世界陸上20km競歩日本代表)ほか 締 3/31(土)必

ダウンロードしたテキストを見たが複雑でわかりにくいので、サポートサービスに電話をしたが、いつも留守番電話で話ができない。メールしても返信が来ない。

「全然つながらない!」  
「困りの時はご相談ください」  
「消費センター(相談専用) ☎(3647)9110 FAX(5683)0318」

事例 副業紹介サイトに登録したら、確実に儲かる方法という情報商材の広告動画がメールで送られてきた。内容を信じて20万円で購入した。



「情報がポイント」  
「ラクして儲かる」「高配当確実」等、常識ではあり得ないような文句は信じない。  
お困りの時はご相談ください

**発信! 消費者注意報 16**  
「絶対に儲かる」とうたう情報商材に注意  
インターネット上では、さまざまな情報が売買されています。例えば、投資やギャンブルの必勝法、サイドビジネスや美容・趣味など、幅広いジャンルのノウハウがダウンロード等により提供されます。このような商品を「情報商材」と言います。  
情報商材は購入するまで中身が見られないので、購入後にトラブルとなる場合があります。なかでも投資やサイドビジネスなど、悪質な事業者の場合、「高配当を得るには、さらに高額な有料会員登録が必要と言われた」「簡単に稼げると言っていたのに方法が複雑で理解できない」「儲からなければ返金保証とあったが事業者と全く連絡がとれなくなった」等、実態が広告や説明の内容とかけ離れていたという事例が多く報告されています。  
誇大な儲け話や成功の体験談には大いに興味をそそられますが、安易に信じて、一度冷静になって考える時間をもちましょう。