



休館・休止

ご不便をおかけします

冬木長寿サポートセンター

3/31(土)を休業。移転準備のため
冬木長寿サポートセンター ☎ 5639-9121、地域ケア推進課包括推進係 ☎ 3647-9606、FAX3647-3165

由官公署

東京辰巳国際水泳場「ジュニア選手育成事業Aコース」

時 4/23、5/14、6/11・25、7/2(月曜全5回) 17:10~18:40 場 辰巳国際水泳場 入 200mメドレーを無理なく完泳できる小学生から高校生60人(抽選) 費 小・中学生5,000円、高校生7,500円 締 4/9(月)必着 申 往復はがきに①教室名②氏名③年齢④学年⑤性別⑥郵便番号・住所・電話番号を記入し、〒135-0053辰巳2-8-10 東京辰巳国際水泳場へ ☎ 5569-5061、FAX5569-5068

家内労働委託状況届は5/1(火)までに提出を

家内労働者へ仕事(内職等)を委託している事業主の方は、毎年4/1現在の家内労働者数等について「委託状況届」を労働基準監督署に提出することが義務付けられています。5/1(火)までに忘れずに提出してください。詳細は東京労働局労働基準部賃金課家内労働係、または亀戸労働基準監督署にお問い合わせください ☎ 東京労働局労働基準部賃金課 ☎ 3512-1614、FAX3512-1558、亀戸労働基準監督署 ☎ 3637-8130

東京都シルバーパスを発行

満70歳以上の都民の方に、申込により都営交通、都内民営バス等を利用できる「東京都シルバーパス」を発行します[有効期間]発行日から9/30(日)まで 入 都内に住民登録している満70歳以上の方(寝たきりの方を除く) 費 1,000円または10,255円※

所得の状況によります。必要書類等、詳細はお問い合わせください 申 満70歳になる月の初日から、必要書類を持参し、最寄りの発行窓口で 問 東京バス協会(シルバーパス専用電話) ☎ 5308-6950(土・日曜、祝日を除く9:00~17:00)

亀戸中央公園 アウトドアフィットネス「ノルディックウォーキング」

公園で気軽にできるフィットネスプログラムです。2本のポールを使用してウォーキングを行います。上半身を活用して効率良く歩きます 時 毎週木曜(祝日を除く)10:00~11:00 場 亀戸中央公園 入 各回10人 費 500円 申 亀戸中央公園に電話または窓口で※ホームページからも申込できます ☎ 3636-2558 申 <http://tokyo-eastpark.com/outdoor/>



その他

ころばぬさきのプール

楽しみながら健康な身体づくりをしませんか 時 4/3~7/17の火曜(6/12を除く全15回)9:30~11:30 場 スポーツ会館(北砂1-2-9) 入 男性10人、女性10人(申込順) 費 12,000円(保険料込) 内 水中筋トレ、水中ウォーキング、水中呼吸法、けが予防、けが後リハビリ 申 3/26(月)から電話で江東区水泳連盟(石井) ☎ 090-3904-7559

さわやかスイミング

親切、ていねいに、楽しく指導します 時 4/3~7/17の火曜(6/12を除く全15回)9:30~11:30 場 スポーツ会館(北砂1-2-9) 入 女性10人(申込順) 費 12,000円(保険料込) 申 3/26(月)から電話で江東区水泳連盟(羽下) ☎ 070-5541-9077

ホビースイミング

親切、ていねいに、楽しく指導します 時 4/6~7/13の金曜(5/4を除く全14回)18:30~20:30 場 スポー

ツ会館(北砂1-2-9) 入 高校生以上で四泳法泳げる方5人(申込順) 費 11,200円(保険料込) 申 3/26(月)から電話で江東区水泳連盟(福田) ☎ 090-2624-2930

講演会「『患者が語る』パーキンソン病の実情」

時 4/8(日)14:00~16:00 場 総合区民センター7階第4・5会議室(大島4-5-1) 入 90人(先着順) 費 無料 師 大山彦光(医師、順天堂大学病院脳神経内科准教授) 申 当日直接会場へ 問 江東区難病団体連絡会 宮内 ☎ 3683-2753

行政書士による外国人無料相談会

時 4/2(月)、5/7(月)13:00~16:00 場 区役所2階区民ホール 内 ビザ・永住・帰化・国際結婚・経営・法改正等 申 当日直接会場へ 問 東京都行政書士会江東支部 ☎ 4500-2995 申 uchida@citrus.ocn.ne.jp

認知症カフェ開催

井戸端カフェ「しゃべり場」 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 時 3/29(木)13:30~16:00 場 大島中央地区集会所(大島5-12-14) 費 無料 内 参加者が主役の楽しいイベント盛りだくさん 申 当日直接会場へ 問 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

みんなのひろば

俳句を楽しみませんか「清澄会」会員募集

時 第4木曜10:00~12:00 場 芭蕉記念館(常盤1-6-3) 入 どなたでも 費 月1,000円 内 初心者・見学歓迎。講師の師系は高浜虚子につながります 師 西川阿舟 問 清澄会 高橋仙寿 ☎ 080-2026-3356

家族的にカラオケを楽しんでみませんか!

時 毎月第2土曜13:00~16:00 場 東陽南地区集会所2階(東陽1-16-3) 入 70歳以上の初心者で性格の良い方 費 入会金1,000円、会費700円 内 好きな歌を広い部屋でのんびり思い切り楽しく唄いませんか!見学歓迎 問 カラオケファミリーG・G 長谷川幸夫 ☎ 080-5090-0743

子供プログラミング講座

時 4/29(日)14:00~15:00 場 江東区文化センター(東陽4-11-3) 費 1,000円 内 ムーンブロックで、パズルをつなげる感覚のビジュアルプログラミングでゲームづくりを学びます 申 サイト(申 <http://ytpe.org/encour.htm/?p=111>)またはメールで 問 茂木 ☎ 050-3698-3338 申 encour@ytpe.org

マレットゴルフ会員募集

時 毎日9:00~12:00※悪天候中止 場 木場公園コース(木場4丁目※木場口)ほか辰巳海浜・緑道・豊洲 入 どなたでも 費 月300円 内 ゴルフのルールで競技。各公園のコースから、ボールを打つ快音が響きます 問 江東区マレットゴルフ協会 長谷川春江 ☎ 080-5088-5524

絵手紙 ゆうゆう会

絵・字が苦手な方でも大丈夫 時 第1・3金曜13:30~15:30 場 主に総合区民センター7階(大島4-5-1) 費 半年10回12,000円、会場費1,000円 内 あなたも描いてみませんか。初心者・男性大歓迎 問 ゆうゆう会 小勝 ☎ 080-1335-0662

あめんぼスイミングクラブ 江東区で40年続いています

時 木曜9:00~11:00 場 東京辰巳国際水泳場(辰巳2-8-10) 入 老若男女泳げない方 費 月会費4,000円、入会費2,000円、体験1回700円(2回まで) 内 コーチの指導で初級者から上級者まで仲良く楽しく泳いでいます 問 天野正子 ☎ 3649-1878

4月の健康相談等		対象住所	対象者	対象者には個別に郵送でご案内します	委託実施	備考
一般精神保健相談	6(金)・26(木) 13:30~15:30	亀戸・大島・北砂・東砂(1丁目~5丁目)にお住まいの方	下欄※1をご参照ください	塩浜・枝川・豊洲・東雲・有明・辰巳・潮見・青海にお住まいの方	妊婦健康相談 妊婦健康相談 6か月児健康相談 9か月児健康相談 1歳6か月児健康相談 1歳6か月児健康相談	○育児学級ではお口の健康と発達・育児についてお話をします。母子健康手帳をお持ちください。 保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。 郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。 4か月児健康診査のお知らせに同封されている健康診査受診票を、都内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。 保健バッグの中に入っている健康診査受診票を都内(歯科の場合は区内)の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。
思春期精神保健相談	12(木)・24(火) 14:00~15:30				妊婦	
子育て相談	6(金) 13:30~15:30				妊婦	
酒害相談	6(金)・20(金) 13:30~15:30				妊婦	
高齢者精神保健相談	20(金) 13:30~15:30				妊婦	
難病療養相談	9(月) 13:30~15:00				妊婦	
栄養相談	9(月)・23(月) 9:00~15:30				妊婦	
両親学級(平日版)	13(金)・20(金)・27(金) 13:30~16:00				妊婦	
両親学級(休日版) 往復はがきで申込 下欄※3を参照					妊婦	
4か月児健康診査	(個別通知制)				妊婦	
育児学級	9~10か月児の保護者 1歳6か月~2歳児の保護者				妊婦	
3歳児健康診査	満3歳になったお子さん(個別通知制)				妊婦	
1歳児・2歳児歯科相談	平成28・29年3月生まれ				妊婦	

「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いたします。内容については直接申・問までお問い合わせください。

自転に乗るときはルールを守って安全な運転を心がけてください。傘差し運転や、運転中の携帯電話使用は禁止されています。