

講座・催しものつづき

亀戸スポーツセンター ハワイアンフラ・バドミントン教室

1. ハワイアンフラフェスティバルバージョン

時 ①8/21～10/2の火曜(9/25を除く全6回)10:45～11:45②8/23～10/4の木曜(全7回)19:30～20:30 区 経験者の女性各40人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) 費 ①3,360円②3,920円 内 10/8(月・祝)に開催される発表会に出演するためのクラス(受講生は原則出場・衣装代別途)

2. バドミントン教室

時 8/23～10/25の木曜(全10回)19:30～21:00 区 60人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) 費 5,600円

※いずれも 場 亀戸スポーツセンター 締 7/28(土)必着 申 往復はがきに①教室名②氏名(ふりがな)③住所④年齢⑤電話番号を記入し、〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎5609-9571、FAX5609-9574

はじめての一輪車講習会

時 8/14(火)～16(木)10:00～11:30(全3回) 場 亀戸スポーツセンター大体育室 区 全回参加できる区内の小中学生と保護者25組(抽選、参加者以外の兄弟姉妹の同伴不可) 費 無料 内 一輪車の基本的な乗り方・降り方を練習[持ち物]動きやすい服装、室内用運動靴 師 (公社)日本一輪車協会指導員 締 7/31(火)必着 申 往復はがきに①講習会名②氏名(ふりがな)③年齢・学年④住所⑤電話番号⑥身長⑦保護者名⑧一輪車保有の有無を記入し、〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎5609-9571、FAX5609-9574

健康センターリハビリ通所者募集

時 10月～平成31年3月の月曜(または日曜)・木曜9:30～11:30 場 健康センター(東陽2-1-1) 区 次のすべてに該当する方10人程度○脳血管障害等により身体機能の低下している方○医療機関でリハビリを終了し、医師から通所のリハビリを勧められている方(要診断書)○自力で通所および運動できる方(送迎、付き添いによる通所の方を含む) 費 無料 内 ストレッチ・自転車等による機能回復訓練[通所者の決定]書類選考および健康チェックを行ったうえで決定 締 7/22(日) 申 7/15(日)から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

硬式テニスクリニック

時 8/19(日)※雨天中止 場 新砂運動場(新砂3-9-1) 区 下表のとおり(抽選) 費 1人1,000円 師 日本テニス協会公認指導員 締 7/31(火)必着 申 往復はがき(1人1枚※親子は1組1枚)に①「硬式テニスクリニック」②希望クラス時間③氏名(ふりがな)④年齢(小学生は学年)⑤性別⑥電話番号⑦住所⑧テニス経験⑨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

クラス時間 対象・定員
9:30～10:45 16歳以上の女性20人
11:00～12:15 16歳以上の中級者～経験者20人
13:00～14:15 16歳以上の初心者～中級者20人
14:45～16:00 小学生の親子10組20人
16:00～17:15 小学生の中級者～経験者20人

健康センターリハビリ通所者募集

時 10月～平成31年3月の月曜(または日曜)・木曜9:30～11:30 場 健康センター(東陽2-1-1) 区 次のすべてに該当する方10人程度○脳血管障害等により身体機能の低下している方○医療機関でリハビリを終了し、医師から通所のリハビリを勧められている方(要診断書)○自力で通所および運動できる方(送迎、付き添いによる通所の方を含む) 費 無料 内 ストレッチ・自転車等による機能回復訓練[通所者の決定]書類選考および健康チェックを行ったうえで決定 締 7/22(日) 申 7/15(日)から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

Table with 2 columns: Class Time, Target/Staff

健康 食品表示講演会

食品表示講演会 そここが知りたい!健康食品・サプリメント

安全な利用法について話します 時 8/10(金)14:00～15:30 場 教育センター1階大研修室(東陽2-3-6) 区 区内在住・在勤の方100人(申込順) 費 無料 師 千葉一敏(薬剤師、医薬基盤・健康・栄養研究所協力研究員) 締 8/2(木)※定員になりしだい終了 申 7/17(火)から電話またはファクスに①講演会名②氏名・ふりがな③電話番号④ファクス番号を記入し、健康推進課栄養指導担当 ☎3647-6713、FAX3615-7171

呼吸体操教室

時 7/26(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) 区 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 内 慢性呼吸器疾患の息苦しさをやわらげる「呼吸筋ストレッチ体操」 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 区 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8月分)

時 場 下表のとおり 区 健診日現在30歳～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はご遠慮ください 費 無料 内 血液・尿検査・腹囲測定等 締 7/20(金)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)※電子申請もできます 申 <http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/navi/index.html> 区 各保健相談所管理係

Table with 3 columns: Health Check Venue, Check Date, Result Date

※城東南部保健相談所は9月に実施予定

休館・休止

ご不便をおかけします

亀戸スポーツセンター

7/18(水)夜間、大体育室の一般公開(ソフトテニス)を中止。イベント開催のため 区 亀戸スポーツセンター ☎5609-9571、FAX5609-9574

スポーツ会館

7/19(木)夜間、小体育室の一般公開(卓球)を中止。イベント開催のため 区 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

深川スポーツセンター

7/24(火)夜間、大体育室の一般公開(バドミントン)を中止。イベント開催のため 区 深川スポーツセンター ☎3820-5881、FAX3820-5884

中川船番所資料館

7/24(火)を臨時休館。展示替えのため 区 中川船番所資料館 ☎3636-9091、FAX3636-9094

深川北スポーツセンター

7/27(金)夜間、体育室の一般公開(ビーチボール)を中止。イベント開催のため 区 深川北スポーツセンター ☎3820-8730、FAX3820-8731

官公署

クロム健康相談窓口 開設中

東京都では、クロムに関する健康不安をお持ちの方を対象に、電話による健康相談を実施しています 時 9:00～17:00(土・日曜、祝日を除く) 区 東京都福祉保健局環境保健衛生課環境保健担当 ☎5320-4491、FAX5388-1426

「都市計画道路の在り方に関する基本方針 中間のまとめ」の公表

東京都と特別区および26市2町が協働で発表した中間のまとめに対する意見や提案ができます[閲覧場所]東京都都市整備局街路計画課(第二本庁舎11階南側)および都市計画課(区役所5階21番)※東京都ホームページ(<http://www.toshiseibi.metro.tokyo.jp/>)、区ホームページでもご覧になれます[意見等の提出期限]8/10(金)必着[意見等の提出先]〒163-8001新宿区西新宿2-8-1東京都都市整備局街路計画課へ郵送、メール(<mailto:S0000179@section.metro.tokyo.jp>)、持参または区役所都市計画課へ持参 区 東京都都市整備局街路計画課 ☎5388-3379、FAX5388-1354、区都市計画課都市計画担当 ☎3647-9454、FAX3647-9009

深川消防署有明分署 新庁舎で業務を開始

7/24(火)から深川消防署有明分署が新庁舎(有明1-2-43)で業務を開始します。地域の皆さんの安心・安全のために尽力していきますので、今後ともご理解、ご協力をお願いします。なお、7/24(火)は、有明新庁舎へ移転のため、終日受付業務を休止します。お急ぎの方は、深川消防署および深川消防署管内の各出張所へお越しください 区 深川消防署有明分署 ☎3529-0119、FAX3529-0129、深川消防署 ☎3642-0119、FAX3641-4422



その他

江東病院 江東健康フォーラム

時 7/21(土)13:30～※13:15開場 場 江東病院本館2階北側待合室(大島6-8-5) 区 50人(先着順) 費 無料 内 水虫 師 岩原邦夫(皮膚科部長) 申 当日直接会場へ 区 江東病院医療連携室 ☎3685-2253、FAX3685-2766

中高年者向け スローエアロビック教室

時 7/19、8/2・30、9/6・20(木)9:30～10:30 場 深川スポーツセンター一多目的室(越中島1-2-18) 区 おおむね60歳以上の方20人(先着順) 費 2,500円[持ち物]室内用シューズ、運動のできる服装、飲み物 申 当日直接会場へ 区 江東区エアロビック連盟(今村) ☎090-3229-0808 <mailto:ko.toaerobic@gmail.com>

公証人による無料相談会

時 7/26(木)13:00～16:00 場 区役所2階区民ホール 区 6人(申込順)※予約状況により当日受付可 費 無料 区 「老後の安心設計」のための、任意後見契約や遺言書の作成、離婚に伴う養育費や財産分与等の給付契約、その他金銭・不動産の貸借等の契約全般 申 7/19(木)9:00から日本橋公証役場(中央区日本橋兜町1-10)に電話または窓口で ☎3666-3089、FAX3666-3573

シニア生涯ワーキングセミナー

時 8/10(金)13:00～15:45(受付12:30～) 場 深川セントラルビル6階(木場2-19-15) 区 55歳以上で働く意欲のある方30人(申込順) 費 無料 区 年金などの各種制度の基本知識を学び、シニア世代の「働き方」について考えます[持ち物]電卓・筆記用具 師 山田幸次郎(ファイナンシャルプランナー)ほか 申 7/17(火)から電話で長寿社会文化協会 ☎5843-7665 区 東京しごとセンターシニアコーナー ☎5211-2335、FAX5211-3002

ポッチャ体験教室

時 8/4(土)10:00～12:00※受付9:45～ 場 墨東特別支援学校(猿江2-16-18) 区 区内在住・在勤のポッチャに興味がある小学生以上の方20人(抽選)※介助が必要な方は介助者要同伴 費 無料[持ち物]動きやすい服装、室内用シューズ、飲物 締 7/24(火) 申 ファクスに①住所②氏名③生年月日④日中連絡ができる電話番号を記入し、NPO法人ななすぽへ ※ホームページからも申込できます FAX3631-8455、☎080-5071-7756 <http://7supo.com/>

認知症カフェ開催

1. アス・ギャラリーカフェ 時 7/19(木)14:00～16:00 場 アス・フォトギャラリー(東陽1-15-4) 区 アメリカ西部の古きよき街並みと大自然の風景をスライドショーで紹介 区 山口 ☎090-1600-2362

2. オレンジカフェ

時 7/21(土)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 2階) 区 音楽で認知症予防!ギター伴奏にあわせてみんなで歌をうたいます 区 NPO・えん ☎3522-0302

※いずれも 費 無料 申 当日直接会場へ

産業会館 夏休み小学生親子ものづくり体験

時 8/4(土)10:00～16:00 場 産業会館(東陽4-5-18) 区 下表のとおり。区内在住の小中学生とその親子・家族(申込順) 費 100～1,200円(材料費) 締 7/31(火)※定員になりしだい終了 申 7/17(火)10:00から電話で産業会館 ☎5634-0522、FAX3699-6017 <http://www.koto-sangyokai.kan.jp>

Table with 3 columns: Production/Experience Content, Staff

こうとう区報は発行日から3日かけて郵便ポストへお届けしています

ご家庭・事業所等で配布が必要ない場合や、配布部数の変更を希望される場合は、全戸配布コールセンター(平日および配布日の9:00～19:00) ☎3950-3070へ 読み終わった区報は古紙回収へ

TOKYO 2020 オリンピック・パラリンピックを成功させよう!