

凡例 日時 場所 集 人 対象・定員 費用 内容 師 講師 保 一時保育 締 締切日 申 申込 問 問合先 HP ホームページ Eメール

# お知らせ

## 区税徴収嘱託員は 休日・夜間も訪問

区税徴収嘱託員は、納付期限の過ぎた住民税の収納と納期内の自主納付を推奨するため、平日に加え土・日曜や祝日、夜間も戸別訪問を行っています。嘱託員は、名札着用のほか「江東区区税徴収嘱託員証」を常に携帯しています。不審に思われた際は、身分証明書の提示をお求めください。なお、納付から収納を確認できるまで2週間程かかるため行き違いで訪問することがあります ☎ 納税課収納推進係 ☎3647-2063、FAX3647-8646

## あんしん江東専門相談 弁護士による専門相談会(予約制)

時 8/25(土)14:00~16:00(1人1回30分) 場 高齢者総合福祉センター2階(東陽6-2-17) 人 6人 費 無料 内 福祉サービスに関するトラブルや疑問、遺言や遺産相続手続き、成年後見制度等 申 電話またはファクスであんしん江東 ☎3647-1710、FAX5683-1570

# 講座・催しもの

## 江東図書館平和祈念特別展示

平和の尊さを改めて考えるきっかけとして、特別展示を行います 時 8/11(土・祝)~31(金)9:00~20:00(月・日曜、祝日は17:00まで)※8/20(月)は休館 内 戦争中に児童が描いた絵や、戦争に関する本、図書館が所蔵する戦時中の事務文書等の展示 場 江東図書館(南砂6-7-52) ☎3640-3151、FAX3615-6668

## 消費者講座「ほんとうに聞きたかった!葬儀の話」

1. お葬式編 時 9/26(水)13:30~15:30 内 慌てない初期対応と葬儀社選択の知恵

9/10(月)消印有効

## 2. お墓と供養編

時 10/24(水)13:30~15:30 内 墓じまいと永代供養の考え方 時 10/8(月・祝)消印有効

※いずれも 場 パルシティ江東3階研修室 人 30人(抽選) 費 無料 師 日本葬祭アカデミー教務研究室 申 往復はがき(1人1枚)に①希望する講座名と日時②郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記入し、〒135-0011扇橋3-22-2パルシティ江東2階消費者センターへ ☎5683-0321、FAX5683-0318

## 自然の恵みを活用しよう ハーブオイルとハーブソルト作り

昔から人々の生活と深く関わってきたハーブを使ってハーブオイルとソルトを作ります。材料となるハーブは、えこっくる江東の屋上庭園で栽培しているものを使います 時 9/21(金)10:00~12:00 場 えこっくる江東 人 16歳以上の方30人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選、当選者のみ8/28(火)ごろ通知) 費 450円(材料費込) 師 阿部次子(日本アロマ環境協会アドバイザー) 保 1歳6か月~未就学児(要事前申込) 時 8/22(水)必着 申 はがきに①ハーブオイルとソルト作り②郵便番号・住所(在勤、在学の方は勤務・学校名と住所を併記)③氏名④ふりがな⑤年齢⑥電話番号⑦一時保育希望の場合は講座受講時のお子さんの月齢を記入し、〒135-0052潮見1-29-7えこっくる江東へ郵送または窓口で※区ホームページからも申込できます ☎3644-7130、FAX3644-7135

## えこっくる江東出前教室「イカスミアートはいかが?」in船の科学館

ヨーロッパでは古くよりイカとして使われていたイカ墨で絵を描き、イカの解剖をして体のつくりを学びます※詳細は船の科学館ホームページ(HP) <https://www.funenokagakukan.or.jp/> をご覧ください 時 8/19(日)①11:00~②13:30~

(各回1時間程度) 場 船の科学館別館展示場(品川区東八潮3-1) 人 中学生以下各回20人(先着順) 費 無料 申 当日直接会場へ 問 えこっくる江東 ☎3644-7130、FAX3644-7135

## 江東区文化観光ガイド体験講座

江東区を紹介する観光ボランティアガイドを体験してみませんか。座学講座修了後、富岡八幡宮でガイドの実地体験もあります 時 9/3(月)・5(水)・6(木)・10(月)・12(水)・13(木)18:30~20:30(全6回※その他3回程度実地体験あり) 場 区役所または江東区文化センター(東陽4-11-3) 人 20人(抽選)※全日程に参加できない場合は応相談 費 無料 時 8/22(水) 申 電話またはファクスに①氏名②住所③電話番号を記入し、文化観光課観光推進係へ ☎3647-3312、FAX3647-8470

## 深川東京モダン館 落語会、おきがる講座

### 1. 落語会

時 8/25(土)15:00~(開場14:30) 人 50人(申込順) 費 予約2,500円、当日2,800円 内 岡本綺堂作木曾の旅人~山の怪~[出演]三遊亭圓橘 申 8/15(水)から電話で深川東京モダン館

### 2. おきがる講座

コーヒーやお茶を飲みながら区の歴史を学ぶ講座です 時 8/31(金)14:00~15:30(受付13:00~) 人 30人(先着順) 費 500円(ドリンク代込) 内 明治150年江東人物伝⑥村田保と水産伝習所 申 当日直接会場へ ※いずれも 場 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) ☎5639-1776、FAX5620-1632 HP <http://www.fukagawatokyo.com/>

## 塩浜福祉プラザまつり ~みんな2525夏まつり~

時 8/25(土)10:30~14:00 場 塩浜福祉プラザ(塩浜2-5-20)、塩崎荘(塩浜2-5-16) 内 こども・高齢者・障害のある方などが地域の中で共生できるコミュニティづくりを目指しています。ミニコンサート・バザー・作品展示・自主製品販売・軽食・喫茶などを用意。25回目を迎える今回は塩崎荘も参加し、一緒におまつりを盛り上げます。ぜひご来場ください ※車でのお来場はご遠慮ください 問 塩浜福祉園 ☎3647-6987、FAX3640-3461

## 朗読ボランティア養成講習会

時 9/26~12/12の水曜(全12回)10:00~12:00 場 高齢者総合福祉センター(東陽6-2-17) 人 区内在住で、修了後ボランティア活動のできる方20人(抽選) 費 受講料2,000円 内 発声・発音・アクセント・朗読実習等[受講希望者説明会]受講希望の方は必ず参加してください 時 9/12(水)10:00~ 場 高齢者総合福祉センター3階研修室[持ち物]はがき1枚 時 9/10(月) 申 電話で江東ボランティア・センター ☎3645-4087、FAX3699-6266

## リフレッシュヨガ教室

定期的にヨガをやりたい方もヨガ初心者の方も大歓迎です。皆さんで身体の変化を感じていきましょう 時 9/13~12/13の木曜(全14回)14:00~15:00 場 潮見野球場・庭球場クラブハウス内会議室(潮見1-1-1) 人 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 7,700円 師 渡辺美保(全米ヨガアライアンスRYT200他) 時 8/24(金)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夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855

## ソフトテニス教室

時 10/3~12/5の水曜(全10回)19:30~21:00 場 亀戸スポーツセンター大体育室 人 区内在住・在勤・在学の18歳以上の方30人(抽選) 費 5,600円 内 受講者のレベルに合わせた指導(指導員については、お問い合わせください) 時 8/31(金)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性別⑥電話番号⑦在勤(在学)の方は会社名(学校名)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で ☎5609-9571、FAX5609-9574



## 亀戸スポーツセンター カヌー安全講習会(9月分)

時 9/15(土)13:00~16:00 場 亀戸スポーツセンター1階ロビー 人 区内在住・在勤・在学の中学生以上の方5人(抽選) 費 3,850円(保険代含む) 内 カヌーの一般公開参加に必要な安全講習会。1時間の講義と旧中川での実地講習[持ち物]着替え一式、飲物、帽子、筆記具 師 (株)オーエンス指導員 時 9/1(土)必着 申 往復はがきに①カヌー講習会②氏名③住所※在勤(在学)の場合、会社名(学校名)と住所④生年月日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 ☎5609-9571、FAX5609-9574

## クライミング「トップロープ安全講習会」(9月分)

高さ5.7mの壁にチャレンジ!安全にトップロープクライミングを楽しむための講習会です。講習を修了した方は、センターのトップロープを利用することができます 時 9/15(土)9:30~11:30、9/26(水)19:00~21:00のいずれか1日 場 深川スポーツセンター1階 人 中学生以上の方、各日6人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選) 費 3,080円 時 8/31(金)必着 申 往復はがきに①クライミング安全講習会②希望日(第2希望まで記入可)③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧在勤・在学の方は勤務先(学校名)を記入し、〒135-0044越中島1-2-18深川スポーツセンターへ ☎3820-5881、FAX3820-5884

## 少年少女剣道教室

時 9/9(日)①9:00~12:00②13:30~16:30 場 ①第二亀戸小学校(亀戸6-36-1)②南砂中学校(南砂2-3-20) 人 小・中学生各会場100人(抽選)※竹刀貸出あり 費 無料[主管]江東区剣道連盟 時 8/24(金)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①講座名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢⑥電話番号⑦学校名⑧学年⑨保護者氏名(承諾印を押印)⑩希望会場を記入し、〒136-0073北砂1-2-9スポーツ会館へ ☎3649-1701、FAX3649-3123



## 認知症家族介護者教室・交流会

認知症についての講話と、家族介護者の交流会を行います。ぜひご参加ください 時 場 下表のとおり 人 20人(申込順) 費 無料 申 8/17(金)から電話で各長寿サポートセンター

日時	施設名(会場)	内容	申込・問合先
9/13(木)10:30~12:00	コスモス老人福祉施設(大島9-6-16)	普段、なかなか聞けない認知症のお薬のことについて、薬剤師さんに聞いてみませんか。	大島東長寿サポートセンター ☎5836-5301 FAX3638-3585
9/15(土)14:00~15:30	白河高齢者在宅サービスセンター(白河3-4-3-201)	認知症の症状を安定させる方法について、作業療法士の視点からご説明します。	白河長寿サポートセンター ☎5646-1541 FAX3630-6598

## 高齢者家族介護教室(無料・申込順・8/17(金)から各施設に電話・受付時間 月~金曜9:00~17:00)

介護に役立つ知識や技術を学ぶことができます 人 区内在住・在勤でご家族の介護を行っている方20人 費 無料

日時	施設名(会場)	内容
9/8(土)10:00~11:30	三井陽光苑高齢者在宅サービスセンター(新砂3-3-37) ☎5653-1732、FAX5653-3212	[アンガーマネジメント]さまざまな場面で生じる怒りの感情との上手な付き合い方を学びませんか?医師がアンガーマネジメントについてわかりやすく説明します。
9/8(土)14:00~15:30	古石場高齢者在宅サービスセンター(古石場2-14-1-101) ☎3641-2671、FAX5621-3545	[家庭でできる体操・ストレッチ]椅子に座ったままのストレッチや、タオルやラップの芯を使った体操を健康運動指導員が紹介します。
9/14(金)13:30~15:00	芳香苑高齢者在宅サービスセンター(東雲2-2-29) ☎3527-7166、FAX3527-7168	[呼吸法を身につけよう]日々の健康維持のためには「体内ガソリン」が必要です。鍼灸マッサージ師が酸素を活用し、元気に過ごすための呼吸法をお教えます。
9/15(土)13:30~15:00	南砂高齢者在宅サービスセンター(南砂2-3-5-102) ☎3615-1081、FAX5633-7355	[施設の入所利用について]「もし自分に何かあったら...」家族が介護できなくなった時に利用できる施設の説明をします。ショートステイ・シルパステイ・介護老人保健施設・特別養護老人ホームなど、江東区にどんな施設があるのかを紹介します。
9/28(金)15:10~16:40	江東ホーム高齢者在宅サービスセンター(東陽2-1-2) ☎3647-5081、FAX3647-5407	[季節の変わり目の体調管理について]看護師が季節の変わり目に体調を崩さずに元気に過ごせるよう、注意すべき体調管理のポイントを説明します。
9/29(土)13:45~15:20	大島高齢者在宅サービスセンター(大島6-14-4-103) ☎3638-4511、FAX3638-4515	[高齢者の食事について]食が細くなって栄養のバランスが崩れたり、飲み込みが悪くなっていますか?管理栄養士がバランスの良い食事の大切さや、おいしく食事が摂れるようになるコツを説明します。