

講座・催しものつづき

健康センター

メディカルチェック(12月期)

これから運動を始められる方、健康に不安のある方は、安心して運動をするために、運動負荷心電図検査をおすすめします。健康状態にあった運動処方を作成します 時 12/1(土)・8(土)・17(月)・22(土)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 入 1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 11/5(月)9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

障害者水泳教室

時 11/18(日)9:30~11:00 場 スポーツ会館プール(北砂1-2-9) 入 おおむね3歳以上の愛の手帳または障害者手帳をお持ちの方25人(申込順) 費 無料 内 受講者のレベルに合わせた指導 申 11/5(月)から、スポーツ会館窓口にある申込用紙に必要事項を記入し、スポーツ会館にファクスまたは窓口で FAX3649-3123、☎3649-1701

少年少女サッカー教室

時 12/2(日)①10:00~12:00②13:30~15:30 場 夢の島競技場(夢の島1-1-2) 入 区内在住の①小学4・5年生②小学5・6年生各回250人(抽選) 費 無料 [主管]江東区サッカー連盟 [指導協力]FC東京 締 11/16(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)⑩参加希望の番号を記入して、〒136-0073北砂1-2-9スポーツ会館へ ☎3649-1701、FAX3649-3123

江東区体育協会創立60周年記念バドミントンダブルス大会

時 12/23(日・祝)8:45~受付 場 有明スポーツセンターA棟7階大体育室 入 区内在住・在勤・在学の15歳以上および有明バドミントン教室受講者(平成29・30年度)(中学生を除く)80組160人(抽選) 費 2人1組1,020円(シャトル代含む) 内 男女別・クラス別ダブルスリーグ戦形式(㉠江東区バドミントン協会1部登録者/相当㉡同協会2部登録者/相当㉢同協会3部登録者/相当㉣同協会4部登録者/相当㉤初心者) 締 11/15(木)必着 申 往復はがきに①参加希望クラス(㉠~㉤)、ペアを組む2人の②氏名(ふりがな)③性別④年齢⑤住所※在学・在勤の方は、学校名・会社名と所在地⑥電話番号⑦江東区バドミントン協会に加盟の方は、クラブ名・登録クラス・登録番号を記入し、〒135-0063有明2-3-5有明スポーツセンターへ郵送または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、有明スポーツセンター窓口(はがき1枚持参)で ☎3528-0191、FAX3528-0192 [http://www.koto-hsc.or.jp/sports\\_center4/](http://www.koto-hsc.or.jp/sports_center4/)

中川船番所資料館 水辺のワークショップ・周辺散策ツアー

1. 水辺のワークショップ「サンゴでつくるクリスマスツリー」 LEDランプにワイヤーを巻きつけ、そこに貝がらやサンゴで飾り付けをして光るツリーを作ります 時 12/9(日)10:00~12:00 入 3歳以上15人

(申込順)※小学3年生以下は保護者同伴 費 1,000円

2. 中川船番所周辺散策ツアー

特別展最終日に「伊能忠敬と江東」展の観覧と旧中川周辺、ロックゲートを散策します。学芸員の解説もあります 時 12/2(日)13:30~15:00※雨天中止 入 小学生以上15人(申込順)※小学3年生以下は保護者同伴 費 大人200円・小中学生80円 ※いずれも 場 中川船番所資料館(大島9-1-15)周辺 申 11/10(土)9:00から中川船番所資料館に電話または窓口で ☎3636-9091、FAX3636-9094

講演会

「やさしくわかる失語症の話」

時 12/8(土)13:30~15:30 場 障害者福祉センター(扇橋3-7-2) 入 高次脳機能障害者と家族および関わりのある施設職員等支援者・関心のある方50人(申込順) 費 無料 内 高次脳機能障害による失語症の理解と支援について 師 阿部裕実(言語聴覚士) 締 12/5(水)必着 申 11/8(木)から電話、窓口またはファクスに講演名・住所・氏名・電話(ファクス)番号・職種を記入し、障害者福祉センターへ ☎3699-0316、FAX3647-4918

障害者福祉センター

地域交流「ふく福まつり」

こどもから大人まで楽しめるイベントです 時 11/10(土)10:00~15:00 入 どなたでも 費 入場無料 内 猫ひろしさん講演会「走り続ける人生」(13:00~13:45、100人(先着順))、競技用車いす試乗体験、ビンゴ大会(景品あり)、体験コーナー(障害者スポーツ・車いす・白杖・手話・点字等)、模擬店(唐揚げ・うどん・焼きそば)など 申 当日直接会場へ※車での来場不可 場 障害者福祉センター(扇橋3-7-2) ☎3699-0316、FAX3647-4918



▲猫ひろしさん

保健

歯科衛生士対象講習会 ~糖尿病を学ぼう~

江東区歯科医師会とともに「健こうとう」推進ゼミを行っています。今回は、糖尿病を基礎から学び、歯周病との関連等、メカニズムの理解を深めます 時 11/29(木)13:30~15:30 場 区役所7階第74会議室 入 区内在住・在勤で歯科衛生士の資格のある方20人(申込順) 師 吉井秀徳(順天堂東京江東高齢者医療センター糖尿病・内分泌内科科長) 申 11/5(月)9:00から保健所健康推進課歯科衛生士担当に電話または窓口で ☎3647-5889、FAX3615-7171

講演会「大人の発達障害への対応(家族・職場で関わる方向け)」

家族や同僚と話がかみ合わない、意図が伝わらない、優先順位がわからない等の違和感はありませんか? 発達障害の特性や困難さを理解することで、状況改善に役立ちます 時

11/12(月)14:00~16:00(受付13:30~) 場 城東保健相談所(大島3-1-3) 入 区内在住・在勤の家族・関係者40人(申込順) 費 無料 師 鈴木慶太((株)Kaizen代表取締役) 申 11/6(火)8:30から電話で城東保健相談所 ☎3637-6521、FAX3637-6651

食育応援講座「今日から始める!野菜たっぷり生活」

「野菜は1日350g!」と言われていいますが、意識しないとなかなか食べることができません。野菜を食べるメリットや調理方法の工夫を学びませんか? 時 11/30(金)10:30~12:30 場 深川保健相談所調理実習室

入 区内在住の方20人(抽選) 費 無料 内 講義・調理実演・実習[持ち物]エプロン・三角きん(バンダナでも可)、ハンドタオル、筆記用具 締 11/20(火)消印有効 申 往復はがきに①講座名②氏名③年齢④郵便番号・住所⑤電話番号を記入し、〒135-0021白河3-4-3-301深川保健相談所栄養士へ ☎3641-1181、FAX3641-5557

難病患者さんのための防災講演会

いつ起こるかかわからない災害に、病気をもつ方がどのような備えをしておけば良いのかを学びます 時 12/1(土)13:30~15:30 場 深川南部保健相談所(枝川1-8-15-102) 入 50人(申込順) 費 無料 師 武田飛呂城(NPO法人日本慢性疾患セルフマネジメント協会事務局長、防災士) 申 11/5(月)から電話またはファクスに①氏名②年齢③住所④電話番号を記入し、深川南部保健相談所へ ☎5632-2291、FAX5632-2295

難病医療相談室

時 11/16(金)13:30~15:00 場 江東区医師会館(東陽5-31-18) 入 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 11/9(金)※定員になりしだい終了 申 江東区医師会事務局に電話またはファクスで ☎3649-1411、FAX3649-1631

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

深川スポーツセンター

11/10(土)夜間の大体育室(バドミントン、バスケットボール)と多目的ホール(卓球)の一般公開を中止。11/11(日)の午前(ソフトテニス)、午後(バドミントン)の大体育室と午前・午後(卓球)多目的ホールの一般公開を中止。11/23(金・祝)午前(バドミントン)の大体育室の一般公開を中止。大会等開催のため 場 深川スポーツセンター ☎3820-5881、FAX3820-5884

亀戸図書館

11/13(火)・14(水)を休館。図書の特整理のため 場 亀戸図書館 ☎3636-6061、FAX3636-6010

亀戸スポーツセンター

11/17(土)午前の小体育室(卓球)を中止。大会開催のため 場 亀戸スポーツセンター ☎5609-9571、FAX5609-9574

深川北スポーツセンター

11/18(日)午前・午後の体育室の一般公開(卓球)を中止。大会開催のため 場 深川北スポーツセンター ☎3820-8730、FAX3820-8731

スポーツ会館

11/18(日)9:30~11:45、プールの一般公開を中止。障害者水泳教室開催のため 場 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

官公署

東京都土木技術支援・人材育成センター 一般公開

「土木の日」にちなみ、アーチ橋製作体験や地盤、地下水、基準点、舗装等土木技術に関する展示を行います。ご来場の方に「写真集」「橋カード」を差し上げます 時 11/13(火)13:00~16:30 費 無料 申 当日直接会場へ 場 東京都土木技術支援・人材育成センター(新砂1-9-15) ☎5683-1512 <http://www.kense-tsu.metro.tokyo.jp/jigyotech/start/index.html>

東京都子育て支援員研修(第3期)

子育て支援分野(利用者支援事業、放課後児童クラブ等)で従事する上で、必要な知識や技能等を有する「子育て支援員」の養成研修を、東京都が実施します [応募期間]11/1(木)~16(金)※申込方法や研修の詳細は(株)東京リーガルマインドホームページ(<http://partner.lec-jp.com/ti/tokyo-kosodate/>)をご覧ください 内 地域子育て支援コース・放課後児童コース 場 東京都福祉保健局少子社会対策部計画課 ☎5320-4121

東京海洋大学附属図書館

企画展「船が育んだ江戸」(2)川

江戸の発展に影響を与えた河川改修や河岸について、資料を展示します 時 11/22(木)~平成31年2/16(土)10:00~15:00(毎週火・木曜、第1および第3土曜開館(1月は第1および第4土曜)) 場 東京海洋大学明治丸記念館(越中島2-1-6) 入 どなたでも 費 無料 申 当日直接会場へ 場 東京海洋大学学術情報課情報サービス第二係 ☎5245-7362 <http://lib.s.kaiyodai.ac.jp/> [jo-jo-ho2@o.kaiyodai.ac.jp](mailto:jo-jo-ho2@o.kaiyodai.ac.jp)

その他

不動産セミナー

時 11/16(金)13:20~16:40 場 東武ホテルレバント東京3階「龍田」(墨田区錦糸1-2-2) 入 150人程度(申込順) 費 無料 内 ①「遺言のすすめ」②「今求められる地域活性化について」 師 ①津熊寅雄(公証人)②東国原英夫(元宮崎県知事) 申 11/5(月)から電話またはファクスに住所・氏名・電話番号・参加者人数を記入し、全日本不動産協会城東第二支部事務局(土・日曜を除く10:00~17:00)へ ☎6658-8526、FAX6658-8527

マイナンバー制度に便乗した不審な問い合わせ(電話・郵便・メール等)があった場合は最寄の警察署へご相談ください。  
○深川警察署 ☎3641-0110 ○城東警察署 ☎3699-0110 ○東京湾岸警察署 ☎3570-0110  
※通知カードやマイナンバーカード(個人番号カード)に関する問合せは、江東区個人番号カードコールセンター ☎0570-04-5010へ