

江東夜景スポット

この冬、あなたのお気に入りの探してみませんか

江東区はダイナミックな夜景がパノラマ状に楽しめる臨海部をはじめ、夜に浮かび上がる幻想的な橋など多くの夜景スポットがあります。身近な場所や、あまり人に知られていない場所にもあなたの心に響く夜景があるかもしれません。冬の澄みきった空気の中、あなたのお気に入りの夜景を探してみませんか。



①豊洲市場屋上緑化広場(豊洲6)から



②夢の大橋(青海1~有明3)



③東京ゲートブリッジ(若洲3)



①永代公園(永代1)付近から

深川エリア



②隅田川テラス(佐賀2)



①ふれあい橋(亀戸9)

城東エリア



②小名木川クローバー橋(大島1~扇橋3)



平成31年度 江東きつずクラブB登録利用。 児童クラブ入会児童を募集

申請書は11月9日(金)から配布

江東きつずクラブB登録・児童クラブは、放課後等、保護者の就労などにより家庭で適切な保護を受けられない児童の健全な育成を図るため、家庭に代わる場所での集団的な活動を行います。平成31年4月から利用(入会)を希望する児童の申請は12月5日(水)から受付します。

なお、江東きつずクラブは江東区立小学校以外の小学校(国立・私立小学校等)に在籍し、住所が実施校の学区域内にある児童も対象となっています。

「江東きつずクラブB登録」
「募集案内(申請書)配布場所」
各クラブ、児童(会)館、認可保育園、放課後支援課(区役所6階9番・10番)で配布。申請方法等の詳細は「募集案内」をご覧ください。募集案内と申請書類は、区ホームページからダウンロードできます。

「集まる期間」
12月5日(水)～18日(火) ※期間終了後も申請は受け付けますが、集中募集期間中の申請が優先されます。

「場」
区内に住所がある、小学校新1～3年生(特別支援学級等)に在籍する児童のある児童は新4～6年生も対象)

休場

夢の島競技場

12/3(月)～平成31年10月末(予定)

夢の島競技場は、改修工事のため、12/3(月)～平成31年10月末(予定)まで利用を中止します。なお、上記期間中は、屋外スポーツ施設事務所を夢の島野球場クラブハウス内に移転し、運営を行います。また、移転作業に伴い、12/3(月)9:00～12:00は、屋外スポーツ施設事務所での受付業務を中止します。施設利用再開については改めてお知らせします。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします 〇 スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎3647-4887、FAX 3647-8506

江東きつずクラブB登録一覧(42施設) ☆は公設民営

きつずクラブ名	所在地(月～金曜の申請受付施設)	土・日曜(開館日のみ)の申請受付施設
☆明治	深川12-17-26(明治小学校内) ☎3641-1280	平野児童館 ☎3643-1903
☆深川	高橋14-6(深川北子ども家庭支援センター内) ☎3634-0209	森下児童館 ☎3635-1535
☆八名川	新大橋3-1-15(八名川小学校内) ☎3633-6851	森下児童館 ☎3635-1535
☆臨海	門仲仲町1-1-6(臨海小学校内) ☎3641-5910	古石場児童館 ☎3641-9532
越中島	越中島3-6-38(越中島小学校校庭内別棟) ☎3643-1367	古石場児童館 ☎3641-9532
☆数矢	富岡1-18-7(数矢小学校内) ☎3642-0674	古石場児童館 ☎3641-9532
☆平久	木場1-3-6(平久小学校北側向) ☎3645-3771	古石場児童館 ☎3641-9532
☆東陽	東陽3-27-12(東陽小学校内) ☎3644-2061	東陽児童館 ☎3647-8190
☆南陽	東陽2-1-20(南陽小学校内) ☎5606-9078	東陽児童館 ☎3647-8190
☆扇橋	石島18-5(扇橋小学校内) ☎3647-0576	千田児童館 ☎3647-0108
元加賀	白河4-3-19(元加賀小学校内) ☎3641-0627	森下児童館 ☎3635-1535
☆毛利	毛利2-2-2(毛利小学校校庭内) ☎3634-7669	児童会館 ☎3633-6911
東川(注1)	住吉1-9-8(児童会館内) ☎3633-6911	児童会館 ☎3633-6911
☆豊洲	豊洲4-4-4(豊洲小学校内) ☎3531-9471	豊洲児童館 ☎3531-2079
☆豊西	豊洲5-1-35(豊洲西小学校内) ☎3531-5784	豊洲児童館 ☎3531-2079
☆豊北	豊洲3-6-1(豊洲北小学校内) ☎080-3468-7521	豊洲児童館 ☎3531-2079
☆東雲	東雲2-4-11(東雲小学校内) ☎3528-1771	東雲児童館 ☎3529-1795
☆有明	有明2-10-1(有明小学校内) ☎3527-6360	東雲児童館 ☎3529-1795
☆枝川	枝川13-5-3(枝川小学校内) ☎3647-6083	塩浜児童館 ☎3647-3902
☆辰巳	辰巳1-11-1(辰巳小学校内) ☎3521-1172	辰巳児童館 ☎3521-3261
☆一亀	亀戸2-5-7(第一亀戸小学校内) ☎3684-6471	亀戸児童館 ☎3685-5944
☆二亀	亀戸6-36-1(第二亀戸小学校内) ☎5626-2028	亀戸第三児童館 ☎3636-5341
香取(注2)	大島5-52-15(大島仮校舎内) ☎3682-2205	亀戸児童館 ☎3685-5944
☆水神	亀戸5-22-22(水神小学校内) ☎3681-1971	亀戸児童館 ☎3685-5944
☆一大	大島2-41-4(第一大島小学校内) ☎3638-2807	大島第二児童館 ☎3637-2591
☆二大	大島3-16-2(第二大島小学校内) ☎3684-4503	大島第二児童館 ☎3637-2591
☆三大	大島9-6-17(都営大島九丁目第2アパート敷地内) ☎5626-6921	大島児童館 ☎3682-9494
☆四大	大島6-7-8(第四大島小学校内) ☎3636-3363	大島児童館 ☎3682-9494
☆五大	大島8-40-13(第五大島小学校内) ☎3681-6610	大島児童館 ☎3682-9494
☆南央	大島4-18-5(大島南央小学校内) ☎3683-3261	大島第二児童館 ☎3637-2591
砂町	北砂4-13-23(砂町小学校内) ☎3646-7914	小名木川児童館 ☎3640-1941

きつずクラブ名	所在地(月～金曜の申請受付施設)	土・日曜(開館日のみ)の申請受付施設
☆二砂(注3)	東砂7-17-30(第二砂町小学校内) ☎3640-5362	東砂児童館 ☎3646-0462
☆四砂	南砂2-13-18(第四砂町小学校内) ☎3699-5860	南砂児童館 ☎3649-8507
五砂	東砂8-11-5(第五砂町小学校内) ☎3615-0444	東砂児童館 ☎3646-0462
☆六砂	北砂6-26-6(第六砂町小学校内) ☎3646-4801	東砂第二児童館 ☎3646-1814
☆七砂	東砂3-21-5(第七砂町小学校内) ☎3649-9821	東砂第二児童館 ☎3646-1814
☆小名木川	北砂5-22-10(小名木川小学校内) ☎3644-2063	小名木川児童館 ☎3640-1941
☆東砂	東砂2-12-14(東砂小学校内) ☎3647-8037	東砂第二児童館 ☎3646-1814
北砂	北砂1-3-33(北砂小学校隣) ☎3647-1981	小名木川児童館 ☎3640-1941
南砂	南砂2-3-21(南砂小学校内) ☎3645-5065	南砂児童館 ☎3649-8507
☆亀高	北砂5-20-16(亀高小学校内) ☎3649-8601	小名木川児童館 ☎3640-1941
☆有明西	有明1-7-13(有明西学園内) ☎5500-5861	東雲児童館 ☎3529-1795

(注1) 児童会館の閉館により、平成31年4月から平成32年12月まで東川小学校校庭内別棟に移転予定です。
(注2) 香取小学校の改築工事のため、平成32年3月まで大島仮校舎(大島5-52-15)で運営を行います。
(注3) 第二砂町小学校の改修工事のため、平成31年3月下旬まで南砂仮校舎(南砂2-3-13)で運営を行います。
★川南小学校、第二辰巳小学校、浅間野川小学校、第三砂町小学校内の江東きつずクラブはA登録のみ開設しています。近隣の児童クラブをご利用ください。

江東区立児童クラブ一覧(19施設) ☆は公設民営

クラブ名	所在地(月～金曜の申請受付施設)	土・日曜(開館日のみ)の申請受付施設
☆平野	平野1-2-3(平野児童館内) ☎3643-1903	平野児童館 ☎3643-1903
塩浜	塩浜2-8-29-101(トミンハイム塩浜二丁目第1内) ☎3647-7093	塩浜児童館 ☎3647-3902
☆潮見	潮見1-29-16(潮見一丁目都住敷地内) ☎5606-9320	塩浜児童館 ☎3647-3902
☆豊洲三丁目	豊洲3-5-21-101(ロイヤルパークス豊洲内) ☎3533-7388	豊洲児童館 ☎3531-2079
☆豊洲四丁目	豊洲4-11-20-137(スターコート豊洲内) ☎3532-3581	豊洲児童館 ☎3531-2079
☆東雲	東雲2-4-4-102(東雲児童館内) ☎3529-1795	東雲児童館 ☎3529-1795
☆東雲第二(注4)	東雲1-9-13-101(東雲キャナルコートCODAN内) ☎3534-2500	東雲児童館 ☎3529-1795
☆東雲第三	東雲2-7-3(トミンタワー東雲内) ☎5530-2236	東雲児童館 ☎3529-1795
辰巳	辰巳1-1-36(辰巳児童館内) ☎3521-3262	辰巳児童館 ☎3521-3261
☆千田	千田21-18(千田児童館内) ☎3699-6254	千田児童館 ☎3647-0108
東陽	東陽5-16-13(東陽児童館内) ☎3615-4353	東陽児童館 ☎3647-8190
☆亀戸	亀戸2-1-19(亀戸児童館内) ☎3685-5944	亀戸児童館 ☎3685-5944
亀戸第三	亀戸7-39-9(亀戸第三児童館内) ☎3636-5380	亀戸第三児童館 ☎3636-5341
☆浅間野川	亀戸9-34-1-141(亀戸レジデンス内) ☎3684-3901	亀戸第三児童館 ☎3636-5341
大島第二	大島4-5-1(大島第二児童館内) ☎3637-2660	大島第二児童館 ☎3637-2591
☆大島八丁目	大島8-28-5-109(ライオンズタワー大島内) ☎5609-8237	大島児童館 ☎3682-9494
東砂	東砂7-15-3(東砂児童館内) ☎3646-0468	東砂児童館 ☎3646-0462
南砂	南砂2-3-17(南砂児童館内) ☎3649-7752	南砂児童館 ☎3649-8507
☆南砂六丁目	南砂6-5-2-101(南砂六丁目都住内) ☎3640-5479	南砂児童館 ☎3649-8507

(注4) 東雲第二児童クラブの申請には、住所要件があります。詳細は募集案内をご覧ください。

付施設へ※郵送やメールでの申込みはできません。
入会の決定平成31年2月下旬に結果を郵送します。
※江東きつずクラブA登録は、就労状況に関わらず、実施小学校に在籍する新1～6年生が対象です。小学校の放課後等の空き教室等を利用し、自主的な遊

びの場・学びの場を提供する事業で、平成31年3月1日(金)から募集開始の予定です。
※土曜江東きつずクラブは実施する児童館等で受付を行います(平成31年3月1日(金)から募集開始予定)。
「江東きつずクラブ」に関するお問い合わせは、各児童クラブまたは放課後支援課育成係

たは放課後支援課支援係 ☎(3647)9308 FAX(3647)9274
「児童クラブに関するお問い合わせ」
各児童クラブまたは放課後支援課育成係 ☎(3647)9230 FAX(3647)9274

私立児童クラブのご案内
私立(共同自主)児童クラブは、子どもたちの放課後の安全と健全な育成を図るため、区から補助を受け、NPO法人等が設置する運営委員会が運営している児童クラブです。保護者が仕事などのため、放課後の保育に欠

ける小学生を対象としています。時間延長等も行っていきますので、詳細は各私立児童クラブへお問い合わせください。募集を締め切っている場合があります。
〇各私立児童クラブへ



私立(共同自主)児童クラブ(3施設)

クラブ名	所在地	問合せ先
ライト学童保育クラブ	冬木16-7	☎5620-0693(11:00～19:00) http://light-gakudo.com/
大島六丁目共同学童クラブ	大島6-1-7 集会所	☎3636-8139(12:00～18:30) http://gakudo.tokyo/
風の子クラブ	南砂2-28-3-203	☎3647-8155(12:00～19:00) http://www.kazenoko-club.com/

※クラブによっては募集を締め切っている場合があります。詳しくは各クラブへお問い合わせください。

こうとう区報10/1号1面「東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会 大会・都市ボランティア募集中」の記事について、本文の内表「都市ボランティア」の人数の項目で「4人以上」とあるのは「4人以下」の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

11月11日は「介護の日」

「5555、5555、あったか介護ありがとう」

高齢化が進み、介護を要する方が増える一方、介護を巡る課題は多様化してきています。「介護の日」は、介護に対する理解と認識を深め、介護サービス利用者や家族、介護従事者等を支援するとともに、地域での支え合いや交流を促進する観点から、国が定めたものです。江東区で要介護認定を受けている方は、約2万人にも上ります。

みんなで支える介護保険制度

介護保険は「介護が必要な人」と「介護する人」を社会全体で支える制度で、平成12年に始まりました。医療保険と同じく、保険料を納めることで、介護サービス利用時の自己負担は所得に応じて1〜3割になります。日本国内に住む40歳以上の全体的には、介護保険法に基づき自動的に被保険者となります。

他人ごとではない介護

要介護にならないためには、日ごろから介護予防に努めることが大切です。しかし、年齢とともに、日常生活を送るうえで何らかのサポートが必要になることは避けられません。病気や事故が原因で介護が必要になる

被保険者(40歳以上)の方は、特定疾病(脳血管疾患など16種類)により介護や支援が必要と認定された場合に、保険証が交付されます。

「介護サービスの利用」

訪問介護(ホームヘルプ)やリハビリテーション、福祉用具(車いす等)の貸与等、さまざまなサービスが介護保険で利用できます。サービスの利用に当たっては、事前に介護の認定を受ける必要があります。区役所介護保険課へ、ご相談ください。

「介護保険料」

介護保険料の納め方は、40歳以上の方と65歳以上の方とで、異なります。

「保険証」

第1号被保険者(65歳以上)の方には、65歳を迎える時に、保険証をお送りします。第2号

率と給与等に応じて決まります。65歳以上(第1号被保険者)の方は、医療保険料とは別に、お住まいの区市町村に直接納めていただきます。年金を年額18万円以上受給されている方は、特別徴収(年金からの差引き)の方式により納めます。介護保険料は、ご本人の前年の収入と世帯の課税状況を基に算定されます。介護保険料の決定通知は、65歳を迎えた翌月と、毎年6月中旬にお送りしています。

「介護は誰しも経験すること」

介護保険は、住み慣れた地域で、いつまでも安心して生活できること、また、介護者の負担を軽減することを目的としています。長寿社会において、「介護」は、誰しも避けて通れない問題です。何がきっかけで「介護が必要な人」「介護する人」になるか、わかりません。万一に備え、「介護」について、ご家族で考えてみませんか。

「滞納期間に応じて保険給付が制限され、介護サービス利用時の自己負担割合が引き上げられる等の不利益が生じます。」

滞納期間に応じて保険給付が制限され、介護サービス利用時の自己負担割合が引き上げられる等の不利益が生じます。保険給付が制限されると、ご本人のみならず、ご家族の経済的・精神的な負担も増大します。保険料の納付が困難となった場合には、分割納付や、ご事情により減免等の制度もありますので、お早めにご相談ください。

「保険料は大切な財源です」

介護保険の財源は、5割が公費(税金)、5割が皆さんからの保険料でまかなわれています。一人ひとりの保険料が、制度を支えています。介護が必要になったとき、誰もが安心してサービスを受けることができるように、保険料納付へのご理解とご協力をお願いします。

「訪問調査に関するお問い合わせ」

介護保険課調査係 ☎(3647)9466 FAX(3647)9466

「保険の給付に関するお問い合わせ」

介護保険課給付係 ☎(3647)9498 FAX(3647)9466

「介護保険以外の在宅サービス等に関するお問い合わせ」

介護サービス利用相談 ☎(3647)9099 FAX(3647)9466

「介護は誰しも経験すること」

「訪問調査に関するお問い合わせ」

介護保険課調査係 ☎(3647)9466 FAX(3647)9466

「保険の給付に関するお問い合わせ」

介護保険課給付係 ☎(3647)9498 FAX(3647)9466

「介護保険以外の在宅サービス等に関するお問い合わせ」

介護サービス利用相談 ☎(3647)9099 FAX(3647)9466

介護保険課給付係 ☎(3647)9498 FAX(3647)9466

介護保険以外の在宅サービス等に関するお問い合わせ ☎(3647)4319 FAX(3647)9466

介護サービス利用相談 ☎(3647)9099 FAX(3647)9466

食と健康展 11/23(金・祝)

「野菜」をテーマに開催

野菜は低エネルギーで食物繊維、抗酸化ビタミン、ミネラルなどを豊富に含んでいます。野菜のおいしさや魅力を知って、健康づくりに役立ててください。

「当日直接会場へ」

問 保健所健康推進課栄養指導 担当 ☎(3647)6713 FAX(3615)7171

時間	内容
13:00~13:30	[第14回おいしいメニューコンクール表彰式]「朝食に食べたい野菜料理!」応募総数4,794点の中から選ばれた15点(中学生の部・ファミリーの部)の表彰式
13:30~15:00	[食育講演会]「プロから学ぶおいしい野菜の見分け方!」※さつま芋の食べ比べをします。[講師]本島章(八百屋の匠 杉本青果店店主)
12:00~13:00	[測定コーナー]血管年齢測定(江東区集団給食研究会)、体組成測定・握力測定(健康センター)、肺年齢測定(健康推進課)
12:00~16:00	[体験コーナー]「乳がん」自己触診モデル体験(健康センター) [展示コーナー]「わが社の野菜たっぷりメニュー」(江東区集団給食研究会)「野菜は毎食!果物は間食で!」(江東区地域活動栄養士会)「義歯の模型展示」(歯科技工士会)「おいしい学校給食」(学務課)「公立保育園の食育(保育課)」(食品衛生クイズ!)(生活衛生課)「江東区ウォーキングマップの紹介」(健康推進課)「メニューコンクール受賞作品の写真展示」とレシピ集を配布!「8020表彰者写真展示」旬の野菜展示

名前を伝えずに検査を受けられ、相談もできるので安心です。所要時間は1時間程度で、結果は当日に口頭でお知らせします。診断書や証明書は発行しません。まれに判定保留となる場合があります。この際は結果判明まで1週間程度かかります。なお、感染を心配するような行動から90日以上経過した後でない正しい結果が出ないためご注意ください。

「12月6日(木)午後4時」

7時 会場 深川南部保健相談所1階(枝川1-8-15-1102) 問 当日直接会場へ

「70人(先着順) 無料」

問 保健予防課感染症対策係 ☎(3647)5879 FAX(3615)7171

第3回区議会定例会終わる

平成29年度各会計歳入歳出決算を認定

平成30年第3回区議会定例会が、9月20日から10月23日まで(会期34日間)開かれました。

「平成30年度江東区一般会計歳入歳出決算」

「江東区水上下水道事業」など、原案どおり可決・認定・同意されました。

「平成29年度江東区一般会計」

「認定案件(4件)」
「平成29年度江東区一般会計」
「その他の案件(5件)」

「江東区水上下水道事業」など、原案どおり可決・認定・同意されました。

「平成30年度江東区一般会計歳入歳出決算」

「認定案件(4件)」
「平成29年度江東区一般会計」
「その他の案件(5件)」

【Jアラートによる全国一斉情報伝達試験 11/21(水)11:00ごろ】

「これはJアラートのテストです」という内容を、防災行政無線放送をはじめ、さまざまな情報伝達手段で皆さんにお伝えする試験を実施します。詳細は、11/1号の区報や区ホームページをご確認ください 問 危機管理課危機管理係 ☎3647-9382、FAX3647-9651

凡例 時日時 場所 集集合 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 印ホームページ Eメール

家庭用消火器のあっせん

初期消火で火災の被害を最小限に

区では、火災の初期消火に効果的な家庭用消火器の購入および薬剤詰替のあっせんを行っています。

区の指定業者が購入時に消火器をご自宅まで配達するため、運搬に負担がかりません。ただし、薬剤詰替は粉末消火器のみが対象(強化液消火器は不可)で、製造年から8年以上経過した粉末消火器は、薬剤詰替ができません。

歳末たすけあい運動 洗剤・お米・しょうゆをお届け

歳末たすけあい運動の募金から、見舞い品(洗剤セット・お米・しょうゆセット)から一つを選択)をお届けします。

今年から新たにファクスでの受付を開始します。
区内在住(在宅者)で、左表のいずれかに該当する方※来所が困難な方は代理の方の申込可
各受付場所※来所による申込ができない場合は、11月21日(水)～12月1日(土)(消

対象者	必要書類(コピー可)
介護保険要介護3・4・5の方	要介護度が記載されているもの(「介護保険証」等)※1
身体障害者手帳1・2・3級の方	身体障害者手帳
愛の手帳1・2・3級の方	愛の手帳
精神障害者保健福祉手帳1・2・3級の方	精神障害者保健福祉手帳※2
18歳未満の児童を扶養するひとり親家庭の方	ひとり親家庭であることがわかるもの(「ひとり親家庭医療証」・「児童扶養手当証書」等)

※1 有効期間が平成30年12月末まで確認できること
※2 有効期限が平成30年12月末まで確認できること

受付場所	受付期間・時間
江東区社会福祉協議会福祉サービス課(東陽6-2-17高齢者総合福祉センター2階)	11/21(水)～12/1(土)9:00～17:00 (11/23(金・祝)を除く) ※11/21・28(水)は19:00まで
障害者福祉センター(扇橋3-7-2)	11/21(水)～12/1(土)9:00～17:00 (11/23(金・祝)、25(日)を除く)
深川ふれあいセンター(平野1-2-3)	11/21(水)～12/1(土)9:00～17:00 (11/25(日)を除く)
城東ふれあいセンター(北砂4-20-12)	
亀戸ふれあいセンター(亀戸9-33-2-101)	

します。納品時に指定業者が持参する委任状に捺印し、代金をお支払いください。なお、申込後、納品までに1か月程度かかります。

防犯課災害対策係(区役所隣防犯センター4階1番)に電話または窓口で
区内在住の世帯主(事業所等の申込は不可)「数量あっせん品目を問わず1世帯に1本まで」納品日等をお知らせ

「息苦しさをやわらげる」呼吸体操教室 気管支ぜん息、肺気腫、慢性気管支炎の方を対象

慢性呼吸器疾患による日常的な息苦しさは、呼吸に必要な筋肉「呼吸筋」の疲労や緊張が主な原因です。専門医が考案した「呼吸筋ストレッチ体操」を生活に取り入れ、毎日が安心して過ごせるよう、正しい方法を学びましょう。希望者に個別相談も行います。

消火器あっせん価格

	消火器購入			薬剤詰替		
	強化液 1ℓ	粉末 2.0kg	粉末 3.0kg	粉末 1.5kg	粉末 2.0kg	粉末 3.0kg
協定価格	6,980円	6,224円	8,600円	3,369円	4,092円	5,540円
区助成額	1,400円	1,300円	1,500円	820円	890円	1,030円
あっせん価格	5,580円	4,924円	7,100円	2,549円	3,202円	4,510円

※品物と引き換えにあっせん価格をお支払いください(消費税含む)。
※粉末1.5kgについては薬剤詰替のみのあっせんを今年度も引き続き行います。
※古い消火器については右記の価格で引き取りを行います(消火器購入者のみ)。

引き取り価格		
リサイクルシール	あり	なし
協定価格	1,080円	1,580円

「赤穂浪士が歩いた 深川の道をゆく」 江東区文化観光ガイドのご案内

赤穂浪士が吉良邸に討ち入った後、泉岳寺に向かう道中になど、その足跡をたどりながら、文化観光ガイドがご案内します。
12月11日(火)～13日(木)、15日(土) ①午前9時半出発②午後0時半出発※雨天決行
出発時間の10分前までに都営大江戸線両国駅地下改札前
3時間程度まちあるきができる小学生以上の方、各20人(申込順、小学生は保護者同伴) 費 500円(保険代ほか)※小学生無

こうとう若者女性しごとセンター 12月度セミナー 参加者募集

12月は、女性向けのセミナーとして、「働く自分をプロデュース『メイク編』」を実施します。また、「自分らしく働くための適職探しワークショップ」は、どなたでも受講できるので、在職中の方も、ぜひご参加ください(時内) 下表のとおり(場) こうとう若者・女性しごとセンター(亀戸2-19-1カメラアプラザ9階) (費) 無料(日) 11/15(木)9:30から電話またはファクスに氏名・連絡先・受講テーマを記入し、こうとう若者・女性しごとセンターへ☎5836-5160、FAX3637-2351 (HP) <http://koto-shigoto.jp/>

日程	対象	定員(申込順)	テーマ
12/4(火)13:00～16:00	新卒・第二新卒(☆)	4人	まだ間に合う! 現役面接官による応募書類の書き方
12/5(水)10:00～12:00	どなたでも	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(Word中級編)
12/5(水)13:00～16:00	新卒・第二新卒(☆)	4人	まだ間に合う! 現役面接官による面接対策講座
12/6(木)10:00～12:00	どなたでも	10人	ビジネスの現場ですぐ使えるOAスキルアップ研修(Excel中級編)
12/8(土)11:00～12:30	どなたでも	20人	自分らしく働くための適職探しワークショップ
12/10(月)13:00～16:00	新卒・第二新卒(☆)	4人	まだ間に合う! 現役面接官による応募書類の書き方
12/12(水)10:30～12:00	女性	24人	働く自分をプロデュース『メイク編』
12/13(木)13:00～16:00	新卒・第二新卒(☆)	4人	まだ間に合う! 現役面接官による面接対策講座
12/18(火)10:00～12:00	どなたでも	32人	どう読めば何が見える? 求人票の見方
12/19(水)10:00～12:00	女性	24人	より良い人間関係をつくる“褒め力”上達レッスン

※はじめて当センターをご利用の場合には、センターの利用登録が必要になります。
※すべてのセミナーで、当センターにおけるセミナーの受講が初めての方を優先とさせていただきます。
※ファクスには、氏名、連絡先、受講希望のテーマをご記入ください。
(☆)「まだ間に合う! 現役面接官による応募書類の書き方」「まだ間に合う! 現役面接官による面接対策講座」は、平成31年3月卒業予定の学生および既卒3年以内の方で正社員就労を目指している方のための講座です(非正規雇用で就業中の方も参加可)。

平成31年度 こども発達センター 園児募集

江東区こども発達センター「塩浜CoCo」と江東区こども発達扇橋センター「扇橋CoCo」では、運動やことば、社会性などの発達が心配な就学前のお子さんを対象に、個々の発達に応じた療育プログラムを通して発達支援を行っています(左表)。平成31年4月の新入園児を次のとおり募集します。「募集予定人数(各施設)」低年齢グループ…約20人 一日支援コース…若干名 半日支援コース…約20人

日程	対象	定員(申込順)	テーマ
12月3日(月)	新卒・第二新卒(☆)	4人	まだ間に合う! 現役面接官による応募書類の書き方

※発達相談も随時受け付けます。 FAX(3648)3671

「塩浜CoCo」・「扇橋CoCo」 児童発達支援センター事業概要

	低年齢児(0～2歳)グループ	幼児グループ(3～5歳) 一日支援コース	幼児グループ(3～5歳) 半日支援コース
在籍人数	1グループ 1日8～10人(5グループ)	1クラス 1日8～10人(2クラス)	1グループ 1日10～12人(10グループ)
通園日	週1日・隔週1日・月1日(月～金)	週1～4日・隔週1日(月～金)	週1日・隔週1日・月1日(月～金) 午前または午後
時間	9:45～12:15(給食あり)(親子参加)	9:45～14:15(給食あり)	[午前グループ] 9:45～12:15(給食あり) [午後グループ] 13:30～15:30
内容	[生活指導] 食事・排泄・着脱・あいさつ・片付け、その他幼児の生活に必要な活動 [集団指導] 集まり・運動・音楽・造形・遊び・散歩、その他さまざまな行事活動 [個別・少人数指導(1回45分)] 個々の発達や状態に応じた個別支援計画のもとに、ことばや認知学習の指導を、また必要なお子さんには理学療法、作業療法を行います		

※NPO法人こどもの発達療育研究所の専門スタッフが指導にあっています。

総合区民センターの駐車場が有料になります
総合区民センターの駐車場は、施設の有効活用と安定した歳入の確保等を目的に、平成31年2月(予定)から有料化します。現在、公募により民間の運営事業者を選定しています 区民課区民係☎3647-8406、FAX3647-9206

悠々フェスティバル レクダンス・脳トレ・体操・ 輪投げなど体験型イベント開催

区内の福祉会館とふれあいセンターが高齢の方と子どもを対象に楽しく踊り、元気にうたい、みんなで一日楽しめるイベントを開催します。スタンプリーやおまつりコーナーもあります。福祉会館、ふれあいセンターを利用したことがない方もこの機会に参加してみませんか。お気軽にお越しください。

時 11月18日(日) 午前10時～午後3時半 場 総合区民センター(大島4-5-1) 費 無料

内 左表のとおり
甲 当日直接会場へ
乙 各福祉会館・ふれあいセンター

施設名	電話番号	FAX
古石場福祉会館	3641-9531	3641-9531
塩浜福祉会館	3647-3901	3647-1941
千田福祉会館	3647-0108	3647-0109
東陽福祉会館	3647-8180	3647-8129
亀戸福祉会館	3685-8208	3683-4851
大島福祉会館	3637-2581	3637-2881
東砂福祉会館	3646-0461	3648-9247
深川ふれあいセンター	3643-1902	3630-6719
城東ふれあいセンター	3640-8651	3699-6744
亀戸ふれあいセンター	5609-8822	5609-8821

イベント	時間
オープニングセレモニー	10:00～10:30
楽しくレクダンス	10:30～11:45
うたの広場	13:00～14:00
はつらつ体操	14:15～15:15
おまつりコーナー(脳トレ・スカットボール・輪投げ・ポップコーン)	10:30～15:00
折り紙・ぬりえコーナー	10:30～15:00
囲碁入門コーナー	10:30～15:00
体力測定 場 3階第1研修室	10:30～15:00

※体力測定以外は2階レクホール・展示ホール
※休憩場所は6階第1会議室・第2研修室

蕉館 時雨忌(芭蕉忌) 全国俳句大会 受賞作品 決定

今年で37回目となる本大会には、全国から687人、1,374句の応募があり、兼題部門「芭蕉を偲ぶ句」または、今年の特マ句「友」の最高点「芭蕉記念館時雨忌賞」、四季雑詠部門の最高点「芭蕉記念館賞」の各受賞作品が決定しました。応募いただいた作品の入選句集は、芭蕉記念館で販売しています(一部500円)。

芭蕉記念館(常盤1-6-3) ☎(3631)1448 FAX(3634)0986

芭蕉記念館時雨忌賞
お隣も
ベランダに出て
月の友
橋本世紀男(江東区)

芭蕉記念館賞
さくら花
一篇の詩は
遠くあり
甲賀元嘉(江戸川区)

環境学習プログラム 12月 冬の自然を感じよう!

時 内 下表のとおり 場 えこくる江東(潮見1-29-7)ほか 甲 11/15(木) 9:00からえこくる江東に電話または窓口で ☎3644-7130、FAX3644-7135 HP https://www.ekokuru-koto.jp/

講座名	日程	内容	費用	対象
土の絵の具で絵を描こう!	12/8(土) 10:00～12:00	土は何色?さまざまな色の土を使って絵を描いてみよう!	無料	小学生15人(申込順、小学4年生以下は要保護者同伴、幼児同伴可)
東京湾の水鳥の楽園 葛西臨海公園でバードウォッチング	12/8(土) 9:00～12:00	葛西臨海公園が今年10月にラムサール条約に登録されました。渡ってきた水鳥たちに会いに行きましょう! 葛西臨海公園入口広場(噴水付近) 師 中村忠昌、大原庄史(NPO法人生態教育センター)	無料	小・中学生と保護者40人(申込順、幼児同伴可)
宇宙食×星のお話と星空を眺める会	12/8(土) 16:00～18:30	この季節にしか見ることのできない星空のお話を聞いて、実際に空を眺めてみよう! 星のソムリエが今宵の星空へ皆さんをご案内します。そして今回はみんなで宇宙食を食べてみよう!	1組 300円	小・中学生と保護者10組20人(申込順)
佐々木洋のわくわく生きものたんけん隊(単発参加)	12/9(日) 9:30～12:00	自然案内人と一緒に親子で身近な自然を探検しながら、自然観察をします 師 佐々木洋(プロ・ナチュラリスト)	無料	年長児～小学生と保護者15組30人(申込順)
ワンダーボックスであそぼう! [冬も節電!～昔の道具から生活の知恵を学ぼう～]	12/16(日) ①12:00～12:20 ②12:20～13:10 ③14:00～14:20	ミニチュアの家、みんなのお家にある家電や、昭和の時代に使っていた道具を並べて、電気の消費を比べてみよう! 当日直接会場へ	無料	各回、6歳以上4人(各回開始10分前から先着順、小学2年生以下は要保護者同伴、幼児の同伴可)
えこりんピック～我が家のエコを自慢しよう!	12/16(日) 13:30～15:30	自宅で続けているエコ活動をそれぞれ紹介しあい、他の家の活動から新たなことを学び、実践しよう。エコな賞品も用意しています!	無料	小学生と保護者8組16人(申込順、幼児を除く同伴者の入室可)
海藻おしぼづくり	12/24(月) 祝 13:00～15:30	東京湾に育つさまざまな色や形の海藻を使い、世界に一つ自分だけの海藻おしぼのうちわを作ろう 師 河野えり子(観音崎自然博物館長)	1人 300円	小学生と保護者、中学生40人(申込順、幼児同伴可)

※会場について特に記載のない講座は、えこくる江東が会場です。
※同伴保護者1人が引率できるお子さんの人数は講座によって異なります。
※対象について特に記載のない講座は、対象者以外の方(幼児等)の入室(参加)はできません。
※詳細はお問い合わせいただくか、えこくる江東ホームページをご覧ください。

区内中小企業経営者&人事担当者向け講座

採用から退職までのお悩み解決
ケーススタディで見る最新法改正とトレンド

区内中小企業への支援として、「法対応を含む雇用に関する基礎知識と必須実務」についてのセミナーを開催します。

人事労務の基礎知識について、ケーススタディを使ってわかりやすく解説するとともに、働き方改革関連法推進に伴う労働法改正の動きや、企業に求められる実務対応の留意点をお伝えします。ぜひご参加ください。

時 12月18日(火) 午後3時～5時 場 こうとう若者・女性しごとセンター(亀戸2-19-1)カメラリアプラザ9階 入 区内中小企業の経営者、人事・労務担当者 費 無料 師 羽根香緒里(社会保険労務士)

電話またはファクスに①会社名②本件窓口担当者名③参加人数と参加者名④会社電話番号を記入し、こうとう若者・女性しごとセンターへ

☎(5836)5161 FAX(3637)2351

経済課雇用支援担当 ☎(3647)8581 FAX(3647)8442

HP http://koto-shigoto.jp/

砂町文化センター 石田波郷記念館企画展

波郷ゆかりの地

松山・砂町・清瀬・練馬

11/29(木)まで

今年、石田波郷50回忌にあたり、波郷の原点である松山から最後に暮らした練馬まで、ゆかりの地を句と写真等で紹介します。それぞれの場所での波郷の思いを展示で読み解きます。

時 11月29日(木)まで、午前9時～午後9時 場 砂町文化センター2階展示ロビー(北砂5-1-17) 費 無料

甲 当日直接会場へ
乙 砂町文化センター

☎(3640)1751 FAX(5606)5930

人権週間に向けて

子どもの人権と児童虐待

世界には、貧困や飢え、戦争などで苦しんでいる子どもがたくさんいます。また、児童労働、児童虐待、人身売買などの問題もあります。

国際社会は、これらを中心とした人権を侵害する問題としてとらえ、1989年(平成元年)に、国連総会において、「児童の権利に関する条約」を採択しました。

日本は、1994年(平成6年)に条約を批准しています。条約は、すべての子どもに健やかに幸せに生きる権利を認め、その権利を行使できるように締結国に求めています。

「虐待かな」と思ったら
こどもは、社会的に保護され、守られなければならない存在です。しかし、親などがこどもを虐待し、中には死に至らしめるという痛ましい事件が後を絶ちません。

2000年に成立した「児童虐待の防止等に関する法律」では、児童虐待を受けたと思われる児童を発見した者は、児童相談所などへの通告義務があるとしています。

「もしかしら虐待かな」と思う程度であっても、江東区こどもの虐待ホットライン(3646)5481へ連絡してください。間違っていないので大丈夫です。

法務省の取組
法務省の人権擁護機関では、全国の小中学校の児童・生徒に「子どもの人権SOSミニレター」を配布しています。このレターを通じて教師や保護者にも相談できない悩みごとを把握し、学校や関係機関と連携し、問題解決に当たっています。また、フリーダイヤルの専用相談電話「子どもの人権110番(0120)007110」を設置し、人権擁護委員や法務局職員がこどもからの相談に応じています。

地域の連携が大切
こどもも大人と同様に、基本的な権利が保障されています。すべてのこどもが健やかに育つためには、こども一人ひとりを、個性を持ったかけがえない存在として受け止め、こどもが安心して健やかに成長できる社会を築いていくことが私たち大人の責任です。

地域の人々が連携して、こどもの人権を尊重する取組をすすめていくことが大切です。

甲 人権推進課人権推進担当 ☎(3647)1164 FAX(3647)9556

平成30年(2018年)11月11日

講座・催しものつづき

障害者地域生活支援セミナー「チェアヨガ」

時 12/18(火) 13:30~14:45 場 障害者福祉センター3階会議室 区内在住の障害者・難病の方(詳細についてはお問い合わせください)20人(公開抽選11/29(木)10:30~) 費 地域活動支援センター事業利用者負担金(1回240円)※生活保護受給者・住民税非課税の方などは免除 内 心身のリラックスを目的とした椅子に座って行うヨガ 締 11/28(水)必着 申 往復はがきに講座名・住所・氏名・年齢・電話(ファクス)番号・障害名(病名)・障害の等級を記入し、〒135-0011扇橋3-7-2障害者福祉センターへ郵送または窓口(はがき1枚と障害・難病を証明する物を持参)で ☎3699-0316、FAX3647-4918

城東ふれあいセンター

シニア劇団「かんじゅく座」公演

時 12/8(土) 13:30~14:40 場 城東ふれあいセンター(北砂4-20-12) 区内在住の60歳以上の方60人(申込順) 費 無料 内 新美南吉作品「花のき村と盗人たち」「ランプの夜」の2本立て 締 12/7(金)※定員になりしだい終了 申 11/20(火)から城東ふれあいセンターに電話または窓口(未登録の方は保険証持参)で ☎3640-8651、FAX3699-6744

保 健

30代のための健診(生活習慣病予防健診12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 11/20(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

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	12/11(火) 9:00~	12/28(金) 13:10~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	12/5(水) 13:10~	12/18(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川1-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	12/7(金) 12:45~	12/21(金) 13:30~

※城東南部保健相談所は平成31年1月に実施予定

入し、希望する保健相談所へ郵送または窓口で(重複申し込み不可)※電子申請もできます 申 <http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/navi/index.html> 各保健相談所管理係



官 公 署

e-Taxの利用手続きが便利に

平成31年1月以降、マイナンバーカードやICカードリーダーライターをお持ちでない方も税務署でIDとパスワードを受け取れば、自宅のパソコンやスマホからe-Taxで申告ができます。発行を希望される方は、運転免許証などの本人確認書類をお持ちのうえ、お近くの税務署にお越しください。暫定的な対応であるため、お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします【マイナンバーの記載を】申告書や申請書等を提出する際には、個人番号(マイナンバー)の記載と本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。国税に関するマイナンバーの詳細は、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/mynumberinfo/index.htm>)をご覧ください 区 江東西税務署 ☎3633-6211、江東東税務署 ☎3685-6311

緊急災害現地対策本部見学ツアー

時 12/4(火)・5(水) 15:00~16:15 場 東京臨海広域防災公園(有明3-8-35) 区 各日30人(申込順) 費 無料 内 オペレーションルームの一般公開※オペレーションルーム内での撮影はできません 申 11/20(火)から電話で東京臨海広域防災公園管理センター ☎3529-2180、FAX3529-2188 e info-bousai@seibu-la.co.jp

その 他

江東病院 江東健康フォーラム

時 11/24(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 婦人科的疾患の女子会の都市伝説 師 宮崎亮一郎(婦人科部長) 申

当日直接会場へ 区 江東病院医療連携 ☎3685-2253、FAX3685-2766

江東病院 江東サザンカの会「がんの勉強会・相談会」

時 12/1(土) 14:00~(13:30開場) 場 江東病院本館7階会議室(大島6-8-5) 区 50人(申込順) 費 無料 内 がんとの過ごし方②(生活支援とお金、がん情報を探すポイント、医者とのコミュニケーション) 師 江東病院医師、看護師および医療福祉相談員 申 11/15(木)から電話またはメールに①氏名②年齢③連絡先電話番号を記入し、江東病院医療福祉相談室へ ☎3685-2166 e msw@koto-hospital.or.jp

順天堂東京江東高齢者医療センター 区民健康講座

1. 女性の身近な悩み 時 11/17(土) 13:30~14:30 区 女性150人(先着順) 内 尿失禁・骨盤臓器脱予防と治療法 師 高澤直子(泌尿器科医師)
 2. 高齢者の糖尿病治療薬の選択 時 11/24(土) 13:30~14:30 区 150人(先着順) 師 吉井秀徳(糖尿病内分泌内科)
- ※いずれも 費 無料 申 当日直接会場へ 場 区 順天堂東京江東高齢者医療センター(新砂3-3-20) ☎5632-3111

700MHz帯の電波利活用に伴い、テレビ受信試験を実施

テレビ放送が地上デジタルへ移行したことにより空いた電波(700MHz帯)を、携帯電話等の電波として利用するため、携帯電話事業者で構成する(一社)700MHz利用推進協会が工事を進めています。この電波は地上デジタル放送の電波と近いいため、テレビ放送の受信に支障がないか、試験を行います。11/12(月)から該当地域に協会が試験実施の周知チラシを配布します。なお、テレビ放送の受信に支障がある場合は無償で対策工事を行います。工事作業者が費用を請求することは一切ありません【試験実施日】12/13(木)~ 区 700MHzテレビ受信障害対策コールセンター ☎0120-700-012 申 <http://www.700afp.jp/>

不動産無料相談会

時 11/22(木) 13:00~16:00 場 区役所2階区民ホール 区 税務相談・法律相談・建築相談・取引相談などに弁護士・税理士・不動産相談員が対応します【後援】江東区 申 当日直接会場へ 区 全日本不動産協会城東

第二支部 ☎6658-8526、FAX6658-8527

東北・九州の名物紹介やキッズ向けイベントを開催!

福島・山形・秋田・鹿児島・熊本の物産・観光を案内するマルシェや、キッズ向けイベント(17日のみ)を、「IHIフォーラム2018」で開催します 時 11/14(水)~16(金) 12:30~17:30(マルシェは11:30~18:00)、17(土) 10:00~16:00 場 豊洲IHIビル(豊洲3-1-1) 区 どなたでも 申 当日直接会場へ 区 (株)IHI ☎6204-7800

認知症高齢者SOS訓練 みんなで支えよう! 認知症にやさしいまち

スマホやGPSを活用した認知症高齢者の検索模擬訓練、認知症サポーター養成講座を開催します 時 12/1(土) 10:00~12:30 場 東陽区民館(東陽3-1-2) 区 検索模擬訓練:50分程度歩行できる方20人(申込順)、認知症サポーター養成講座:どなたでも20人(申込順) 費 無料 締 11/22(木)※定員になりしだい終了 申 11/16(金)から電話で連絡会運営本部(サンライズホーム内) ☎3640-2112

認知症カフェ開催

1. アス・ギャラリーカフェ 時 11/15(木) 14:00~16:00 場 アス・フォトギャラリー(東陽1-15-4) 費 無料 内 アメリカ・ラスベガスからアルパカーキまでの旅の報告(後編)。自然風土と最新の熱気球イベントの様子のスライドショー 申 当日直接会場へ 区 山口 ☎090-1600-2362
2. オレンジカフェ 時 11/17(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) 費 無料 内 「音楽で認知症予防」、オカリナの演奏を楽しみましょう 申 当日直接会場へ 区 NPO・えん ☎3522-0302
3. 長屋カフェ 時 11/25(日) 14:00~16:00 場 木場公園ミドリウム(木場4-1) 費 無料(飲食実費200円) 内 ミニ講話「知っておこう! 聞こえと補聴器」ほか 申 当日直接会場へ 区 NPO法人深川長屋 ☎090-4954-9744
4. 井戸端カフェ「しゃべり場」 時 11/29(木) 13:30~16:00 場 大島中央地区集会所(大島5-12-14) 費 無料 内 コーラス合唱等、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 区 関東シニアライフアドバイザー協会江東部 ☎080-3400-9449

このように新しい環境に慣れて楽しい生活をスタートする際に、最も大きな影響を与えるものは「人間関係」です。小学校でもきつずクラブでも、新しい先生や友達と「良好な関係」をつくっていくことが、毎日の生活を楽しく生き生きとしたものにしていきます。良好な人間関係をつくるために大切なのは、「自分は受

小学校では新しい先生や友達を始めとして、これまでとは大きく環境が変わりますが、そこで戸惑いが生じるのはむしろ健全なことです。こどもの小さな葛藤や驚きに、ぜひ耳を傾けて寄り添ってあげてほしいと思います。放課後のきつずクラブでは、仲良くなった友達とさまざまな活動を自発的に楽しんだり、上級生のお兄さんやお姉さんと一緒に遊んだり、宿題をやったりしている姿が見かけられます。

こどもの育ちと安心感

幼児期にはこどもが求める抱っこやハグはもちろんですが、こどもにしっかりと気持ちを持って、日々の会話のなかで今日何があったのか、こどもは何を望んでいるのか、といったことに共感して思いを寄せることで、学びと自立に必要な「安心感」を育んでい

保育園のお迎えが6時から7時のわが子。小学生になったら幼稚園出身の子とも一緒にいる。学校が終わったら、友達とキッズクラブで遊んでいるけれど、どんな感じなのかしら。行きたくないって言うたらどうしよう。

一年生になったら「放課後」



「安心感」です。保護者がこどもにとって自分を受け止めてもらえる安全基地になっていると、離れていてもこどもは安心感をもって友達との関係を深めていたり、遊びでも勉強でも、できなかつたことにチャレンジして、自分を成長させていくことができるようになります。生活の変化への適応や自立のためには、こどものなかにしっかりと「安心感」が育っていることが大切なのです。

区 庶務課社会教育担当 ☎(3647)9676 FAX(5690)6911

凡例 時日時 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

区立小中学校事務職員 (非常勤)募集

[応募資格] 雇用期間中継続して勤務できる方で、パソコン(ワード・エクセル)の基本的な操作ができる方[募集人数] 6人程度[採用日] 平成31年4/1以降[雇用期間] 採用日から採用年度の末日まで[報酬] 月額153,300円程度(交通費別途支給)[第一次選考] 作文[第二次選考] 12/15(土)、第一次選考合格者を対象とし、筆記・パソコン実技・面接※詳細は募集要項をご覧ください[募集要項配布場所] 庶務課学校職員係(区役所6階1番)※区ホームページからも入手可[締] 11/26(月)必着 [申] ①作文(A4判横書き800字程度、用紙自由、手書き・印字問わず)②所定の申込書に必要事項を記入し、〒135-8383庶務課学校職員係へ簡易書留で郵送または持参 ☎3647-9172、FAX5690-6911

東京都・江東区国民保護 (大規模テロ災害対処)訓練

時 11/20(火) 10:00~12:30頃 場 シンボルプロムナード公園(イーストプロムナード)、東京臨海広域防

災公園等 [内] 住民等の避難・誘導訓練、化学剤散布現場からの被災者の救助訓練、被災者に対する除染・救護・搬送訓練、不審物への対処訓練。訓練実施のため、通行の際等にご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします [関] 危機管理課危機管理係 ☎3647-9382、FAX3647-9651

講座・催しもの

児童会館 親子クリスマス会 影絵劇「100万回生きたねこ」

時 12/8(土) 10:30~12:00(受付開始10:15~) 場 児童会館2階体育室(住吉1-9-8) [内] 2歳以上の幼児120人とその保護者(申込順) [費] 無料 [内] 心温まるステキな影絵劇※防寒対策をしてください[持ち物] かつ袋 [師] 劇団スタジオライフ [申] 11/15(木)から児童会館に電話または窓口で ☎3633-6911、FAX3633-6936※定員に満たなかった場合の当日申込は、来館のみ

ソノシートで聴く 昭和の人気アニメソング

時 11/25(日) 14:00~16:00 場 東大島図書館(大島9-4-2-101) [内] ど

なたでも25人(申込順) [費] 無料 [内] 「鉄腕アトム」「鉄人28号」など1960年代にヒットしたアニメ主題歌約20曲を同時期に流行したソノシートで演奏(解説付き) [申] 11/15(木) 10:00から東大島図書館に電話または窓口で ※定員に満たない場合は当日参加も可 ☎3681-4646、FAX3681-4810

クライミング「トップロープ安全講習会」(12月分)

講習を修了した方は、センターのトップロープをご利用いただけます [時] 12/19(水) 19:00~21:00 場 深川スポーツセンター1階 [内] 中学生以上の方6人(区内在住・在勤・在学の方を優先し抽選) [費] 3,080円 [締] 11/30(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(12/19)③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧区内在勤・在学の方は勤務先(学校)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

江東区民駅伝競走大会

時 平成31年1/13(日) 9:00開会※小雨・小雪決行(荒天の場合2/3(日)に延期) 場 豊洲公園(豊洲2-3-6)集合※車での来場はご遠慮ください[走路] 豊洲ぐるり公園内特設コース※コース等は開催要項をご覧ください [費] 一般および壮年:1チーム3,000円、中学生:1チーム1,000円※各チーム必ず傷害保険に加入してください [締] 11/27(火) [申] スポーツ会館および各スポーツセンター、夢の島競技場、スポーツ振興課(区役所4階34番窓口)にある申込書(ホームページ [HP] http://www.koto-hsc.or.jp/sports_festival/post_35.html)からも入手可)に記入し、参加費を添えて各窓口で [関] 亀戸スポーツセンター ☎5609-9571、FAX5609-9574

戸スポーツセンター1階ロビー [内] 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 [締] 12/1(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

企画展「杉浦日向子の視点～江戸へようこそ」

時 11/13(火)~平成31年11/10(日) 9:30~17:00(最終入館16:30) [内] 現在も多くのひとびとに愛されている杉浦さんのさまざまな仕事や作品を紹介[特別展「江戸からの旅人 杉浦日向子の世界」] 時 11/23(金・祝)~12/9(日) 9:30~17:00(最終入館16:30) [内] 挿絵や漫画作品、深川との関係を紹介 ※いずれも [費] 大人400円、小中学生50円(観覧料)※小中学生は保護者同伴 [申] 当日直接会場へ [場] 深川江戸資料館(白河1-3-28) ☎3630-8625、FAX3820-4379

伝統芸能公開

「江戸の粋 かつぱれ」 時 11/18(日) 14:00~14:30、15:00~15:30 [費] 大人400円、小中学生50円(観覧料)※小中学生は保護者同伴 [出演] 伝統江戸芸かつぱれ 寿々慶会 [申] 当日直接会場へ [場] 深川江戸資料館(白河1-3-28) ☎3630-8625、FAX3820-4379

深川東京モダン館 おきがる講座、屋敷講座

1. 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 11/30(金) 13:00~14:30、15:00~16:30 [内] 各回30人(申込順) [費] 500円(ドリンク代込) [内] 明治150年江東人物伝⑧中村弥六と林業
2. 深川の屋敷講座③江東×宇都宮 時 12/2(日) 14:00~15:30 [内] 30人(申込順) [費] 1,000円(お土産代込) [内] 江東区域とゆかりのある地域をとりあげそのつながりを紹介します ※いずれも [場] 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) [申] 11/15(木)から電話で深川東京モダン館 ☎5639-1776、FAX5620-1632 [HP] <http://www.fukagawatokyo.com/>

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 [内] 20人(申込順) [費] 無料(飲食費実費) [申] 11/19(月)から電話で長寿サポートセンター

日時	施設名(会場)	内容	申込・問合先
12/20(木) 14:00~15:30	北砂南長寿サポートセンター(北砂7-7-1-101)	認知症についての症状・診断・治療についての神原医院院長による講話と家族介護者の交流会	北砂南長寿サポートセンター ☎6660-2050 FAX6660-2070

高齢者家族介護教室(無料・申込順・11/15(木)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 [内] 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
12/1(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	[内服薬について] 服薬管理や飲み忘れの防止、服薬時の注意点など知っておきたい薬の知識を薬剤師が説明します。薬の悩みや質問にもお答えします。
12/8(土) 10:00~11:45	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、FAX5632-3212	[簡単な腰痛体操] 理学療法士が自宅でできる簡単な腰痛・膝痛体操をわかりやすく紹介します。
12/8(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	[今日から実践!介護予防体操] 柔道整復師が身体機能の説明とともに、すぐに実践できる介護予防体操をお教えます。
12/8(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	[福祉用具の紹介・選定] 杖やシルバーカーなどの移動補助用具や入浴補助用具について紹介し、介護保険の制度でレンタル・購入できるものの説明をします。実際の使用体験もできます。
12/15(土) 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	[冬場の水分補給について] 日々の健康維持のためには「体内ガソリン」が必要です。看護師が「水」にスポットをあてて、寒い時期も元気に過ごすための冬の脱水予防のコツを説明します。
12/15(土) 14:00~15:30	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	[排泄ケアの注意点] 高齢者の排泄の特徴やおむつの選び方を相談員が説明します。実技体験も行いますので、実際におむつを使用して吸収力や交換方法を体験してみましょう。

部別	区内在住 在勤・在学	江東区 陸上競技 協会登録	男女 混合
一般の部 5人×約4.5km (高校生以上)	○	○	○
壮年の部 5人×約4.5km (50歳以上)	○	○	○
中学の部 5人×約3km (中学生男子)	学校単位	-	○
女子の部 5人×約2km	中学生 学校単位	-	女子のみ
	高校生 以上	○	女子のみ

亀戸スポーツセンター カヌー安全講習会(12月分)

時 12/15(土) 13:00~16:00 [集] 亀

備蓄食品 de クッキング

栄養士おすすめの 備蓄食品アレンジ法

3

ライフラインが使えなくなることを想定

災害発生直後は、電気・ガス・水道がすべて使えなくなることも想定されます。そのため、調理や加熱を行わずに食べられるアルファ米やクラッカー、缶詰、レトルト食品等を備蓄しておきましょう。

日ごろの備えが重要

買い置きしている食品を補充しながら消費する「ローリングストック法」がおすすめです。

冷蔵庫の食材を活用

停電し、冷蔵庫が使えなくなってしまうと、食品がすぐ傷むわけではありません。扉の開閉を少なくし、生鮮食品から食べましょう。クーラーボックスも有効です。

各家庭に応じた備えを

乳幼児や高齢者、アレルギーをお持ちの方がいる場合、各々にあった備蓄が必要です。粉ミルクや離乳食、流動食、アレルギー対応食など、各家庭に応じた備えをしましょう。

実践!備蓄食品を活用した 簡単・美味しいレシピ③

今回は乾物を使った副菜です。災害直後は、水の使用を少なくする調理の工夫も大切です。乾物を戻す時、缶詰の汁を使うと水の節約ができ、旨味も増しておいしくなります。また、ラップやホイール、ポリ袋を使って調理、食器の代用にすればそのまま捨てられ、衛生面でも安心です。

鶏ささみのごまマヨネーズ和え E:72kcal 塩:0.6g

材料(2人分)
鶏ささみ缶詰.....1缶(70g)
切干大根.....30g
白すりごま.....小さじ1
マヨネーズ.....大さじ1

作り方
①ポリ袋に、切干大根と鶏ささみを汁ごと入れて、よくもむ。
※大根は短めに切っておく、戻りが足りなければ、水を少量たす。
②大根が柔らかくなった後、すりごまとマヨネーズを加えてさらにもむ。
※切干大根の代わりに、いろいろな乾燥野菜でもよい。
※お好みで最後にしょうゆをたらしてもおいしい。



「簡単レシピ配布先」
こうとう情報ステーション(区役所2階)、防災課(区役所隣防災センター4階)、保健所、各保健相談所、豊洲特別出張所・各出張所、豊洲特館、健康づくり応援店
※区ホームページからもダウンロード可
[関] 防災課災害対策係
☎(3647)9587
FAX(3647)8440

第38回江東シーサイドマラソン大会は企業等の皆さんの協賛をいただいております

メディケア生命保険(株)、多田建設(株)、(株)京葉興業、あみはりきゅう整骨院グループ、江東区しんきん協議会、(株)フクシ・エンタープライズ、(株)新和電工、東京木材問屋協同組合(他3協同組合)、NECソリューションイノベータ(株)、佐川急便(株)、東京ペイネットワーク(株)、協立舗道(株)、(株)入沢工務店、新日本工業(株)、総合地所(株)、(株)東京舞台照明、(株)東京センサ、有明興業(株)、(株)佐藤総合計画、今井産業(株)、天龍造園建設(株)東京支店

オール小学校 長縄跳び大会

優勝 第六砂町小学校



こうとうこどもスポーツデー2018

▲軽快なリズムで跳んでいく「帰ってきたYAXILEチーム」

10月6日、夢の島競技場で「こうとうこどもスポーツデー2018」が開催されました。5,000人を超える区内の子どもたちが参加し、サッカーやボール投げ、ソフトバレーボール、ダブルダッチ、車椅子バスケットボールなどのプログラムを楽しみました。

また当日は、「第8回江東区オール小学校長縄跳び大会」が行われ、区内全46校から59チームが出場し、3分間で何回跳べるかを競いました。2グループに分かれて予選を行い、上位8チームが決勝で対決。第六砂町小学校の「帰ってきたYAXILEチーム」が記録489回でチャンピオンに輝き、表彰状とトロフィー、記念品が手渡されました。



▲表彰式を終え、笑顔の皆さん

江東シーサイドマラソン



▲潮風に乗って駆けていくランナーたち

11月25日(日)、第38回江東シーサイドマラソン大会が開催されます(雨天決行)。夢の島競技場をスタートし、明治通り、永代通り、三ツ目通りから若洲へと市街地から南部臨海地域を周回するコースです。

約4,000人が参加し、一部道路の車線規制を行うとともに沿道からの応援を含め相当な混雑が予想されます。

競技中、都バス(錦13および陽12)は回運行し、一部バス停の休止があります。木11系統は一部停留所が移動します。また、江東区コミュニティバス(おかげは、午前便)において、到着・発車が遅れる可能性があります。

大会当日に交通規制を実施

沿道住民の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

大会当日の午前、夢の島区民農園駐車場を利用中止

大会開催に伴い、駐車場への入庫および出庫ができなくなるため、午前中の駐車場利用を中止します。

※区民農園の利用はできませんが近隣に駐車場はありません。公共交通機関でお越しください。

問 江東シーサイドマラソン大会実行委員会事務局(スポーツ振興課内)

☎(3647)4894
☎(3647)8506
FAX(3647)4894

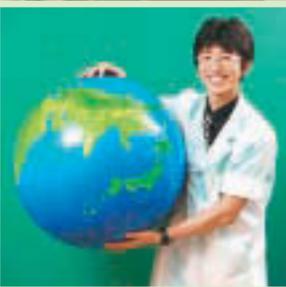
エコっくる江東 ふゆまつり2018

12/2(日) つくってあそんで、わくわくしよう!



▲オリジナルのクリスマスリースが作れます

こども向けに楽しみながらエコを学べるイベントを開催します。どんぐりや松ぼっくりを飾ってクリスマスリースを作ったり、大豆を使ったキャンドル作り体験などができます。また、今年はテレビでもおなじみのeco実験パフォーマンス「らんま先生」が登場します。プロのジャグリングやマジックのテクニックを使った体験教室に参加してみませんか。ほかに自由な工作ができる工作ラボやあそびの広場など盛りだくさんの内容になっています。工作をしたり、パフォーマンスを見たり、お腹が空いたらおいしいパンやハーブティを味わい、五感を使って季節を感じましょう。当日、「東京スイソミル」との合同スタンプラリーなどコラボイベントも実施します※詳細は区ホームページをご覧ください 時 12/2(日)10:00~15:30 人 どなたでも(ブースにより年齢制限、定員あり) 費 無料(ブースにより一部有料) 申 当日直接会場へ(ブースにより整理券配布) 場 問 えこっくる江東(潮見1-29-7) ☎3644-7130、FAX3644-7135



▲らんま先生

KOTO スポーツキャラバン to 東京2020

第4回をアリオ北砂で開催 11/17(土)

第4回目のキャラバンで体験できる競技はスケートボード(オリンピック競技)とボート(オリンピック・パラリンピック競技)です。

スケートボードは東京2020大会で新たに採用され、手すりや段差、斜面等が用意されたコースで決める技(トリック)の難易度を競う採点競技であり、アーバンスポーツとしても人気があります。

ボートは水上で行う競技ですが、今回はアスリートも屋内練習で使用しているエルゴメーターと呼ばれる器材を用いて漕ぐ体験を行います。

どちらも気軽に体験できる内容となっています。ぜひご来場ください。

時 11/17(土)10:00~18:00 場 アリオ北砂(北砂2-17-1) 人 どなたでも 費 無料 申 当日直接会場へ 問 オリンピック・パラリンピック開催準備課 ☎3647-5513、FAX3699-8771



写真提供:(一社)日本ローラースポーツ連盟 ▲オリンピック・パラリンピック競技を体験しよう