

講座・催しものつづき

江東区民水泳大会

時 7/15(月・祝) [受付]小学生8:00~8:30、中学生・高校生・一般・壮年12:30~13:00※参加者は必ず受付し、招集を受けること 場 東京辰巳国際水泳場(辰巳2-8-10)※駐車場台数制限あり 入 区内在住・在勤・在学の方※児童・生徒の引率は保護者・先生が行うこと [部別・種目] 下表のとおり [出場種目制限] 1人2種目まで。小学生のみ1人1種目(リレー・メドレーリレーは除く)。リレー種目は1団体部別ごと男女各1チームまでのリレー参加不可 [費] 小学生100円、中学生200円、高校生以上300円 締 5/24(金) 申 区内各スポーツセンターにある申込書(健康スポーツ公社ホームページ(HP) https://www.koto-hsc.or.jp/sports_festival/post_22.html) から入手可)に必要事項を記入し、区内各スポーツセンター窓口で(申込書の提出のみメールでも可)※区内小中学生は所属学校を経由して引率者単位で申込。所属学校が参加しない場合は個人で申込 問 深川北スポーツセンター ☎3820-8730、FAX3820-8731、江東区水泳連盟 ☎080-5646-4565

	性別	小学生	中学生	高校生	一般	壮年
自由形	男	100m	100m	100m	100m	50m
	女	50m	50m	50m	50m	50m
平泳ぎ	男	50m	100m	100m	100m	50m
	女		50m	50m	50m	50m
バタフライ	男	50m	100m	100m	100m	50m
	女		50m	50m	50m	50m
背泳ぎ	男	50m	100m	100m	100m	50m
	女		50m	50m	50m	50m
リレー	男	200m	400m	400m	400m	200m
	女	200m	200m	200m	200m	200m
メドレーリレー	男	200m	200m	200m	200m	200m
	女					

※リレー・メドレーリレーは4人一組
※壮年は男女とも45歳以上

障害者水泳教室

時 5/19(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 5/5(日・祝)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、ファクスまたは窓口で ☎3649-1701、FAX3649-3123

にこにこノルディックウォーキング教室(障害のある方対象)

時 5/21(火)10:00~12:00※雨天中止 場 木場公園周辺 入 高校生以上の自力歩行が可能な障害のある方10人(抽選)※付添いの方は募集人数対象外、リュックサックなど両手が空くかばんで参加※ボランティアの方同時募集(障がい者スポーツ指導員の活動実績となります) [費] 無料 締 5/15(水)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どのような障害か⑧付添いの有無⑨無料レンタルストックの要不要(ボランティア希望の方は「ボランティア」と明記のうえ①~⑥と障がい者スポーツ指導員資格の有無)を記入し、〒136-0081夢の島1-1-1夢の島野球場クラブハウス内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855

深川東京モダン館 モダン館 おもちゃ箱・モダン講座

1. モダン館おもちゃ箱 時 5/11(土)13:00~16:00(わゴムてっぽう、発泡スチロールでのケーキの工作)14:00~16:00(おりがみ、ベーゴマ) 入 どなたでも※わゴムてっぽうは5人(先着順) [費] 無料

内 コドモアンビしよう! 申 当日直接会場へ

2. モダン講座

時 5/18(土)14:30~(開場14:00) 入 60人(申込順) [費] 予約2,500円、当日2,800円 内 神田陽子・神田紫芸歴40周年記念公演 [出演] 神田陽子、神田紫、一龍斎貞橘 申 5/5(日・祝)から電話で深川東京モダン館 ※いずれも 場 問 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) ☎5639-1776、FAX5620-1632 [HP] http://www.fukagawatokyo.com/

60歳からのパソコン教室

-Windowsを使いこなそうコース- 時 6/25~9/24の火曜(8/6・13を除く全12回)9:30~11:00 場 江東区文化センター(東陽4-11-3) 入 区内在住の60歳以上の方10人(申込順) [費] 16,400円(教材費込) 申 5/13(月)から費用を持参し、シルバー人材センター(東陽6-2-17高齢者総合福祉センター2階)窓口で ☎3649-3568、FAX3615-0950

亀戸ふれあいセンター 和楽器津軽三味線と民謡・手踊り

時 5/23(木)13:30~14:30 場 亀戸ふれあいセンター会議室(亀戸9-33-2-101) 入 区内在住で60歳以上の方60人(申込順) [費] 無料 内 津軽三味線の演奏と民謡・手踊りのステージ 師 廣原武美(三味線)、柿崎竹美(民謡・手踊り) 申 5/7(火)から亀戸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 ☎5609-8822、FAX5609-8821

保健

肝炎ウイルス検査(特定感染症検査事業)

肝炎ウイルスを早期に発見し、適切な健康管理や治療につなげていくことが大変重要です。過去にB型やC型の肝炎ウイルス検査を受診したことがない方は、ぜひ受診してください 時 場 区内協力医療機関診療日 入 検査日現在、江東区に住所があり、下記のいずれかに該当する方 ①16歳以上39歳以下の方 ②40歳以上の国民健康保険・後期高齢者医療制度以外の健康保険加入者とその被扶養者※過去に肝炎ウイルス検査を受診したことがない方 [検査方法] 血液検査 [費] 無料 申 電話で保健所保健予防課感染症対策係 ☎3647-5879、FAX3615-7171

食育応援講座「野菜を使ったおやつを作ろう!」

時 6/4(火)13:30~15:30 場 深川南部保健相談所 入 区内在住の親子(3~5歳の未就学児)16組(抽選) [費] 無料 内 調理実習、試食、正しい手洗いの仕方 締 5/21(火)必着 申 往復はがきに①講座名②住所③親子氏名(ふりがな)④こどもの年齢⑤電話番号⑥アレルギーの有無を記入し、〒135-0051枝川1-8-15-102深川南部保健相談所栄養士へ ☎5632-2291、FAX5632-2295

難病医療相談室

時 5/17(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 5/10(金)※定員になりしだい終了 申 電話またはファクスで江東区医師会事務局 ☎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

健康センター 栄養相談・運動相談(5・6月分)

専門の指導員による個別指導、気軽に相談できます。

1. 栄養相談 時 5/18(土)・25(土)、6/15(土)・22(土)13:00~17:00 内 食に関するお悩み・運動サプリメント摂取など
2. 運動相談 時 5/25(土)、6/22(土)13:00~17:00 内 体組成測定・血管年齢・歩行姿勢チェックの診断をもとに個別にアドバイス ※いずれも 場 健康センター(東陽2-1-1) 入 各7人程度(申込順)※1人約20分程度 [費] 無料 申 5/7(火)9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

休館・休止

スポーツ会館 5/19(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 問 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

深川北スポーツセンター

5/26(日)16:00~28(火)終日、プールの一般公開を中止。換水のため 問 深川北スポーツセンター ☎3820-8730、FAX3820-8731

官公署

消費税軽減税率制度等説明会

どなたでも無料で参加できます 時 場 下表のとおり 申 当日直接会場へ 問 江東西税務署法人課税第1部門 ☎3633-6211、江東東税務署法人課税第1部門 ☎3685-6311

	江東西税務署	江東東税務署
日時	5/22~6/19の水曜 10:30~11:40、 13:30~14:40、 15:30~16:40	5/24~6/28の金曜 16:00~17:00
会場	江東西税務署3階 会議室(猿江2-16-12)	江東東税務署3階 会議室(亀戸2-17-8)
定員	各50人(先着順)	各30人(先着順)

小5から中学生までのラグビー講座

時 5/31~令和2年3/13の火曜・金曜のうちの月1~3回(全20回)18:30~20:00 場 都立東高校(東砂7-19-24) 入 小学5年生~中学生40人(抽選)※初心者・経験者問わず [費] 無料(損害保険加入希望者は800円) 締 5/17(金) 申 5/7(火)からメールまたはファクスに①講座名②住所③参加者氏名・保護者氏名④年齢⑤電話番号(自宅)・保護者の携帯電話番号⑥保護者メールアドレス⑦学校名・学年⑧ラグビー経験年数・所属スクール⑨損害保険加入希望の有無を記入し、都立東高校へ ☎3644-7176、FAX3615-7463 [e] Yuu_Motomura@member.metro.tokyo.jp

その他

愛和病院 フットケア講座

「フットケア外来」を行っている皮膚科医による講座を開催します 時 5/19(日)10:00~11:00 場 愛和病院1階(東砂4-20-2) 入 50人(申込順) [費] 無料 内 高齢者を転倒から守るフットケア講座 師 高山かおる(皮膚科医) 申 5/7(火)9:00から電話で愛和病院(安齋)へ ☎5634-5400

認知症カフェ開催

1. ニ丁目Yワイカフェ 時 5/8(水)14:00~16:00 場 YMCAコミュニティセンター(東陽2-2-20) 内 利用者の交流、相談等 問 三浦 ☎080-1259-0322(午前中のみ)

2. アロマカフェ

時 5/9(木)14:00~16:00 場 千田福祉会館1階洋室(千田21-18) 内 数種類のアロマティー試飲会、利用者の交流ほか 問 ライフレッシュ・ケア 東 ☎5677-5075、FAX3699-0828

3. e-cafe東陽

時 5/11(土)13:00~14:30 場 高齢者総合福祉センター2階第1会議室(東陽6-2-17) 内 利用者の交流 問 東陽長寿サポートセンター ☎5665-4547、FAX5606-8863

4. ふくろうカフェ

時 5/14(火)11:00~15:00 内 午前:利用者の交流、午後:語り部の会ほか 場 問 AkoCafe(亀戸4-25-1) ☎3636-3099

※いずれも [費] 無料(飲食代実費) 申 当日直接会場へ

江東・マンションふぉーらむ21 総会・講演会

時 5/18(土)13:15~16:30 場 産業会館2階第4~6展示室(東陽4-5-18) 入 70人(申込順) [費] 会員無料、会員外1,000円 内 講演「マンションと個人情報保護法について」 師 田辺幸雄(弁護士、江東総合法律事務所) 締 5/15(水)※定員になりしだい終了 申 5/7(火)からファクスにマンション名・住所・氏名・電話番号を記入し、江東・マンションふぉーらむ21事務局(塚島)へ ☎・FAX4500-7223

ビューティーケア基礎講習会

時 6/6(木)10:00~17:00 場 高齢者総合福祉センター 入 30人(抽選) [費] 3,000円(テキスト代、材料代含む) 内 ハンドケア等ビューティーケアボランティア技能の取得 [持ち物] エプロン、フェイスタオル3本、筆記用具、お弁当、ビニール袋 締 5/23(木)必着 申 往復はがきに①講習会名②氏名(ふりがな)③郵便番号・住所④電話番号⑤年齢⑥性別⑦受講理由を記入し、〒135-0016東陽6-2-17高齢者総合福祉センター内江東ボランティア・センターへ 問 東京都ビューティーケア赤十字奉仕団(森田) ☎080-6550-4714

みんなのひろば

おとなも子どももGW最後の日 はファミリーコンサートへGO!

時 5/6(月・休)15:00~16:00(14:30開場) 場 男女共同参画推進センターレクホール(扇橋3-22-2パルシティ江東内) 入 親子、音楽に興味のある方 [費] 500円(小学生以下無料) 内 歌ったり聴いたり、楽器体験、指揮者体験もできます 申 当日直接会場へ 問 山西 ☎090-4925-8494

「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し、内容については直接申・問までお問い合わせください。