

# エコリーダー養成講座2019

## 環境ボランティア入門

### 生物多様性から学ぶ、みどり豊かなまちづくり

地域で積極的に環境保全活動を進めていただく人材の育成を目的とした連続講座です。

豊かな水辺と緑に囲まれた美しい水彩都市である江東区では、現在、さまざまな環境ボランティア団体が活動しています。

今回は「生物多様性」をキーワードに、区内の自然環境と環境ボランティア団体の活動意義について理解を深め、また共に地域で活動を始めるきっかけの場として講座を開催します。

【費】300円(バス代)  
【期】9月27日(金) 必着  
【申】任意の用紙に①エコリーダー養成講座②住所③氏名(フリガナ)④年齢⑤電話番号⑥メールアドレス⑦応募動機(150字程度)を記入し、〒135-0052 潮見1-29-7 えこっくる江東へ郵送またはアクセスで※区ホームページからも申込できます。

日時・場所	テーマ
10/13(日) 10:00~12:00 えこっくる江東	知っておきたい「生物多様性」とわたしたち 講師 亀山章(公財)日本自然保護協会理事
10/27(日) 10:00~15:00 えこっくる江東ほか	江東区フィールドワーク〜新砂干潟の観察とごみ拾い〜 講師 江東エコリーダーの会※現地へ貸切バスで往復(20分程度)
11/16(土) 10:20~14:30 東京都現代美術館 (三好4-1-1)、 仙台堀川公園ポケット エコスペース (東陽6-6地先)	江東区フィールドワーク〜街中に生き物の住む空間を作り、守り、そしてつなげる活動〜 講師 NPO 法人ネイチャーリーダー江東※徒歩での移動あり
11/30(土) 10:00~13:45 えこっくる江東	環境ボランティア団体紹介〜地域活動へのきっかけ〜 講師 西直人(リードクライム(株)) [紹介団体] 江東エコリーダーの会、NPO法人ネイチャーリーダー江東、修了式※全4回のうち3回以上参加した方のみ修了式に出席できます。

※内容は、一部変更になる場合があります

☎(3644)7130  
FAX(3644)7135

# 「土のう」を配付

## もしものときの浸水被害に備えて

今年も台風季節を迎えました。昨今は、全国規模で多くの水害が発生しています。水害の対策には日ごろからの皆さん一人ひとりの備えが重要となります。テレビやラジオ、インターネットなどで情報を確認し、気象の変化に日々注意しましょう。

### 「土のう」は区指定日に配付

区では家屋への浸水被害を防ぐため、10月までの各月に「土のう」を主に戸建住宅にお住まいの希望者に配付します。台風接近時等の直前対応

【9月受付分の配付日】  
10月上旬の区が指定する日  
【期】9月30日(月)  
【申】電話で河川公園課工務係 ☎(3647)2538  
FAX(3647)9216

# 秋の健康づくり講座

## 運動の秋！エネルギーを消費しよう

秋は代謝がアップする季節です。楽しい講座に参加して気持ちのいい汗をかいてみませんか。各講座とも、専任の講師が丁寧に運動指導を行い、皆さんの健康づくりのお手伝いをします。

【時】下表のとおり  
【場】健康センター4階  
【人】中学生を除く15歳以上の方50人(抽選) ※赤ちゃんとママのケアエクササイズは生後2か月より歩き始める前のごどもとその保護者、早朝リフレッシュ体操、リフレッシュ体操はおおむね40歳以上の方、各45人  
【費】全12回7,320円、全11回6,710円

講座名	日時
早朝リフレッシュ体操	10/1~12/24の火曜(10/15・22を除く全11回)9:00~10:00
リフレッシュ体操	10/1~12/24の火曜(10/15・22を除く全11回)10:10~11:10
ビューティーシェイプ	10/1~12/24の火曜(10/15・22を除く全11回)11:30~12:30
ボディリセットピラティス	10/1~12/24の火曜(10/15・22を除く全11回)19:00~20:00
ロコモヨガ	10/2~12/18の水曜(全12回)9:00~10:00
シェイプヨガ	10/2~12/18の水曜(全12回)19:00~20:00
yoga	10/3~12/19の木曜(全12回)10:40~11:40
コアセットヨガ	10/3~12/19の木曜(全12回)11:50~12:50
カロリーバーナーエアロ	10/3~12/19の木曜(全12回)19:00~20:00
ポストチュアウォーキング	10/4~12/20の金曜(全12回)19:00~20:00
スタイルアップピラティス	10/5~12/21の土曜(11/23を除く全11回)9:15~10:15
マットピラティス	10/5~12/21の土曜(11/23を除く全11回)10:30~11:30
エアロボクシング	10/5~12/21の土曜(11/23を除く全11回)18:00~19:00
美姿勢ボディアート	10/6~12/22の日曜(全12回)9:00~10:00
発声エクササイズ	10/6~12/22の日曜(全12回)10:10~11:10
気功	10/6~12/22の日曜(全12回)11:20~12:50
赤ちゃんとママのケアエクササイズ	10/2~12/11の水曜(全11回)11:20~12:20

【申】往復はがきに①講座名②郵便番号・住所(区外在住の方で区内在勤の方は勤務先および所在地・電話番号、区内在学の方は学校名)③電話番号④氏名

秋から始まる新規講座 各文化センター等8館で募集中 全134講座

施設名	電話	FAX
江東区文化センター(東陽4-11-3)	3644-8111	3646-8369
森下文化センター(森下3-12-17)	5600-8666	5600-8677
古石場文化センター(古石場2-13-2)	5620-0224	5620-0258
豊洲文化センター(豊洲2-2-18)	3536-5061	5560-0505
亀戸文化センター(亀戸2-19-1カメラアプラザ5階)	5626-2121	5626-2120
東大島文化センター(大島8-33-9)	3681-6331	3636-5825
砂町文化センター(北砂5-1-7)	3640-1751	5606-5930
総合区民センター(大島4-5-1)	3637-2261	3683-0507

# えこくる江東

## 環境学習プログラム 10月

### 秋の自然を身近に感じよう!

【時】下表のとおり 【場】えこっくる江東(潮見1-29-7)ほか 【申】9/18(水)9:00からえこっくる江東に電話または窓口で ☎3644-7130、FAX3644-7135 【HP】 https://www.ekokuru-koto.jp/ ※月曜は休館(祝日の場合は翌平日)

講座名	日程	内容	費用	対象
佐々木洋のわくわく生きものたんけん隊(単発参加)	10/5(土) 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 講師 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)
望遠鏡をつくって星を眺めよう	10/5(土) 15:45~18:45	ガリレオが天体観測に使っていたものと同程度の望遠鏡を工作し、星のお話を聞いた後、実際に星を観察してみよう 講師 星のソムリエ®	2,080円	小学生15人(申込順、要保護者同伴)
水素社会を体験してみよう!	10/6(日) 13:30~15:30	水素情報館「東京スイソミル」に行って、水素社会をのぞいてみよう。その後、えこっくる江東でも次世代のクリーンエネルギーについて学習します。	無料	小学3年~6年生15人(申込順、小学4年生以下は要保護者同伴)
近郊の里山を訪ねる	10/14(月・祝) 8:30~16:00	里山を訪ねて、人と自然とのより良い関係について考えてみよう。里山に住む生きものたちと出会いに行こう 講師 千葉印西の谷戸 講師 西船橋駅JR武蔵野線ホーム(10番線)南船橋側端	無料(交通費は自己負担)	小学生以上25人(申込順、小学生は要保護者同伴)
企画展示 えこっくる田んぼ活動展示会	10/20(日)~ 27(日) 9:00~17:00	4月から開催している「えこっくる田んぼ米作り講座」で受講生が写生した絵や活動の写真、製作したたかかし等を展示し、えこっくる江東にある田んぼの稲の成長や生物などについて紹介します 申込当日直接会場へ※10/20(日)は15:00から、27(日)は14:00まで	無料	どなたでも
砂町運河の水質を調べてみよう!	10/26(土) 10:00~12:00	区を流れる川の水を、目や耳、鼻、手を使って水質実験をしてみよう!水辺に住む生きもののお話もします。	無料	小学生と保護者12人(申込順、小学3年生以下は要保護者同伴、幼児同伴可)
みどりのカーテン終了後の土の管理と冬の野菜づくり	10/26(土) 13:30~15:30	「みどりのカーテン」を終了した後に冬の野菜づくりをしたり、土づくりをして来春のカーテンの準備をしましょう 講師 野島博(元千葉大学准教授)、江東エコリーダーの会	無料	小学生以上どなたでも20人(申込順、小学生は要保護者同伴)
親子一緒にはじめの自然遊び~2歳児クラス~	10/29(火) 10:30~12:30	施設の小さな自然で落ち葉や木の実を探したり、五感を使って楽しく秋の自然と触れ合います 講師 西直人(リードクライム(株))	無料	2歳児と保護者12組(申込順、保護者2人まで)

※会場について特に記載のない講座は、えこっ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。  
※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。  
※持ち物等詳細はお問い合わせいただくか、えこっくる江東ホームページをご覧ください。

あなたの1本のお電話で救われる子どもがいます

江東区子どもの虐待ホットライン ☎3646-5481

【相談日】月~土曜(年末年始(12/29~1/3)・祝日除く)9:00~18:00  
【夜間・休日の緊急時】警察署 ☎110 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189  
※連絡は匿名でも行えます。虐待を「疑ったら」勇気を出してご連絡を

凡例 時日時 場所 集集合 対象・定員 費用 内容 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