講座・催しものつづき

活き粋体操だよ！全員集合！(12月・令和2年1月分)

江東区オリジナルの介護予防体操を覚えて、一緒に楽しく脳と身体を動かしませんか 時 場 下表のとおり 人 60歳以上の区民(先着順)※福祉会館の利用は登録が必要(住所・生年月日が確認できる書類を持参) 申 当日直接会場へ 問 地域ケア推進課地域ケア係☎3647-4398、FAX3647-3165

会場	日時	定員
江東区文化センター(東陽4-11-3)2階談話ロビー	12/16(月)、令和2年1/20(月)14:00～	30人
古石場福祉会館和室大(古石場1-11-11)☎3641-9531	12/7(土)、令和2年1/18(土)13:30～	20人
塩浜福祉会館和室大(塩浜2-5-20)☎3647-3901	12/14(土)・28(土)、令和2年1/11(土)・18(土)10:30～	25人
千田福祉会館和室大(千田21-18)☎3647-0108	12/19(木)、令和2年1/16(木)13:00～	30人
東陽福祉会館和室大(東陽6-2-17)☎3647-8180	12/19(木)14:15～、令和2年1/29(水)15:15～	20人
亀戸福祉会館和室大(亀戸1-24-6)☎3685-8208	12/25(水)、令和2年1/29(水)13:00～	20人
大島福祉会館和室大(大島4-5-1)☎3637-2581	12/28(土)、令和2年1/25(土)10:00～	25人
東砂福祉会館和室大(東砂7-15-3)☎3646-0461	12/6(金)、令和2年1/10(金)10:30～	30人
東京城東病院介護老人保健施設1階ロビー(亀戸9-13-1)☎5875-3451(亀戸東長寿サポートセンター)	12/11(水)、令和2年1/8(水)・22(水)9:30～	15人
南砂町ショッピングセンターSUNAMO(新砂3-4-31)☎5665-3673	12/10(火)、令和2年1/14(火)①11:00～②14:00～	20人

江東少年少女合唱団クリスマスコンサート

楽しいクリスマスソングから美しい讃美歌まで、こどもたちの澄んだ歌声で素敵なクリスマスをお迎えください 時 12/15(日)15:00開演 人 どなたでも100人(申込順) 費 無料 内 予定曲目「クリスマスメドレー」「荒野のはてに」「天には栄え」ほか 申 11/26(火)から区内各文化センター、総合区民センター、ティアラこうとうに電話または窓口で 場 問 江東区文化センター(東陽4-11-3)☎3644-8111、FAX3646-8369

芭蕉記念館　ミュージアムトーク

12/8(日)まで、特別展「近代〈俳句〉の誕生とその系譜」を開催しています。この展示を職員が詳しく解説するミュージアムトークを開催します 時 12/1(日)14:00 人 20人(先着順) 費 大人200円、小・中学生50円(観覧料)※障害者手帳をお持ちの方とその介助者1人は半額 申 当日直接会場へ 場 問 芭蕉記念館(常盤1-6-3)☎3631-1448、FAX3634-0986

資料殺虫・燻蒸サービス

皆さんがお持ちの古文書や絵画、彫刻などの資料を無料で殺虫・燻蒸します※資料の材質などにより、お預かりできない場合があります。必ず事前にお問い合わせください 締 12/8(日)17:00 申 電話で中川船番所資料館へ[受入期間]12/10(火)～14(土)※中川船番所資料館へ直接持込[返却期間]12/20(金)～28(土)(12/23(月)は休館)※受入・返却は開館時間内(9:30～16:30) 問 中川船番所資料館(大島9-1-15)☎3636-9091、FAX3636-9094

保　健

がんの夜間相談窓口(12月分)

「がんの疑いがある」「診断を受けた」「治療を始めた」など、患者や家族の方の不安や疑問に思うことを相談できます 時 12/6(金)18:00～20:00 場 マギーズ東京(豊洲6-4-18) 費 無料 申 当日直接会場へ 問 保健所健康推進課がん対策・地域医療連携係☎3647-5889、FAX3615-7171

HIV・梅毒抗体検査・相談(12月分)

時 下表のとおり 場 城東保健相談所(大島3-1-3) 費 無料 内 匿名で実施できます 申 当日直接会場へ 問 保健所保健予防課感染症対策係☎3647-5879、FAX3615-7171

日程			受付時間
検査日	12/2(月)	12/16(月)	9:00～10:00
結果日	12/16(月)	令和2年1/6(月)	10:00～10:30

休日版両親学級(1月分)

時 場 別表のとおり 人 区内在住で初めて赤ちゃんを迎えるご夫婦50組(抽選) 費 無料 内 先輩パパ・ママ体験談、講演、参加者との交流ほか 申 往復はがきに①江東区休日版両親学級希望②参加希望日(第2希望まで記入可※第2希望は第1希望より遅い日程※出産予定月により、2月の日程を第2希望にできます。詳細は下記ウェブサイトを参照)③夫婦の名前・ふりがな④住所⑤電話番号⑥出産予定日を記入し、〒102-0083千代田区麹町4-3-29VORT紀尾井坂6階ナーチャーウィズ(株)「江東区休日版両親学級」担当へ郵送またはウェブ(HP http://nurture-wiz.com/kotoku-ryoshin-gakkyu)で※各保健相談所では平日版両親学級を毎月開催しております。詳しくは、各保健相談所までお問合せください 問 ナーチャーウィズ(株)(委託事業者)☎5275-2525、FAX5275-0005、城東保健相談所☎3637-6521、FAX3637-6651、深川保健相談所☎3641-1181、FAX3641-5557、深川南部保健相談所☎5632-2291、FAX5632-2295、城東南部保健相談所☎5606-5001、FAX5606-5006

開催日	会場	対象者	申込期間※
令和2年1/12(日)13:30～16:00	豊洲文化センター(豊洲2-2-18)	5～6月出産予定の方	12/15(日)～22(日)

※郵送の場合は必着

休館・休止
ご不便をおかけします

深川スポーツセンター

12/8(日)、大体育館(午前:ソフトテニス、午後・夜間:バドミントン、全日:卓球)、午後のクライミングウォールの一般公開を中止。イベント開催のため 問 深川スポーツセンター☎3820-5881、FAX3820-5884

東砂スポーツセンター

12/11(水)～28(土)、プールの利用を中止。改修工事のため 問 東砂スポーツセンター☎5606-3171、FAX5606-3176

中川船番所資料館

12/17(火)～19(木)を臨時休館。資料燻蒸のため 問 中川船番所資料館☎3636-9091、FAX3636-9094

スポーツ会館

令和2年1/6(月)～27(月)、プールの利用を中止。改修工事のため 問 スポーツ会館☎3649-1701、FAX3649-3123

官公署

e-Taxの利用手続きが便利に

マイナンバーカードやICカードリーダライタ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(HP https://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/mynumberinfo/)をご覧ください 問 江東西税務署☎3633-6211、江東東税務署☎3685-6311

確定申告などに必要な「国民年金保険料控除証明書」を送付

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。社会保険料控除を受けるには「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の添付が必要です。このため、平成31年1/1から令和元年9/30までの間に国民年金保険料を納付された方へ、11月上旬に日本年金機構本部から「控除証明書」を送付しました。なお、10/1以降に保険料を納付した場合は「控除証明書」とあわせてその月分の領収証が必要となります。また、家族の保険料を納付した場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、家族あてに送付された控除証明書を添付のうえ申告してください 問 ねんきん加入者ダイヤル☎0570-003-004(月～金曜8:30～19:00、第2土曜9:30～16:00、祝日、年末年始を除く)、江東年金事務所☎3683-1231、FAX3681-6549

12月の健康相談等

区分	対象者＼対象住所	城東保健相談所 〒136-0072大島3-1-3 ☎3637-6521 FAX3637-6651	深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	深川南部保健相談所 〒135-0051枝川1-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006
		亀戸・大島・東砂(1丁目～3丁目)にお住まいの方	下欄※1をご参照ください	塩浜・枝川・豊洲・東雲・有明・辰巳・潮見・青海にお住まいの方	下欄※2をご参照ください
一般精神保健相談	一般区民	26(木)13:30～15:30	4(水)9:30～11:30 27(金)13:30～15:30	3(火)14:00～16:00	13(金)13:30～15:30
思春期精神保健相談	一般区民	12(木)・24(火)14:00～15:30	11(水)9:30～11:30	25(水)14:00～16:00	24(火)9:30～11:45
子育て相談	一般区民	26(木)13:30～15:30	20(金)13:30～15:30	27(金)13:30～15:30	27(金)13:30～15:30
酒害相談	一般区民	6(金)・20(金)13:30～15:30	4(水)・17(火)14:00～16:00	4(水)・18(水)14:00～16:00	6(金)・20(金)14:00～16:00
高齢者精神保健相談	一般区民	20(金)13:30～15:30	12(木)13:30～15:30	5(木)14:00～16:00	今回の予定はありません
難病療養相談	一般区民	9(月)13:30～15:00	26(木)13:30～15:30	19(木)13:30～15:00	16(月)13:30～15:30
栄養相談	一般区民	9(月)・16(月)9:00～15:30	9(月)・23(月)9:00～15:30	12(木)・18(水)9:00～15:30	6(金)・20(金)9:00～15:30
両親学級(平日版)	赤ちゃんが産まれるご夫婦	13(金)・20(金)・27(金)13:30～16:00	13(金)・20(金)・27(金)13:30～16:00	6(金)・13(金)・20(金)13:30～16:00	11(水)・18(水)・25(水)13:30～16:00
4か月児健康診査	(個別通知制)	10(火)・18(水)・24(火)	12(木)・19(木)・25(水)	3(火)・11(水)・17(火)	3(火)・9(月)・24(火)
育児学級	9～10か月児の保護者	18(水)9:30～11:00	11(水)9:30～11:30	12(木)9:30	10(火)9:30～11:30
育児学級	1歳6か月～2歳児の保護者	25(水)9:30～11:00	18(水)9:30～11:30	25(水)9:30	17(火)9:30～11:30
3歳児健康診査	満3歳になったお子さん(個別通知制)	11(水)・17(火)・25(水)	11(水)・18(水)・26(木)	4(水)・10(火)・18(水)	10(火)・16(月)
1歳児・2歳児歯科相談	(個別通知制)	対象者には個別に郵送でご案内します			

■は予約制です。電話、ファクスまたは直接各保健相談所へお申し込みください。
※1 清澄・常盤・新大橋・森下・平野・三好・白河・高橋・佐賀・永代・福住・深川・冬木・門前仲町・富岡・牡丹・古石場・越中島・千石・石島・千田・海辺・扇橋・猿江・住吉・毛利・木場・東陽・新砂(1丁目1番)・南砂(2丁目1番1号～5号・5番～7番)にお住まいの方
※2 北砂・東砂4～8丁目・南砂(2丁目1番1号～5号・5番～7番を除く)・新砂(1丁目1番を除く)・新木場・夢の島・若洲にお住まいの方

●食の安全については、食の安全係☎3647-5812へ　●シックハウスについては、シックハウス相談窓口☎3647-5862へ　●上記以外の医療については、医療相談窓口☎3647-5870へご相談ください。

委託実施							備考
妊婦歯科健康診査	妊婦健康診査	6か月児健康診査	9か月児健康診査	1歳6か月児歯科健康診査	1歳6か月児健康診査	新生児・産婦訪問指導	○育児学級ではお口の健康と発達・育児についてお話をします。母子健康手帳をお持ちください。
妊婦	妊婦	令和元年6月生	平成31年3月生	平成30年6月生	平成30年6月生	新生児産婦	
保健バッグの中に入っている健康診査受診票を都内(歯科の場合は区内)の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。		4か月児健康診査のお知らせに同封されている健康診査受診票を、都内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。		郵送されたそれぞれの健康診査受診票を江東区内の委託医療機関に提出して、健康診査を受けてください。		保健バッグに入っている出生通知はがきを、対象住所の相談所に送付してください。また、区ホームページから電子申請もできます。	