

「介護予防リーダー養成講座」 KOTO活き粋体操を使った 地域の介護予防活動推進役 受講者募集

KOTO活き粋体操の実技と
体操の指導方法や指導時のポイ
ント、介護予防についての知識
を学ぶ講座です。地域で自主的
な介護予防活動をすでに始めて
いる方、これから地域の見守り
も兼ねた介護予防のグループを
立ち上げたい方にお勧めです。
介護予防リーダーになって、地
域のために、ご自身のためにい
きいきと活動してみませんか。

時 内 下表のとおり
場 スポーツクラブネサンス
北砂(北砂2-16-1)
人 区民で介護予防に関心があ
り、地域で介護予防活動を行う
意欲のある方、また全8回のプ
ログラムに参加できる方20人
(申込順)
費 無料
縮 5月21日(金)

日程	内容
6/3~7/29の木曜 (7/22を除く全8回) 13:30~15:30 ※他に別日程で 見学実習あり	[講義] ●介護予防・転倒予防 ●栄養と口腔機能 ●高齢者が運動を行う際の注意 ●認知症予防・対応 ●江東区の高齢者の実態 [実技] ●KOTO活き粋体操 ●体力測定の実施 など

「夏の講座」 60歳から始める充実の講座 参加者募集

感染症予防対策を施したうえ
で、夏期講座を開講します。詳
細は、グランチャ東雲で配布す
るチラシやホームページをご覧
ください。来館の際は、公共交
通機関または送迎バスをご利用
ください。

時 5~7月(講座によって開
講期間が異なります)
場 グランチャ東雲
人 60歳以上の区内在住・在勤

時雨忌(芭蕉忌)全国俳句大会 芭蕉を偲ぶ句、または 「年」の句を募集 作品募集

兼題は「芭蕉を偲ぶ句」のほ
かに、「今年のテーマ句」「年」
からも選べます。芭蕉記念館創
立40周年の今年は東日本大震災
から10年の年でもあります。
「年」から思い浮かぶ皆さんの
イメージを表現した作品をお待
ちしています。

投句料 2句1組(兼題「芭蕉を
偲ぶ句」または今年のテー
マ「年」の句1句と、四季雑詠1
句)。規定の投句用紙またはA
4判の用紙を使用し、はっきり
と楷書で記入、漢字にはふりが
なをふってください※未発表作
品に限りません。何組でも可。
投句料 2句1組1,000円
(大会句集および送料)※定額
小為替または現金書留のみ(切
レ)「らくらくリズム体操」「ラ
イフアップ体操」「スラックラ
イン」「美姿勢体操」「マシ
ントレーニング」など

縮 5月15日(土) 消印有効
申 往復はがき(1講座につき
1枚)に①講座名②氏名(ふり
がな)③年齢④性別⑤郵便番号
・住所⑥電話番号⑦グランチャ
番号(登録済みの方のみ)を記
入し、〒135-002東雲1-9-46
グランチャ東雲に郵送または窓
口(はがき持参)で
☎ (5548)1992
FAX (5548)1995

HP <http://tokyo.ymc.or.jp/grancha>

「注意事項」類句、類想句、二重
投句(句会報・結社誌・大会句
集・新聞・雑誌・ホームページ
など、本大会への投句以前にす
でに投句されたもの)は、賞を
取り消すことがあります。応募
作品の著作権および派生するす
べての権利は主催者に帰属しま
す※詳細はお問い合わせくださ
い。
「選考者」池田澄子・稲畑廣太郎・
井上康明・大木あまり・小川軽
舟・辻桃子・宮坂静生(50音順・
敬称略)
「賞」時雨忌賞・芭蕉記念館賞各
1人に賞状および記念品、作品
を一年間館内に掲示。各選者に
よる特選3句に賞状および記念
品。各選者による入選10句に賞
状。各選者による佳作20句(大
会句集掲載のみ)
「発表」9月末日までに入賞者に
直接通知
「授賞式」10月10日(日)午後2
時から芭蕉記念館で
縮 7月31日(土) 必着
「投句方法」氏名、俳号(各ふり
がな)、郵便番号、住所、年齢
性別、電話番号を記入し、投句
料とともに作品を〒135-0006常盤
1-6-3芭蕉記念館へ郵送※
個人情報保護法に基づき、個人
利用以外に利用
いたしません。
☎ (3631)1448
FAX (3634)0986

(収穫) **場** 都立木場公園 **人** 区内の
小学校、保育園など20団体程度(抽
選)※1団体40人以内 **費** 無料 **内** 苗
の植え付けから草取り、水やり、収
穫までを自主管理 **縮** 5/16(日) 必着
申 はがきに団体名・住所・電話番号
・ファクス番号・人数・代表者名
を記入し、〒135-0023平野4-6-1都
立木場公園サービスセンターへ
☎ 5245-1770、**FAX** 5245-1772

その他

認知症カフェ
認知症の方や家族が集まって、悩
みを専門の相談員に相談したり、介
護の情報を得ることができる認知症
カフェを開催します。
1. e-Cafe東陽
時 5/8(土) 13:00~14:30 **場** 高齢
者総合福祉センター3階(東陽6-2-
17) **内** カフェ利用者の交流等 **場**
東陽長寿サポートセンター **☎** 5665-
4547、**FAX** 5606-8863
2. 2丁目Yワイカフェ
時 5/12(水) 14:00~16:00 **場** YM
CAコミュニティーセンター(東陽2-
2-20) **内** カフェ利用者の交流 **場**
三浦 **☎** 080-1259-0322(午前中のみ)
※いずれも **費** 無料 **申** 当日直接会
場へ

区医師会館(東陽5-31-18) **人** 難病
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
縮 5/7(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、**FAX**
3649-1631

休館・休止

ご不便をおかけします
中川船番所資料館
5/11(火)は休館。展示替えのため
場 中川船番所資料館 **☎** 3636-9091、
FAX 3636-9094

官公署

**東京2020大会開催に伴う
都バス経路変更・休止停留所**
東京2020大会開催に伴う交通規制
により、区内を走行する都バスで一
部経路の変更や停留所の休止があり
ます。詳細は都営交通ホームページ
(**HP** <https://www.kotsu.metro.tokyo.jp/>)へ掲載していますので、
予めご確認のうえご利用ください
場 都営交通お客様センター **☎** 3816-
5700、**FAX** 3812-7640
サツマイモ栽培体験
時 5月下旬(植え付け)~10月下旬

中川船番所資料館 七夕絵本親子おはなし会

七夕にちなんだおはなし会を開催
します **時** 6/20(日) 10:00~、11:00
~ **場** 中川船番所資料館会議室(大
島9-1-15) **人** 4歳~小学3年生の児
童と保護者各回5組10人(申込順)
費 無料※ただし、展示室の観覧料
は別途 **出演** 読み聞かせボランティア
申 5/9(日) 9:00から中川船番所
資料館に電話または窓口で **☎** 3636-
9091、**FAX** 3636-9094

中川船番所資料館 夏の茅の 輪くぐり体験とあじさい鑑賞

浅間神社(亀戸9丁目)の行事「夏越
しの大祓(おおはらえ)」で設置され
た茅の輪をくぐり、旧中川沿いのあ
じさいを鑑賞します **時** 6/27(日)
13:30~16:00 **場** 旧中川周辺※少雨
決行、現地解散 **集** 中川船番所資料
館(大島9-1-15) **人** 小学生以上15人
(申込順)※小学3年生以下は保護者
と一緒に参加 **費** 500円(保険料込)
申 江東区文化観光ガイド **申** 5/9
(日) 9:00から中川船番所資料館に電
話または窓口で **☎** 3636-9091、**FAX**
3636-9094

保健

難病医療相談室
時 5/14(金) 13:30~15:00 **場** 江東

講座・催しものつづき 深川東京モダン館 晰+話、圓橘の会

1. 晰+話
時 5/25(火) 14:00~(開場13:30)
人 20人(申込順) **費** 1,500円(ドリ
ング代込) **内** おきがる講座と落語
会モダン亭のコラボ「三人旅より神
奈川宿」**出演** 桂夏丸、龍澤潤
2. 圓橘の会
時 5/29(土) 15:00~(開場14:30)
人 50人(申込順) **費** 予約2,500円、
当日2,800円 **内** 翻訳ものを晰化に
「残り香」**出演** 三遊亭圓橘
※いずれも **場** 深川東京モダン館
(門前仲町1-19-15) **申** 5/5(水・祝)
から電話で深川東京モダン館 **☎** 5639-
1776、**FAX** 5620-1632 **HP** <https://fukagawatokyo.com/>

社協カフェ「みんなの居場所」

時 **場** 下表のとおり **内** カフェ・
福祉総合相談・ボランティア相談
(10:00~12:00)※新型コロナウイルス
感染状況によっては福祉総合相談
のみの開催となります **人** どなたで
も **費** 無料 **申** 当日直接会場へ **場**
社会福祉協議会地域福祉推進課 **☎**
3640-1200、**FAX** 5683-1570

日程	場所	地区
5/19 (水)	総合区民センター7階 第5会議室(大島4-5-1)	城東 北部
5/26 (水)	千石地区集会所1階洋室 (千石1-13-13)	深川 北部