

令和4年(2022年)2月11日

講座・催しものつづき 深川スポーツセンター ムーンヨガ

夜に開放的な屋外でヨガをしませんか。日ごろの疲れた体をリフレッシュしましょう 時 3/18(金) 18:30~19:45 場 深川スポーツセンター1階多目的広場(屋外)※天候不良の場合2階研修室 区内在住・在勤・在学で18歳以上の方20人(抽選) 費 1,000円 締 2/27(日) 必着 往復はがきに①イベント名②氏名・ふりがな③生年月日④郵便番号・住所⑤電話番号⑥区内在勤・在学の方は勤務先・学校名および所在地・電話番号を記入し、〒135-0044越中島1-2-18深川スポーツセンターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)※健康スポーツ公社ホームページからも申込可 ☎ 3820-5881、FAX3820-5884 係 <https://www.koto-hsc.or.jp/>

保 健

30代のための健診 (生活習慣病予防健診3月分)

時 場 下表のとおり 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 2/21(月) 必着 往復はがきに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)※電子申請も可(パソコンのみ) 係 <https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/> 各保健相談所管理係

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	3/8(火) 9:00~	3/25(金) 13:30~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	3/2(水) 13:10~	3/15(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	3/4(金) 12:45~	3/18(金) 13:30~

※城東南部保健相談所は4月に実施予定

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) 係 電話で江東区歯科医師会 ☎3649-0780、FAX3649-1688

官 公 署

墨田区立文花中学校 夜間学級生徒募集

小・中学校を卒業していない方や、諸事情により中学校で十分に学べなかった方の入級の相談に応じます。15歳を超えた方であれば、年齢・国籍に関係なくお問い合わせください。また、日本語の勉強から始めるクラスもあります。いずれも授業料は無料 係 文花中学校夜間学級(墨田区文花1-22-7) ☎3617-1562 (14:00~21:00)

新木場公園 発災時とキャンプ時に役立つプログラム体験

時 2/27(日) 10:00~15:00 場 新木場公園バーベキュー広場(新木場2) 係 なたでも 係 少ない水と燃料でご飯を炊く・パスタを茹でる、自分で火をおこしてお湯を沸かす、たき火の着火・テントの設営を覚える、全て発災時に役立つプログラムを楽しんで覚えるイベントです 係 当日直接会場へ [調理体験たき火プラン] 自分でおこした火を使って調理体験できます 時 2/27(日) 11:00~15:00 係 5組(申込順、1組4人まで) 係 2/15(火) から電話で予約センター ☎050-5835-0493

アーチェリー・卓球を始めてみませんか

東京オリンピックでも大きな話題になった種目を楽しみませんか。

1. アーチェリー公開講座

時 ①毎週水曜19:00~21:00②毎週土曜14:00~16:00 場 Bumb(ぶんぶ)東京スポーツ文化館館内アーチェリーフィールド(夢の島2-1-3) 係 ①48人②53人(申込順) 費 540円

2. 卓球教室

時 毎週木曜9:30~11:00 場 Bumb東京スポーツ文化館館内サブアリーナ(夢の島2-1-3) 係 20人(申込順) 費 540円 ※いずれも 係 当日直接会場へ 係 Bumb東京スポーツ文化館 ☎3521-7321、FAX3521-3506

江東区内は 歩きタバコ・ポイ捨て禁止! ポスター・シール・ステッカーの 掲示で防止に協力を

区では、「江東区歩行喫煙等の防止に関する条例」により、歩きタバコやタバコのポイ捨て(自転車等による移動中を含む。)を区内全域で禁止しています。このことを広くお知らせするために作成したポスター・シール・ステッカーを無料で配布しています。ご希望の方は、ご連絡ください※ご利用はご自宅の外壁などの私有地内に掲示してください 係 環境保全課環境美化係 ☎3647-9373、FAX5617-5737



▲ポスター

その他

子育て応援電話「ひとりで悩まないで! ママパパライン」

「こどもの発達心配」「子育てが辛い」「夫婦で協力できない」など、子育ての悩みや不安、自分や家庭のことなど、匿名で何でも話せる電話です。子育て中の方のお話を、研修を受けた市民ボランティアが、電話であたたかく受け止めてお聴きします 時 2/14(月)~19(土) 13:00~16:00 係 子育て中の方 費 相談無料(電話代は自己負担) [後援] 江東区、江東区教育委員会、東京都 係 電話で「ママパパライン」 ☎3633-0415 係 こうとう親子センター事務局 ☎・FAX3632-1717

シニアタイムトライアル(水泳)

時 3/26(土) 9:30~11:30 場 スポーツ会館屋内プール(北砂1-2-9) 係 60歳以上の方20人(抽選) 費 無料 係 飛び込みでのスタート練習と25m計測 締 3/4(金) 必着 往復はがきに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢⑥電話番号を記入し、〒135-0016東陽7-4-11-805江東区水泳連盟(藤井)へ ☎3645-8390

みんなのひろば

中国気功・太極拳サークル 会員募集

時 火曜10:00~12:00 場 総合区民センター(大島4-5-1) 費 月3,300円 係 中高年や慢性病の方に最適な気功、太極拳健康法、見学歓迎 係 中

国智能気功・太極拳サークル(上山光子) ☎3641-9813

手話ダンスを一緒に踊りませんか

時 月曜13:30~15:30 場 主に江東ボランティア・センター活動室(東陽6-2-17) 費 月300円(一年分を全納) 係 歌詞に手話を振り付け、踊ります。手話ができなくても大丈夫。楽しいサークルです。見学随時 係 江東手話ダンスサークル夢(大野洋子) ☎3644-0045

お腹から発声して ストレスを発散しませんか

時 第2・4木曜11:00~13:00 場 亀戸剣舞、詩吟教場(亀戸7-11-13) 係 老若男女問わず 費 月会費2,500円 係 深い呼吸で健康に。声を出すのが好きな方、初心者大歓迎 係 吉野洋子 ☎080-2016-0493

里山、街歩き、そしてアルプス 楽しい仲間が待っています

四季折々、一緒に活動して楽しみませんか 場 定例会(月1回)は総合区民センター(大島4-5-1)、活動(月2回)は東京近郊 費 年会費2,500円 係 白駒会(岩井希義) ☎090-2338-4205 係 kiyoshiwai@apost.plala.or.jp

水彩・油絵・パステルなど 絵画を楽しく学びませんか

初心者から経験者までを対象に個性を伸ばす指導をします。見学歓迎 時 毎週金曜10:00~12:00 場 総合区民センター(大島4-5-1) 費 月額5,000円 係 安西大(芸大大学院修了) 係 自主グループ安西絵画教室(鈴木久子) ☎3682-2805

○工事の計画を口頭だけでなく、図面(工事概要、工期、配置図、平面図、立面図、日影図など)などを渡し、具体的に説明し

工事の発注者として近隣の皆さんに説明をするときは、次の内容に気を付けることが重要です。

○工事の計画を口頭だけでなく、図面(工事概要、工期、配置図、平面図、立面図、日影図など)などを渡し、具体的に説明し

工事の発注者になったら、工事が始まる前にきちんとお知らせし、問い合わせがあったときは、丁寧な対応を心がけましょう。トラブルが起きないように努めるのも、発注者として大切なことです。

工事の内容については、工事が始まる前にきちんとお知らせし、問い合わせがあったときは、丁寧な対応を心がけましょう。トラブルが起きないように努めるのも、発注者として大切なことです。

工事の発注者になったら、工事が始まる前にきちんとお知らせし、問い合わせがあったときは、丁寧な対応を心がけましょう。トラブルが起きないように努めるのも、発注者として大切なことです。



○一回の話を聞くのではなく、相手の話も聞き、丁寧な話し合いをしましょう。○決めごとは、必ず書面に残し、互いに情報を共有しましょう。

第6回は、第1回から第5回までとは違い、工事の発注者になったときの近隣への影響に対する配慮についてお伝えしました。

第6回は、第1回から第5回までとは違い、工事の発注者になったときの近隣への影響に対する配慮についてお伝えしました。

第6回は、第1回から第5回までとは違い、工事の発注者になったときの近隣への影響に対する配慮についてお伝えしました。

「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係までお問い合わせください。

女性のなやみとDVホットライン
☎3647-9551

一人で悩まずご相談を 相談無料・秘密厳守
相談には電話相談と面接相談(予約制)があります。
相談日 月曜~土曜(祝日・年末年始を除く)9:00~17:00※木曜は20:00まで