

講座・催しものつづき

上達への道 合気道・卓球教室

1. 合気道教室

時 11/2~30の水曜(11/23を除く全4回) 19:00~20:30 入 小学生以上40人(申込順) 費 小・中学生1,000円、高校生以上2,000円 [主催] 江東区合気道連盟 締 10/30(日) 申 9/25(日) 9:00から電話で江東区合気道連盟(田中) ☎3681-1071

2. 卓球教室

時 11/2~30の水・金曜(11/23・25を除く全7回) 19:30~21:00 入 中学生を除く15歳以上の方40人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) 費 4,500円 [主催] 江東区卓球連盟 締 10/8(土) 必着 申 健康スポーツ公社ホームページまたは往復はがきに①教室名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢⑥区内在勤(在学)の方は、勤務先(学校名)・所在地・電話番号を記入し、〒136-0073北砂1-2-9スポーツ会館へ郵送または窓口(はがき1枚持参)で

※いずれも 場 間 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123 HP [https://www.koto-hsc.or.jp/sports\\_center/1/](https://www.koto-hsc.or.jp/sports_center/1/)

スポーツ会館 障害者水泳教室

時 10/16(日) 9:30~11:00 場 スポーツ会館(北砂1-2-9) 入 おむつの取れている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 締 10/5(水) 申 9/25(日) 9:00からスポーツ会館にある申込用紙に必要事項を記入し、ファクス、窓口または電話で ☎3649-1701、FAX3649-3123

朝活ヨガ教室

出勤前の朝時間を有効活用して充実した1日を過ごしましょう 時 10/28~11/18の金曜(全4回) 7:30~8:15 場 深川スポーツセンター 入 主に30代~50代の方30人(区内在住・在勤者を優先し、抽選) 費 3,200円 締 10/6(木) 必着 申 健康スポーツ公社ホームページまたは往復はがきに①教室名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢⑥区内在勤の方は勤務先・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、窓口(はがき1枚持参)で ☎3820-5881、FAX3820-5884 HP <https://www.koto-hsc.or.jp/>

ARIAKEハロウィンマーチ

仮装して、ベイサイドの施設を巡るウォーキングイベントです 時 10/29(土) ※小雨決行、雨天中止 集 9:45にパナソニックセンター東京(有明3-5-1) 入 仮装して約5km歩くことができる方150人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) ※重複申込無効、小学生以下は要保護者同伴、1グループ10人以下 費 1,000円(保険代含む) 締 9/30(金) 必着 申 健康スポーツ公社ホームページまたは往復はがきに①イベント名②代表者氏名(ふりがな)・年齢・住所・電話番号③参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢④区内在勤(在学)の方は、勤務先(学校名)・所在地・電話番号を記入し、〒135-0063有明2-3-5有明スポーツセンターへ郵送、窓口(はがき1枚持参)で ☎3528-0191、FAX3528-0192 HP <https://koto-hsc.3.rev.jp>

のびのびノルディックウォーキング教室

時 10/25(火) 10:00~12:00 ※雨天中止 場 夢の島公園周辺 入 高校生以上の方10人(抽選) 費 無料 内 ノルディックウォーキングの基礎練習・実歩 ※両手が空くリュックサックなど持参 締 10/12(水) 必着 申 江東スポーツ施設運営パートナーズホームページまたは往復はがき(1人1枚)に①教室名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢⑥性別⑦経験の有無⑧現在運動の有無⑨無料レンタルストックの要不要を記入し、〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855 HP <https://www.di-ksp.jp/school>

深川東京モダン館 モダン講演会、ふかにこファクトリー

1. モダン講演会 時 10/15(土) 14:30~(開場14:00) 入 50人(申込順) 費 3,000円 内 天高く馬肥ゆる... 講演の秋!! [出

演] 神田陽子、神田紫、神田桜子ほか 2. ふかにこファクトリー

時 10/22(土) 11:00~12:00、13:00~14:00 入 各18人(申込順) 費 大人700円、こども300円 内 リトミック要素のミニコンサートと親子での工作

※いずれも 場 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) 申 9/27(火) 10:00から電話で深川東京モダン館 ☎5639-1776、FAX5620-1632 HP <https://www.fukagawatokyo.com/>

竪川河川敷公園 屋外自然教室

園内で採取した落ち葉や花びらなどを使って、オリジナルの万華鏡を作ります 時 10/2(日) 10:00~11:00、13:00~14:00、15:00~16:00 場 竪川河川敷公園内 集 竪川河川敷公園フットサル場クラブハウス前(亀戸6-33-10) 入 小学生と保護者各回4組(保護者1人につき小学生2人まで) 費 500円(万華鏡1本含む) 師 白濱真友(森林環境教育指導者) 申 9/26(月) から電話またはメールに①教室名②氏名(ふりがな)③参加人数④希望時間を記入し、竪川河川敷公園管理事務所へ ☎5875-1771 e info@tatekawa-riverbed-park.jp

保 健

HIV・梅毒抗体検査・相談(10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 間 保健所保健予防課感染症対策係 ☎3647-5879、FAX3647-7068

日 程	受付時間
検査日 10/17(月) 10/31(月)	9:00~10:00
結果日 10/31(月) 11/14(月)	10:00~10:30

生活習慣の改善に役立つ

栄養相談・運動相談(10月分)

[栄養相談] 時 10/15(土)・23(日) 10:00~15:30 入 各8人(申込順) 内 食に関する悩みや食事記録から見る食事バランスなど [運動相談] 時 10/2(日)・16(日) 13:30~16:30 入 各6人(申込順) 内 運動に関する悩みや体組成測定から見る効果的な運動方法など

※いずれも 場 健康センター(東陽2-1-1) 費 無料 申 9/25(日) 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

有明スポーツセンター 10/2(日)、大体育室の個人利用(バドミントン)を中止。大会開催のため 間 有明スポーツセンター ☎3528-0191、FAX3528-0192

聃官公署

東京都最低賃金改正

10/1(土)から時間額1,072円に改正されます。東京都内で働くすべての労働者に適用されます。また、最低賃金の引き上げに向けた環境整備のための支援策として、業務改善助成金等の助成金制度が設けられています 間 [最低賃金について] 東京労働局賃金課 ☎3512-1614、東京働き方改革推進支援センター ☎0120-232-865 [業務改善助成金について] 令和4年度業務改善助成金コールセンター ☎0120-366-440、東京働き方改革推進支援センター ☎0120-232-865、東京労働局企画課 ☎6893-1100

東京都子育て支援員研修(第3期)

子育て支援分野で従事するうえで、必要な知識や技能等を有する「子育て支援員」の養成研修を東京都が実施します。第3期受講生は、10/3(月)~17(月)(必着)の期間に募集します。申込方法や研修の詳細は、各コースのホームページをご覧ください 間 [地域保育コース] (公財)東京都福祉保健財団 ☎3344-8533 HP <https://www.fukushizaidan.jp/111koso dateshien/> [地域子育て支援コース・放課後児童コース] (株)東京リーガルマインド ☎5913-6225 HP <https://public.lec-jp.com/kosodate-tokyo/> [本研修全般について] 東京都福祉保健局少子社会対策部計画課 ☎5320-4121

10月の健康相談等

10月の健康相談等		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11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006	委託実施				備考										
区分	対象者	対象住所	下欄※1をご参照ください		下欄※2をご参照ください		妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	○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。									
一般精神保健相談	一般区民	17(月)・27(木) 13:30~15:30	5(水)9:30~11:30 28(金)13:30~15:30	3(月) 13:30~15:30	14(金) 13:30~15:45	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	令和4年4月生	令和4年1月生	令和3年4月生	産 新生児	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。						
思春期精神保健相談		26(水) 9:30~11:00	14(金) 9:30~11:30	17(月) 14:00~15:30	12(水) 9:30~11:45															
子育て相談		6(木) 13:30~15:00	21(金)・31(月) 13:30~15:30	28(金) 13:30~15:30	7(金) 13:30~16:30															
高齢者精神保健相談		21(金) 13:30~15:30	13(木) 13:30~15:30	24(月) 14:00~16:00	今回の予定はありません															
アルコール相談	一般区民	相談は随時行っています。まずは各保健相談所にご相談ください。																		
難病療養相談	一般区民	17(月) 13:30~15:00	27(木) 13:30~15:30	20(木) 13:30~15:00	17(月) 13:30~15:30	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	令和4年4月生	令和4年1月生	令和3年4月生	産 新生児	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。						
栄養相談		3(月)・17(月) 9:00~15:30	3(月)・17(月) 9:00~15:30	13(木)・26(水) 9:00~15:30	14(金)・26(水) 9:00~15:30															
両親学級(平日版・休日版)	赤ちゃんが生まれるご夫婦	開催についての詳細は区ホームページをご確認ください。																		
4か月児健康診査	(個別通知制)	11(火)・19(水)・25(火)	13(木)・20(木)・26(水)	11(火)・19(水)・25(火)	3(月)・11(火)・18(火)	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	令和4年4月生	令和4年1月生	令和3年4月生	産 新生児	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。						
育児学級	9~10か月児の保護者	19(水) 9:30~11:00	21(金) 9:30~10:30	13(木) 9:30~10:45	4(火) 9:30~10:30															
	1歳6か月~2歳未満児の保護者	26(水) 9:30~11:00	28(金) 9:30~10:30	26(水) 9:30~10:45	11(火) 9:30~10:30															
3歳児健康診査	(個別通知制)	12(水)・18(火)・26(水)	12(水)・19(水)・27(木)	12(水)・18(火)・26(水)	4(火)・31(月)	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	令和4年4月生	令和4年1月生	令和3年4月生	産 新生児	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。						
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。												妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	妊婦科健康診査	令和4年4月生	令和4年1月生	令和3年4月生	産 新生児	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。
※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。																				