

夢の島スケートボードパーク 11/15(火) GRAND OPEN

こどもから大人まで楽しめる初・中級者用パーク

クラウドファンディング等の寄附に支えられ、夢の島総合運動場内に夢の島スケートボードパークが完成しました。11/15(火)から一般利用を開始します。東京2020大会金メダリストで江東区出身の堀米雄斗選手を育てた、スケートボード全日本コーチ早川大輔さん監修のスケートボードパークです。施設開設に合わせてマナー啓発にも取り組んでいきます。これからスケートボードを始めようと思っている方も愛好者の方もぜひお越しください。

☎ スポーツ振興課 ☎3647-4887、FAX3647-8506



ステア・フラットレール



中級者ゾーン

初級者ゾーン



バーチカルランプ



ロングバンク・マニュアルパッド・コーナバンク



バンク to バンク・レッジマニュアルパッド

このパークは、競技に必要な考える力を養い、堀米雄斗選手に続く世界的なスケーターを育てられるパークだと思います。コンクリートとランプのセクションが同じ敷地内にあり、自由にいろいろな滑り方を楽しめるのは希少です。



◀ 監修者
 スケートボード
 全日本コーチの
 早川大輔さん

施設概要

時 11/15(火) 一般利用開始 9:00~20:00 (小学生のみの利用は17:00まで、中学生のみの利用は18:00まで) ※第2・4月曜(祝日の場合は翌平日)と年末年始(12/29~1/3)を除く ※11/27(日)はシーサイドマラソン大会開催のため、終日利用不可

場 夢の島総合運動場北側(夢の島1-1) 費 一般450円、小・中学生150円

[注意事項] ○18歳未満の方はヘルメットの着用が必須です。

○用品の貸出はありませんのでご自身でご用意ください。

○夢の島総合運動場内では、指定された場所以外でのスケートボードの使用はできません。

☎ [施設利用について] 夢の島スケートボードパーク ☎080-7008-9761



掲載している情報は11月2日時点のものです。最新の情報はお問い合わせください。

令和5年度江東きつずクラブB登録 利用児童を募集 12月1日(木)から申請受付開始

江東きつずクラブB登録は、保護者が就労等で日中家庭にいない世帯のこどもたちを対象に、保護者に代わって遊びや生活の場を提供する事業です。学校がある日は授業終了後から、夏休みなどの学校休業日は午前8時から最大で午後7時まで利用できます。小学校(※)の中で運営しているクラブと、児童館等で運営しているクラブがあります。

※「小学校」の記載は、義務教育学校の前期課程を含みます。
【小学校内クラブ】表1
【小学校外クラブ】表2
区内在住で、表中のきつずクラブ実施校に在籍する新1、3年生または障害等のある新4、6年生。私立小学校等の児童で、実施校の学区域に住所がある児童も対象です。

【学校外クラブ】表2
児童館や集合住宅
区内在住の小学校新1、3年生または障害等のある新4、6年生
※障害等、特別な配慮を必要とする児童は、入会審査を行う場合があります。
【集中募集期間】
12月1日(木)～15日(木)
※期間終了後も申請は受け付けますが、集中募集期間中の申請が優先されます。
【利用案内・申請書配布場所】
区ホームページ、各きつずクラ

できません。
※江東きつずクラブ塩浜・潮見・亀戸第三児童館・東砂児童館は午前9時半～午後6時「入会の決定」
令和5年2月下旬以降、結果を郵送します。
※江東きつずクラブA登録は、小学校の空き教室等を利用し、自主的な遊びの場・学びの場を提供する事業です。保護者の方の就労状況に関わらず、実施校

に在籍する新1、6年生が利用できます。令和5年度の利用申請は、令和5年2月以降開始予定です。
【各江東きつずクラブまたは地域教育課放課後支援係
(3647)9308
FAX(3647)9274

私立(共同自主)学童クラブ
NPO法人や父母会が設置する運営委員会が運営している学

【表1】小学校内クラブ一覧(42施設) ☆は公設民営

クラブ名	所在地(申請先)	電話番号
☆明治	深川2-17-26(明治小学校内)	3641-1281
☆深川	高橋14-6(深川北子ども家庭支援センター内)	3634-0209
☆八名川	新大橋3-1-15(八名川小学校内)	3633-6852
☆臨海	門前仲町1-1-6(臨海小学校内)	3641-5910
☆越中島	越中島3-6-38(越中島小学校校庭内別棟)	3643-1367
☆数矢	富岡1-18-7(数矢小学校内)	3642-0674
☆平久	木場1-3-6(平久小学校北側向)	3645-3771
☆東陽	東陽3-27-12(東陽小学校内)	3644-2061
☆南陽	東陽2-1-20(南陽小学校内)	5606-9078
☆扇橋	石島18-5(扇橋小学校内)	3647-0576
元加賀	白河4-3-19(元加賀小学校内)	3641-0627
☆毛利	毛利2-2-2(毛利小学校敷地内別棟)	3634-7669
☆東川	住吉1-12-2(東川小学校内)	5624-0382
☆豊洲	豊洲4-4-4(豊洲小学校内)	3531-9471
☆豊西	豊洲5-1-35(豊洲西小学校内)	3531-5784
☆豊北	豊洲3-6-1(豊洲北小学校内)	080-3468-7521
☆東雲	東雲2-4-11(東雲小学校内)	3528-1771
☆有明	有明2-10-1(有明小学校内)	3527-6360
☆枝川	枝川13-5-3(枝川小学校内)	3647-6083
☆辰巳	辰巳1-11-1(辰巳小学校内)	3521-1172
☆一亀	亀戸2-5-7(第一亀戸小学校内)	3684-6471
☆二亀	亀戸6-36-1(第二亀戸小学校内)	5626-2028
香取	亀戸4-26-22(香取小学校内)	3682-2205
☆水神	亀戸5-22-22(水神小学校内)	3681-1971
☆一大	大島2-41-4(第一大島小学校内)	3638-2807
☆二大(注1)	大島3-16-2(第二大島小学校内) ※仮校舎(大島5-52-15)で運営	3684-4503
☆三大	大島9-6-17(都営大島九丁目第2アパート敷地内)	5626-6921
☆四大	大島6-7-8(第四大島小学校内)	3636-3363
☆五大	大島8-40-13(第五大島小学校内)	3681-6610
☆南央	大島4-18-5(大島南央小学校内)	3683-3261
☆砂町	北砂4-13-23(砂町小学校内)	3646-7914
☆二砂	東砂7-17-30(第二砂町小学校内)	3640-5362
☆四砂	南砂2-13-18(第四砂町小学校内)	3699-5860
☆五砂	東砂8-11-5(第五砂町小学校内)	3615-0444
☆六砂	北砂6-26-6(第六砂町小学校内)	3646-4801
☆七砂	東砂3-21-5(第七砂町小学校内)	3649-9821
☆小名木川	北砂5-22-10(小名木川小学校内)	3644-2063
☆東砂	東砂2-12-14(東砂小学校内)	3647-8037
北砂	北砂1-3-33(北砂小学校隣)	3647-1981
南砂	南砂2-3-21(南砂小学校内)	3645-5065
☆亀高	北砂5-20-16(亀高小学校内)	3649-8601
☆有明西	有明1-7-13(有明西学園内)	5500-5861

【表2】学校外(児童館等)クラブ一覧(18施設) ☆は公設民営

クラブ名	所在地(申請先)	電話番号
☆平野児童館	平野1-2-3(平野児童館内)	3630-2561
塩浜	塩浜2-8-29-101(トミンハイム塩浜二丁目第1内)	3647-7093
☆潮見	潮見1-29-16(潮見一丁目都営住宅敷地内)	5606-9320
☆豊洲三丁目	豊洲3-5-21-101(ロイヤルパークス豊洲内)	3533-7388
☆豊洲四丁目	豊洲4-11-20-137(スターコート豊洲内)	3532-3581
☆東雲児童館	東雲2-4-4-102(東雲児童館内)	3529-1795
☆東雲第二(注2)	東雲1-9-13-101(東雲キャナルコートCODAN内)	3534-2500
☆東雲第三	東雲2-7-3(トミンタワー東雲内)	5530-2236
辰巳児童館(注3)	辰巳1-1-36(辰巳児童館内)	3521-3262
☆千田児童館	千田21-18(千田児童館内)	3699-6254
東陽児童館	東陽5-16-13(東陽児童館内)	3615-4353
☆亀戸児童館	亀戸2-1-19(亀戸児童館内)	3685-5944
亀戸第三児童館	亀戸7-39-9(亀戸第三児童館内)	3636-5380
☆浅間賢川	亀戸9-34-1-141(亀戸レジデンス内)	3684-3901
大島第二児童館	大島4-5-1(大島第二児童館内)	3637-2660
東砂児童館	東砂7-15-3(東砂児童館内)	3646-0468
南砂児童館	南砂2-3-17(南砂児童館内)	3649-7752
☆南砂六丁目	南砂6-5-2-101(南砂六丁目都営住宅内)	3640-5479

(注1) 第二大島小学校の改築工事のため、令和6年7月まで大島仮校舎(大島5-52-15)で運営を行います。
月～金曜の10:30～19:00に大島仮校舎へ申請してください。
(注2) 東雲一丁目9番の居住者(4号・パークタワー東雲、31号と32号・ダブルコンフォートタワー、50号・プラウドタワーを除く)の方のみ利用可。
(注3) 周辺地域の児童増加のため、第二辰巳小学校に在籍する児童を優先します。

【表3】私立(共同自主)学童クラブ(3施設)

クラブ名	所在地	ホームページ	電話番号
ライト学童保育クラブ	冬木16-7	http://light-gakudo.com/	5620-0693
大島六丁目共同学童クラブ	大島6-1-7	https://gakudo.tokyo/	3636-8139
風の子クラブ	南砂2-28-3-203	http://www.kazenoko-club.com/	3647-8155



高年齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

高齢者の交通安全
道路を横断するときは、ひと呼吸おいて左右の安全確認を

マイナポイント第2弾の対象となる マイナンバーカードの申請期限

12月末まで延長

国は、マイナポイント第2弾を実施しています。これは、キャッシュレス決済サービスを利用した2万円の買い物等に対して、5,000ポイントを上限（ポイント付与率25%）として「マイナポイント」を付与するものです。また、マイナンバーカードの「健康保険証としての利用申込」および「公金受取口座の登録」に対するマイナポイント申込が開始され、ご自身で選んだキャッシュレス決済サービスにそれぞれ7,500円分のポイントが付与されます。

これまで、マイナポイント第2弾の対象となるマイナンバーカードの申請期限は9月末まででしたが、申請期限が12月末まで延長されました。申請期限の

ない方でもマイナポイントを申込できるように、マイナポイント申込支援コーナーを開設しています。

マイナポイントの申込支援をご希望の方は、マイナンバーカードを持参のうえ、区内3か所にあるマイナンバーカード交付窓口までお越しください。マイナポイントの申込には、マイナンバーカードに搭載された利用者証明用電子証明書の暗証番号4桁の入力とマイナポイント受取に使用する決済サービスの決済ID、セキュリティコードが必要になりますので、事前にご準備ください。なお、マイナポイント申込に係る口座番号等の個人情報をご自身で入力いただきます。決済サービスによって事前登録が必要な場合は支援できませんのでご注意ください。

時 平日および日曜開庁日午前9時～午後4時（水曜は午後6時まで）
場 マイナンバーカード交付窓口（区役所8階、総合区民センター2階（大島4-5-11）、豊洲シビックセンター11階（豊洲2-2-18））
費 無料

第3回区議会定例会終わる

令和3年度各会計歳入歳出決算を認定

令和4年第3回区議会定例会が、9月14日から10月21日まで（会期38日間）開かれました。今回の定例会では、「令和3年度江東区一般会計歳入歳出決算」など44議案について審議され、原案どおり認定・可決・同意されました。なお、認定・可決・同意された議案の内容は次のとおりです。

○認定案件（4件）
「令和3年度江東区一般会計歳入歳出決算」など
「令和3年度江東区一般会計歳入歳出決算」など
「令和3年度江東区一般会計歳入歳出決算」など
「令和3年度江東区一般会計歳入歳出決算」など

原油価格・物価高騰に対し 区独自の経済支援を実施

原油価格・物価高騰対策 資金融資あつせん

原油価格および物価高騰等の影響で業績が悪化している中小企業者の支援のため、緊急の融資あつせん制度を設けました。融資内容は下表のとおりです。申込必要書類等は区ホームページをご確認ください。

経済課融資相談係
☎ (3647) 2331
FAX (3647) 8442

融資内容	
資金使途	運転資金
限度額	1,000万円
返済期間	6年（据置12か月を含む）
利率	年1.9%
利子負担	1年目：0%（区負担：1.9%） 2年目以降：0.3%（区負担：1.6%）
保証料負担	なし（当該融資分を区が全額補助）
利用条件	江東区中小企業融資の基本的な利用条件を満たしているほか、下記の1または2に該当すること。 1. 最近1か月の売上高または売上総利益が前年同期比で減少していること。 2. 最近1か月の売上高または売上総利益が、令和4年の任意の連続する3か月間の売上高または売上総利益合計の平均と比較して減少していること。
受付期間	令和5年3/31（金）まで

芭蕉記念館 時雨忌（芭蕉忌） 全国俳句大会 受賞作品決定

今年で41回目となる本大会は全国から939人、1,878句の応募があり、兼題部門「芭蕉を偲ぶ句」、または今年のテーマ句「生」の最高句「芭蕉記念館時雨忌賞」、四季雑詠部門の最高句「芭蕉記念館賞」の受賞作品が決定しました。応募いただいた作品の入選句集は、芭蕉記念館窓口で販売中です（一部500円）。

芭蕉記念館時雨忌賞
時雨忌や
をどこ独りの
朱を研ぐ
甲賀元嘉（東京都江戸川区）

芭蕉記念館賞
母の留守
流しの乾く
遅日かな
名和則子（山形県東根市）

中小企業・個人事業主の皆さんへ

原油価格・物価高騰に対し 区独自の経済支援を実施

原油価格・物価高騰対策 資金融資あつせん

原油価格および物価高騰等の影響で業績が悪化している中小企業者の支援のため、緊急の融資あつせん制度を設けました。融資内容は下表のとおりです。申込必要書類等は区ホームページをご確認ください。

経済課融資相談係
☎ (3647) 2331
FAX (3647) 8442

融資内容	
資金使途	運転資金
限度額	1,000万円
返済期間	6年（据置12か月を含む）
利率	年1.9%
利子負担	1年目：0%（区負担：1.9%） 2年目以降：0.3%（区負担：1.6%）
保証料負担	なし（当該融資分を区が全額補助）
利用条件	江東区中小企業融資の基本的な利用条件を満たしているほか、下記の1または2に該当すること。 1. 最近1か月の売上高または売上総利益が前年同期比で減少していること。 2. 最近1か月の売上高または売上総利益が、令和4年の任意の連続する3か月間の売上高または売上総利益合計の平均と比較して減少していること。
受付期間	令和5年3/31（金）まで

妊娠中に保健相談所で 「ゆりかご面接」を受けましょう

出産・子育て等の相談や産後ケアサービスのご案内

保健相談所では、すべての妊婦の方が安心して出産を迎え、子育てをスタートできるように、保健師等の専門職が妊娠、出産、子育て等に関する相談や産後ケアをはじめとしたサービスの案内をする「ゆりかご面接」を行っています。

また、「ゆりかご面接」を受けた妊婦ご本人には商品券1万円分を面接時に贈呈します。妊娠がわかったら、ぜひ保健相談所へお越しください。

時 月々金曜午前9時～午後4時半（祝日を除く）
場 お住まいの地域を担当する各保健相談所
人 区内在住の妊婦の方（母子健康手帳をお持ちの方はご持参ください）
問 各保健相談所

貨物自動車運送事業者補助

燃料価格高騰の影響を大きく受けている貨物自動車運送事業者に対し補助金を支給します。

【対象】
○一般貨物自動車運送事業者
○特定貨物自動車運送事業者
○貨物軽自動車運送事業者
【補助額】
売上高および事業種別に応じ10万円または20万円
【申請期間】

経済課産業振興係
☎ (3647) 2332
FAX (3647) 8442
e sangyou-k@city.koto.lg.jp

保健相談所担当地域一覧	
保健相談所	担当地域
城東保健相談所 （大島3-1-3） ☎3637-6521、FAX3637-6651	亀戸・大島・東砂1～3丁目
深川保健相談所 （白河3-4-3-301） ☎3641-1181、FAX3641-5557	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）
深川南部保健相談所 （枝川11-8-15-102） ☎5632-2291、FAX5632-2295	塩浜・枝川・豊洲・東雲・有明・辰巳・潮見・青海・海の森
城東南部保健相談所 （南砂4-3-10） ☎5606-5001、FAX5606-5006	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

11月11日は「介護の日」

「いい日、いい日、
あったか介護ありがとう」

高齢化が進み、介護を要する方が増える一方、介護を巡る課題は多様化しています。

「介護の日」は、介護に対する理解と認識を深め、介護サービス利用者と家族、介護従事者等を支援するとともに、地域での支え合いや交流を促進する観点から、国が定めたものです。

他人ごとではない介護

区で要介護（要支援）認定を受けている方は、約2万3千人にも上ります。

介護を要する状態にならないためには、日ごろから介護予防に努めることが大切です。しかし、年齢とともに、日常生活上、何らかのサポートが必要になることは避けられません。病気や事故が原因で介護が必要になる方もいます。「老老介護」、「介護離職」など、介護は自身だけの問題でなく、家族の人生にも関わる大きな問題です。

みんなで支える介護保険制度

介護保険は「介護が必要な人」と「介護をする人」を社会全体で支える制度で、平成12年に始まりました。医療保険と同様、保険料を納めることで、介護サービス利用時の自己負担は、所得に応じて1～3割になります。日本国内に住む40歳以上のすべての方は、介護保険法に基づき、自動的に被保険者となります。

す。介護保険料は、ご本人の前年の収入と世帯の課税状況を基に算定されます。介護保険料の決定通知は、65歳を迎えた翌月と、毎年6月中旬にお送りしています。

「保険料を納めないでいると」

滞納期間に応じて保険給付が制限され、介護サービス利用時の自己負担割合が引き上げられる等の不利益が生じることがあります。

保険給付が制限されると、本人のみならず、家族の経済的・精神的な負担も増大します。

保険料の納付が困難となった場合には、分割納付や、事情により減免等の制度もありますので、お早めにご相談ください。

「保険料は大切な財源です」

介護保険の財源は、5割が公費（税金）、5割が皆さんからの保険料でまかなわれています。一人ひとりの保険料が、制度を支えています。介護が必要になったとき、誰もが安心してサービスを受けることができるように、保険料納付へのご理解とご協力をお願いします。

「介護保険料」

介護保険料の納め方は、40～64歳の方と65歳以上の方で、異なります。

40～64歳（第2号被保険者）の方は、医療保険料と一緒に納めていただきます（医療保険料の中に介護保険料も含まれています）。介護保険料は、医療保険料ごとに設定される介護保険料率と給与等に応じて決まります。

65歳以上（第1号被保険者）の方は、医療保険料とは別に、区に直接納めていただきます。年金を年額18万円以上受給されている方は、特別徴収（年金からの差し引き）の方式によりま

介護事業者情報検索システム (けあp.navi)のご利用を

お近くの介護事業所を地図上から探したり、サービスや種類、空き状況など、さまざまな情報が検索できるシステムです。ぜひ活用ください。



・事業者検索
・介護事業者情報システム
・医療介護等システム

「介護」は誰しも経験すること

介護保険は、住み慣れた家や地域で、いつまでも安心して生活できること、また、介護者の負担軽減を目的とした制度です。長寿社会において、「介護」は誰も避けて通れない問題です。

介護の認定率は、年齢とともに高くなります。何があっただけで、自分が「介護が必要な人」「介護をする人」になるか、わかりません。

11月11日の「介護の日」に、自分や家族の将来に備え、「介護」について、考えてみませんか。

「被保険者証と保険料に関

すること」

介護保険課資格係

☎(3647)9493

FAX(3647)9466

「要介護認定に関する」

介護保険課認定係

☎(3647)9496

「訪問調査に関する」

介護保険課調査係

☎(3647)9497

「保険の給付・負担割合証に関する」

介護保険課給付係

☎(3647)9498

「介護保険外の在宅サービスに関する」

介護保険課在宅支援係

☎(3647)4319

介護サービス利用相談

☎(3647)9099

高齢者の生活実態等に関する調査にご協力を

対象となった方へ調査票を送付

次期高齢者地域包括ケア計画を策定するため、生活実態等に関する調査を実施します。

対象となった方には調査票を郵送しますので、回答を記入し、同封の返信用封筒に入れて郵送してください。回答にあたっては、氏名や住所を記入する必要はありません。

今後、高齢者施策を検討するための大切な基礎資料となりますので、ご協力をお願いします。なお、回答結果については集計・分析を行ったうえで、区ホームページ等で公表します。

「対象65歳以上の方から無作為に抽出した7,500人」

「調査内容」日常生活の状況や健康状態、介護サービスの利用意向、在宅生活継続意向についての調査を行います。

また、介護サービス事業所および居宅介護支援事業所のケアマネジャーにも同様に調査を行います。

「送付時期」調査票は、区が委託した調査会社から11月中旬に発送します。

「地域ケア推進課包括推進係」

☎(3647)9606

FAX(3647)3165

「高齢者のためのハンドブック2022」

介護保険制度や高齢者向けサービスなどがこの1冊に

配布中



長寿サポートセンター
☎(3647)4318

☎(3647)9186

「高齢者のためのハンドブック2022」

介護保険制度や高齢者向けサービスなどがこの1冊に

配布中

「高齢者のためのハンドブック2022」

「被保険者証と保険料に関

係

☎(3647)9230

FAX(3647)9196



▲区ホームページ

養育費確保支援事業

養育費の債務名義化の手続きに要した費用を補助

区では令和4年度から養育費確保支援事業を実施しています。対象は江東区内在住のひとり親家庭等で、養育費に係る公正証書作成手数料等を補助します。詳細は区ホームページをご覧ください。

☎こども家庭支援課こども家

「高齢者のためのハンドブック2022」

介護保険制度や高齢者向けサービスなどがこの1冊に

配布中

「被保険者証と保険料に関

係

☎(3647)9230

FAX(3647)9196

▲区ホームページ

女性に対する暴力をなくす運動

ふれあい橋のライトアップや
パープルリボンツリーでDV根絶を啓発

11/12(土)～25(金)

暴力は、その対象の性別に関わらず、重大な人権侵害であり、決して許されるものではありません。

橋をパープル（紫色）にライトアップします。

時 11月12日（土）～25日（金）
日没～午後11時

場 ふれあい橋（亀戸9-34先）

パープルリボンツリー

11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」です。内閣府では、毎年11月12日～25日を「女性に対する暴力をなくす運動」期間と定め、全国で運動が展開されます。区では、あらゆる暴力の根絶のためさまざまな啓発を行います。

ふれあい橋のライトアップ

同運動のシンボルであるパープルリボンにちなみ、ふれあい

区内中小企業向け

オンライン研修

男性にも知ってほしい！
女性の健康とキャリアの関係

12/14(水)

女性のキャリアに大きく影響を及ぼす「健康」について組織としてきちんと向き合うことで、女性が長く活躍できる職場づくりにつながります。本研修では、女性が悩みとして抱えやすい健康課題（PMS・妊娠・出産・更年期など）や、その適切な配慮について解説します。ライフステージごとに変わる日々の不調が、労働損失や生産性と深いつながりがあることを女性だけでなく組織全体で理解することで、人材の定着や女性管理職登用等、ポジティブな効果が期待できます。

時 12月14日（水）午後2時～4時
場 オンライン（Zoom）

人 区内中小企業の経営者、管理職、人事労務担当者、現場のリーダー層、従業員15人（申込順）
費 無料

師 後藤彰子（NPO法人ちえぶら・ちえぶら認定更年期ライフデザインファシリテーター）

申 11月15日（火）午前9時から区ホームページまたは男女共同参画推進センターに電話または窓口で

☎（5683）0341
FAX（5683）0340

パネル展

DV根絶を目指し「心に響かせるDV根絶パネル展」を開催します。

時 ①11月28日（月）正午～12月2日（金）正午 ②12月5日（月）正午～9日（金）正午

場 ①区役所2階エレベーター前②豊洲文化センターギャラリ

1（豊洲2-2-18豊洲シビックセンター1階）

図書館特集コーナー

江東図書館では、DVや男女共同参画に関する特設展示コーナーを設置します。

元NHK解説主幹から学ぶ

環境講演会

「地球温暖化ってなに？」

12/18(日)

NHK教育テレビジョン（Eテレ）で毎週土曜に放送されていたことも向け科学番組「科学大好き土よう塾」（放送期間：平成14～20年度）に塾長として出演経験のある室山哲也さんがその経験を活かし、地球温暖化について子どもたちへわかりやすく説明します。

講演会の後半は「大人になったときに、自分の住む街はどんな風になっている（なって欲しい）？」をテーマに、「未来の自分への手紙」をワークショップ形式で書きます。

この機会に、地球温暖化について親子で考えてみませんか。

時 12月18日（日）午前10時～11時40分

場 豊洲文化センターサブ・レ

時 11月19日（土）～12月15日（木）

場 江東図書館（南砂6-7-1）

※いずれも

男女共同参画推進センター
男女共同参画担当

☎（3647）1163
FAX（5683）0340



クホール（豊洲2-2-18豊洲シビックセンター7階）
小学生1人と保護者1人で25組50人（区内在住の方を優先し、抽選。当選者のみ11月下旬から12月上旬の間に通知）
費 無料
師 室山哲也（日本科学技術ジャーナリスト会議（JASTI）会長）
申 11月20日（日）必着
場 区ホームページまたははがき等に①講演会名②参加者全員の氏名③住所④電話番号⑤お子さんの学年・学校名を記入し、〒135-0052潮見1-29-7えこくる江東へ郵送または窓口で

えこくる江東 12月の環境学習講座

時 内 下表のとおり 場 えこくる江東（潮見1-29-7）ほか 区民を優先し抽選。当選者のみ11月下旬から12月上旬の間に通知 11/20（日）必着 申 区ホームページまたはえこくる江東へ郵送（封書、はがき等）または窓口で※申込方法の詳細は区ホームページをご覧ください☎3644-7130、FAX3644-7135※月曜は休館

講座・内容	日時・場所	費用	対象
世界に1枚だけ！牛乳パックからメッセージカード作り（落ち葉をすき込み冬色あふれるカード）師 区職員	12/3(土) 10:30～12:00	無料	小学生1人と保護者1人で4組8人
地球誕生は46億年前、ではヒトはいつ生まれたの？（パズルを使って地球とヒトと環境を歴史から考えよう）師 NPO法人えこ・あくしょん江東	12/4(日) ①13:00～13:20 ②13:40～14:00 ③14:20～14:40 ④15:00～15:20 ⑤15:40～16:00	無料	どなたでも各回1組4人まで（小学3年生以下は要保護者同伴）
自然のめぐみでさんかくリース作り（ドングリなどの木の実に親しみながらダンボール工作に挑戦！）師 区職員	12/7(水) 10:30～11:45	無料	年少～年長児1人と保護者1人で8組16人
松ぼっくりでフクロウ作り（実験とクイズで松ぼっくりの特徴を学ぼう！オーナメントも作れるよ）師 区職員	12/10(土) 10:30～12:00	無料	年中児～小学1年生1人と保護者1人で8組16人
牛乳パックでソーラーランタン工作（再生可能エネルギーや地球温暖化のお話つき）師 クリーンエネルギー江東	12/11(日) 13:30～15:30	1組1,500円	小学3～6年生1人と保護者1人で8組16人
草木染めワークショップ（落ち葉で染める風呂敷）師 中安敬子（NPO法人マザーツリー自然学校）	12/13(火) 14:00～15:30	800円	16歳以上12人
親子で森のたんけん隊（猿江恩賜公園で自然体験！）師 中安敬子（NPO法人マザーツリー自然学校）	12/14(水) 10:10～11:25 ※荒天の場合は12/21(水)に順延予定 場 猿江恩賜公園	無料	2・3歳児（受講日時点）1人と保護者1人で6組12人
水辺の生きもの調査隊シリーズ～野鳥の調査員になろう～（潮見さざなみ公園・砂町運河の冬鳥はなにかな）師 NPO法人生態教育センター	12/17(土) 10:00～12:00 ※雨天の場合は12/24(土)に順延予定 場 潮見さざなみ公園等	無料	小学3年生以上16人（小学生は要保護者同伴）
親子で海ごみ調査隊（マイクロプラスチックを使った実験やストラップ作り）師 和木美玲（船の科学館）	12/18(日) ①10:30～12:00 ②14:00～15:30	1組30円	小学生1人と保護者1人で各回8組16人
わくわく生きものたんけん隊～猿江恩賜公園編～（クイズ・お話・観察で身近な生きもの博士になろう）師 佐々木洋（プロ・ナチュラリスト）	12/24(土) 9:30～12:00 場 猿江恩賜公園	無料	年長児～小学生1人と保護者1人で10組20人

【えこくる江東クイズラリー（バージョン8）】展示室やポケットエコスペースをめぐる、クイズに挑戦！参加者には景品を進呈！ 毎週土・日曜9:30～17:00（受付16:30まで）※年末年始（12/28～1/4）を除く※所要15～30分程度 人 どなたでも（小学3年生以下は要保護者同伴）※混雑時の人数制限あり 費 無料 申 当日直接会場（えこくる江東2階事務室）へ

※受講にあたり、当選者以外の方（乳幼児等）の入室（参加）はできません。
※特に記載のない講座は、えこくる江東（潮見1-29-7）が会場です。

こうとう若者女性しごとセンター
12月度セミナー 参加者募集

①②求職者向け「変化の時代を考えるマネープラン講座」等を開催します。自分に合ったマネープランを立てるための基礎知識を学び、今後の働き方や家計について考えてみましょう ③企業向け「総務・人事必須の法的実務の留意点～法改正情報と雇用のルール～」等を開催します 時 内 下表のとおり 場 ①③こうとう若者・女性しごとセンター（亀戸2-19-1カメリアプラザ9階）②下表のとおり 費 無料 申 ①③11/15（火）②11/17（木）いずれも9:30から、①②電話またはホームページで③ホームページで（申込順） ☎①②5836-5160③5836-5161、FAX3637-2351 HP https://koto-shigoto.jp/

①求職者向けセミナー

日時	対象	定員	テーマ
12/8(木) 10:30～12:30	どなたでも	10人	職場で求められるPCスキル講座 -実務PowerPoint編-
12/9(金) 10:30～12:30	どなたでも	10人	職場で求められるPCスキル講座 -実務Excel編-
12/12(月) 10:30～12:30	どなたでも	32人	変化の時代を考えるマネープラン講座（オンライン受講あり）
12/13(火) 10:30～12:30	どなたでも	32人	働くが見えてくる「自己理解講座」
12/14(水) 10:30～12:30	女性	18人	仕事探しのファーストステップ！女性の為の適職探し講座
12/17(土) 10:30～12:30	どなたでも	24人	基礎から学ぶオンライン面接ポイント講座（オンライン受講のみ）
12/19(月) 10:30～12:30	どなたでも	32人	準備しておけば大丈夫！面接対策講座
12/21(水) 10:30～12:30	どなたでも	32人	受かる応募書類のためのワンポイント講座

②求職者向け出張セミナー

日時	対象	定員	テーマ	会場
12/23(金) 14:30～16:30	求職者	24人	発想の転換～自分の見方と他者比較～	砂町文化センター第3会議室（北砂5-1-7）

※セミナーの申し込みには、センターの利用登録が必要。
※すべての講座で、受講が初めての方を優先し、申込順。月に3講座まで予約可。
※すべてのパソコン講座の受付期間は11/19（土）までで、区民の優先枠（5割）を設け抽選。
11/22（火）当センターホームページで当選者IDを発表。
※実務Excel編は、簡単な表作成や四則演算ができる方が対象。
※実務PowerPoint編は、Word&Excelの基本操作をマスターされている方が対象。

③企業向けセミナー（企業からの申込のみ受付）

日時	対象	定員	テーマ
12/7(水) 10:00～12:00	区内中小企業の方（経営者・従業員）	32人	求職者が入社したくなる面接力向上セミナー2022①（オンライン受講あり）
12/9(金) 14:00～17:00	区内中小企業の方（経営者、総務・人事担当者、その他実務へ活かしたい方）	32人	総務・人事必須の法的実務の留意点～法改正情報と雇用のルール～（オンライン受講あり）

GRAND CYCLE TOKYO

レインボーライド・マルチスポーツ

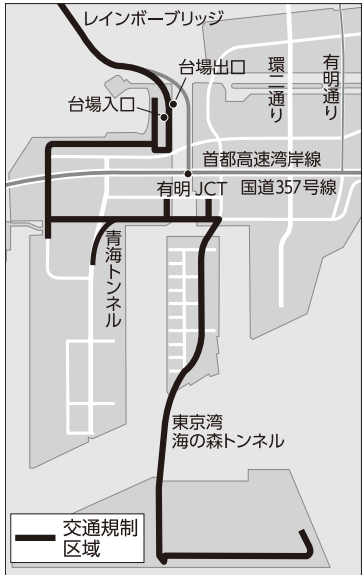
会場周辺は当日交通規制を実施 11/23(水・祝)

青海・台場・有明・海の森エリアで約30種類のスポーツを体験できるイベントを開催します 時 11/23(水・祝) 場 青海・有明・海の森周辺 内 [スポーツ体験] 自転車、アーバンスポーツ、パラスポーツなど [デモンストレーション] クリテリウム、BMXフリースタイルなど。その他、CHEMISTRY等による音楽ライブやお笑いライブもあります。

交通規制概要

イベントの開催に伴い、交通規制を行います。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。詳細はGRAND CYCLE TOKYOホームページをご覧ください[レインボーブリッジ(首都高速)]11/23(水・祝)4:00頃～13:00頃※首都高速台場出入口も利用できません[レインボーブリッジ(一般道)および台場・青海・有明地区周辺一般道]11/23(水・祝)6:00頃～正午頃

問 [イベントに関する問合せ先] GRAND CYCLE TOKYO運営事務局 ☎6387-3803 HP <https://grand-cycle-tokyo.jp/> [事業全般についての問合せ先] 東京都生活文化スポーツ局国際大会課 ☎5320-7850、FAX5388-1337



U29という若者の女性しごとセンター

区内の中小企業で正社員を目指すプログラムに参加する研修生を募集します。

7日間の就職に向けた研修等を受講し、区内中小企業で2か月程度の就業実習を行います。

研修・実習期間中は、区が事業運営を委託する企業に契約社員として採用され、給与が支給されます。

詳細はこうとう若者・女性しごとセンターホームページまたは電話でご確認ください。

説明会

時 11月26日(土)・30日(水)、12月6日(火)・15日(木)・22日(木) 午前10時半～正午 ※その他の日程でも相談可。

どんな仕事を知りたい！ 高齢・障害福祉分野の業界職種勉強会

業界研究セミナーと区内福祉施設・事業所の現役職員との交流を通じて、業界の最新情報や現場の雰囲気、仕事内容などリアルな情報を聞く事ができます。就職活動中の方はもちろん、これから就職活動を始め方も参加できます(4事業所参加予定)。

詳細はこうとう若者・女性しごとセンターホームページまたは電話でご確認ください。

研修・就業実習期間

令和5年1月16日(月)～3月31日(金) 申 11月15日(火) 午前9時半からこうとう若者・女性しごとセンターホームページまたは電話で

HP

<https://koto-shigoto.jp/> 経済課雇用支援担当 ☎(3647)8581 FAX(3647)8442

老朽建築物除却助成 今年度の受付は令和5年1月31日(火)まで

4月から開始した老朽建築物除却助成の今年度の受付を令和5年1月31日(火)で終了します。予算に限りがありますので、期限前でも受付を終了する場合があります。

なお、申請を受付した物件に について助成金の交付を受けるためには、令和5年2月28日(火)までに除却工事を完了し、完了届を提出することが必要です。で、ご注意ください。

問 建築調整課建築防災係

☎(3647)9764 FAX(3647)9009

江東ボランティアまつり

わをつくろう・しりあい・ふれあい・たすけあい

11/26(土)

区民の皆さんのボランティアに対する理解や関心を深めながら、新たに活動を始める方々へのきっかけとしていただくイベントです。ボランティア活動者はもちろん、はじめての方も大歓迎。こどもから大人まで楽しめます。

時 11月26日(土) 午前10時～午後3時

場 江東区文化センター(東陽 4-11-3)

人 どなたでも 費 無料

問 江東ボランティア・センター ☎(3645)4087 FAX(3699)6266

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ためには「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、令和4年1/1から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から「控除証明書」が順次送付されます。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)、江東年金事務所 ☎3683-1231、FAX3681-6549



休館・休止

ご不便をおかけします

コンビニ交付サービス

11/19(土)6:30～11/21(月)8:30にコンビニ交付の利用を休止。システムメンテナンスのため。住民票・印鑑証明・税証明・戸籍証明書等が必要な方はご注意ください 問 区民課証明係 ☎3647-3164、FAX3647-8471

有明スポーツセンター

12/4(日)午前・午後、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 問 有明スポーツセンター ☎3528-0191、FAX3528-0192

官公署

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

保健つづき 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) 申 電話で江東区歯科医師会 ☎3649-0780、FAX3649-1688

オンライン講座 「今日から始めるフレイル予防！」

「フレイル(虚弱)」は超高齢化社会の日本にとって大きな社会問題となっていますが、その予防法は意外と簡単です。今回は、フレイルの意味や具体的な症状、予防策を動画で紹介いたします。最近体力が落ちた方、今の健康をバージョンアップしたい

方、その家族の方、ぜひご視聴ください 時 11/11(金)～令和5年2/10(金) 場 オンライン(区公式YouTubeチャンネル) 費 無料 内 下表のとおり 問 城東南部保健相談所 ☎5606-5001、FAX5606-5006

	内容	講師	時間
①	フレイルの基礎知識、最新情報、予防法(消化器の側面から)	浅岡大介 (順天堂東京江東高齢者医療センター消化器内科 科長)	25分
②	フレイルの基礎知識、最新情報、予防法(呼吸器の側面から)	菅野康二 (順天堂東京江東高齢者医療センター呼吸器内科 科長)	25分
③	フレイル予防の食事(食事の基本と具体策)	城東南部保健相談所管理栄養士	10分



区公式YouTubeチャンネル

お知らせ

男女共同参画推進センター 新規登録保育者募集・説明会

男女共同参画推進センターでは、区の主催講座に参加する方や、当センターでグループ活動等をしている方のお子さんを一時保育しています。保育職員と一緒に一時保育に従事する登録保育者を募集します。関心がある方は説明会を開催しますのでご参加ください。選考方法や従事内容、研修、謝礼金について説明します

【新規登録保育者募集】健康な方かつ保育士、教諭等の資格を有している、または幼児の養育に豊富な経験がある方10人程度

【説明会】 時 12/7(水) 10:00～11:30 場 男女共同参画推進センター第1・2研修室(扇橋3-22-2/パルシティ江東3階) 保 1歳6か月以上就学前まで5人程度(11/16(水)～30(水)の期間に申込順) 申 11/16(水)から男女共同参画推進センターに電話または窓口で ☎5683-0341、FAX 5683-0340

江東区環境審議会 傍聴できます

時 11/29(火) 14:00～ 場 江東区文化センター3階第1・2研修室(東陽4-11-3) 入 原則10人(区民の方を優先し、抽選) 申 当日13:45までに直接会場へ※手話通訳が必要な方は、11/21(月)までにお申し出ください

問 温暖化対策課環境調整係 ☎3647-6124、FAX5617-5737

司法書士による法律(登記等)相談(12月)

不動産の相続登記が令和6年4/1から義務化されます 時 12/7(水)・21(水) 14:00～16:00(1人20分、開始時間の15分前に入室) 場 江東区文化センター6階第5会議室(東陽4-11-3) 入 各20人(申込順)※予約状況により当日受付可 費 無料 内 相続・遺言(登記等)、贈与、成年後見、不動産登記、株式会社等の設立・役員変更、金銭問題等 申 11/15(火) 8:30から区役所広報広聴課広聴相談係(2階22番)に電話または窓口で ☎3647-4700、FAX3647-9635

江東区文化コミュニティ財団 公式LINEキャンペーン実施中

文化センターや歴史資料館、ティアラこうとうを運営する文化コミュニティ財団では公式LINEキャンペーンを実施しています。11月末までのキャンペーン期間中、コンサートチケットやオリジナルグッズが当たるお得なクーポンを配信しています。LINEアプリから「カルナビ」で検索ください【公式LINEのID】@993byrtx 問 江東区文化コミュニティ財団管理課 ☎3644-8119、FAX3646-8369 内 問 https://www.kcf.or.jp



公式LINEはこちら

ファミリー・サポート利用会員登録説明会

ファミリー・サポート事業は、地域で育児の手助けができる方(協力会員)が育児の手助けが必要な方(利用会員)を援助する活動です。利用には、事前に登録が必要です【活動内容】協力会員の自宅を利用しての一時預かり、保育園・幼稚園への送迎、その後の預かりなど【活動時間】7:00～22:00【謝礼金】活動時間・曜日により1時間800円または1,000円 時 12/20(火)、令和5年1/28(土)は

10:00～11:30、12/7(水)、令和5年1/11(水)は14:00～15:30 場 高齢者総合福祉センター(東陽6-2-17)、オンライン(Zoom) 入 区内にお住まいで、生後57日～小学3年生のお子さんの保護者各回会場15人、オンライン15人(申込順)※詳細は社会福祉協議会ホームページをご確認ください 申 11/16(水) 9:00から電話でファミリー・サポート・センター事務局(社会福祉協議会内) ☎5683-1573、FAX5683-1570 内 問 https://ko-to-shakyo.or.jp/

講座・催しもの

こどもプラザ図書館 謎解きウォークラリー

猿江神社と重願寺でスタンプを集めて、謎解きに挑戦しましょう。台紙は11/12(土)からこどもプラザ図書館のカウンターで配布します(なくなりしだい終了) 時 11/12(土)～30(水) 場 こどもプラザ(住吉1-9-8)、猿江神社(猿江2-2-17)、重願寺(猿江1-11-15) 費 無料 申 当日直接こどもプラザ図書館窓口で ☎5600-3885、FAX5600-3886 内 問 https://ko-to-kodomoplaza.com/

東陽図書館

ドキュメンタリー映画会

精神疾患や障害を抱える人々などが、独自の発想で創り出す芸術「アール・ブリュット」について描かれたドキュメンタリー映画会を開催します【協力】(株)パオネットワーク 時 12/4(日) 14:00～15:30 場 教育センター大研修室(東陽2-3-6) 入 どなたでも50人(申込順) 費 無料 締 12/3(土) 申 11/16(水)から東陽図書館(東陽2-3-6)に電話または窓口で ☎3644-6121、FAX3615-6669

深川ワイナリーワイン教室

地元深川ワイナリー東京のソムリエによるワイン教室です。今話題の海中熟成ワインを語ります 時 12/2(金) 18:30～20:00 場 産業会館(東陽4-5-18) 入 区内在住・在勤の20歳以上の方36人(申込順)※1組4人まで 費 500円 内 ワインセミナー。ボトル販売も行います 申 11/15(火) 10:00から産業会館に電話または窓口で ☎5634-0522、FAX3699-6017

認知症カフェ「流れ星」

認知症の方や家族、認知症に関心のある方、どなたでも参加できる認知症カフェです 時 12/3(土) 10:00～12:00 場 (特養)あそか園1階(住吉1-9-5) 入 20人程度(申込順※空きがあれば当日も可) 費 無料 申 11/15(火)から電話で住吉長寿サポートセンター ☎3635-0646、FAX3632-3617

トッパスリートに学ぶ 一輪車講習会

2022シーズン、フランスで開催された一輪車の世界選手権日本代表の久保田一輝さん、高橋吾宇さんを講師に招いて初心者講習会を開催します。トッパスリートの模範演技を体験できるこの講習会にぜひご参加ください 時 12/10(土) 10:00～12:00 場 有明スポーツセンター 入 小学生と保護者30組(区内在住・在学の方を優先し、抽選) 費 1組1,000円 内 一輪車初心者のための講習会 締 11/25(金) 必着 申 健康スポーツ公社予約サイトまたは往復はがきに①イベント名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢⑥区内在学の

方は学校名⑦身長⑧保護者氏名⑨一輪車持参の有無を記入し、〒135-0063有明2-3-5有明スポーツセンターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎3528-0191、FAX3528-0192



健康スポーツ公社
予約サイト

江東区民駅伝競走大会

時 令和5年1/15(日) 9:00開会※小雨・小雪決行(荒天の場合2/5(日)に順延) 場 夢の島競技場(夢の島1-1-2)※車での来場はご遠慮ください 費 一般・壮年:1チーム3,000円、中学生:1チーム1,000円※各チーム必ず傷害保険に加入してください 締 11/29(火) 申 各スポーツセンター、夢の島競技場、スポーツ振興課(区役所4階34番窓口)、健康スポーツ公社ホームページにある申込書に記入し、参加費を添えて各窓口で 問 深川北スポーツセンター ☎3820-8730、FAX3820-8731 内 問 https://www.ko-to-hsc.or.jp

部別	区内在住・在勤・在学	江東区陸上競技協会登録	男女混合
一般の部 5人×約5km (高校生以上)	○	○	○
壮年の部 5人×約5km (50歳以上)	○	○	○
中学の部 5人×約3km (中学生男子)	学校単位	-	○
女子の部 5人×約2km	中学生 高校生以上	学校単位 ○	- 女子のみ 女子のみ

のびのびノルディック ウォーキング教室

時 12/6(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※ストックを持つため、両手が空くリュックサックなどをご持参ください 締 11/22(火) 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性別⑥年齢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

地域福祉サポーター養成講座

社会福祉協議会についてご理解いただき、地域課題について、社協職員とともに考えていくボランティアを養成する講座です 時 12/5(月) 13:30～15:30 場 高齢者総合福祉センター3階研修室(東陽6-2-17) 入 15人(申込順) 費 無料 内 地域福祉講義、先輩サポーターの活動紹介 申 11/16(水)から電話またはファクスに①講座名②氏名③住所④電話番号を記入し、社会福祉協議会地域福祉推進課へ ☎3640-1200、FAX5683-1570

深川東京モダン館 圓橋の会、噺+話

1. 圓橋の会

時 11/27(日) 15:00～(開場14:30) 入 50人(申込順) 費 予約2,500円、当日2,800円 内 廓噺「文違ひ」、圓橋作「旗本の娘・おきよ」【出演】三遊亭圓橋、萬丸

2. 噺+話

時 11/29(火) 14:00～(開場13:30) 入 20人(申込順) 費 1,500円 内 おきがる講座と落語会モダン亭のコ

ラボ「二番煎じ」【出演】三遊亭歌扇、龍澤潤

※いづれも 場 深川東京モダン館(門前仲町1-19-15) 申 11/15(火) 10:00から電話で深川東京モダン館 ☎5639-1776、FAX5620-1632 内 問 https://www.fukagawatokyo.com/info@fukagawatokyo.com

青空マルチスポーツ教室

スポーツの秋、楽しく思いっきり身体を動かすスポーツ教室を開催します。かけっこ教室では正しい姿勢を伝授します。マルチスポーツ教室では、チームで点を取り合うスポーツ鬼ごっこ、短縄を体験できます 時 11/19(土)【親子かけっこ教室】年中・年長9:15～10:00、小学生10:15～11:00【親子体操教室】2～4歳11:15～12:00【マルチスポーツ教室】年中・年長13:10～14:00、小学生14:10～15:00※縄跳び持参 場 豊洲公園(豊洲2-3-6) 入 各回20人(申込順) 費 各回1,000円 師 寺尾大地((株)コーディスポーツ) 締 11/17(木) 17:00 申 11/15(火) 9:00から電話またはメールに①イベント名と参加希望時間②氏名③連絡先を記入し、豊洲ぐるりパークセンターへ ☎3520-8819、FAX3520-8829 内 問 https://toyosugururi.jp event@toyosugururi.jp

秋のランニング教室

最近運動を始めた方やもう一度ランニングの基礎を学びたい方、ランニング仲間を作りたい方など、どなたでも大歓迎です 時 11/20(日) 10:00～12:00(受付9:30から)※雨天の場合11/27(日)に順延 場 豊洲公園(豊洲2-3-6) 入 15人(申込順) 費 1,500円 師 上遠野さくら(アシックスランニングコーチ) 申 11/15(火) 9:00から電話で豊洲ぐるりパークセンター ☎3520-8819、FAX3520-8829



保健

30代のための健診 (生活習慣病予防健診12月分)

時 場 下表のとおり 入 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 11/21(月) 必着 申 東京共同電子申請・届出サービス(パソコンのみ)またははがきに①健診名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢⑥生年月日⑦性別を記入し、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) 問 各保健相談所管理係 内 問 https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/

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	12/6(火) 9:00～	12/23(金) 13:30～
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	12/6(火) 13:10～	12/20(火) 13:20～
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川1-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	12/2(金) 12:45～	12/16(金) 13:30～
城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006	12/2(金) 9:00～	12/16(金) 13:00～

第40回江東シーサイドマラソン大会は企業等の皆さんの協賛をいただいております

(株)京葉興業、多田建設(株)、NTT東日本、有明興業(株)、新日本工業(株)、江東区しんきん協議会、NECソリューションイノベータ(株)、東京木材問屋(協組)、東京木製材(協組)、東京原木(協組)、東京銘木(協組)、メディアク生命保険(株)、(株)新和電工、(株)フクシ・エンタープライズ、シーパロジスティクスジャパン(株)、佐川急便(株)、(株)東京舞台照明、明治安田生命保険(相)江東支社、(一社)東京環境保全協会、アマドック(株)、天龍造園建設(株)東京支店、八洲興業(株)

江東シーサイドマラソン大会 11/27(日) 大会当日に交通規制を実施

11/27(日)、第40回江東シーサイドマラソン大会が開催されます(雨天決行)。夢の島競技場をスタートし、明治通り、永代通り、三ツ目通りから若洲へと市街地から南部臨海地域を周回するコースです。約3,200人が参加し、一部道路の車線規制を行うとともに沿道も相当な混雑が予想されます。

競技中、都バスの錦13系統および陽12系統はう回運行し、一部バス停の休止があります。木11系統は一部停留所が移動します。また、江東区コミュニティバスしおかぜは、午前便において、到着・発車が遅れる可能性があります。沿道住民の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

大会当日の午前、夢の島区民農園駐車場を利用中止

大会開催に伴い、駐車場への入庫および出庫ができなくなるため、午前中の駐車場利用を中止します※区民農園の利用はできますが近隣に駐車場はありません。公共交通機関でお越しください。

☎ 江東シーサイドマラソン大会実行委員会事務局(スポーツ振興課内)
☎ 3647-4894、FAX3647-8506



おいしいメニューコンクール 受賞作品パネル展示・レシピ集配布

今回は「一皿で栄養バランスばっちり!忙しい朝でもしっかり食べる朝食メニュー」をテーマに、書類審査(一次審査)・調理と試食審査(二次審査)により、ファミリー部門(小学生と保護者)と中学生部門の応募数6,057点からグランプリ作品を含む23作品が選ばれました。その作品を、パネル展示するとともに、レシピ集を配布します。ぜひお越しください。

※レシピ集は無くなりしだい終了となります。

時 11/22(火)~30(水)
場 区役所2階区民ホール

グランプリを受賞した
金森菜由さん(有明中3年)が考えた
レシピ「ブロックのり巻き」



レシピ集表紙▲

「のらくろのいる風景 in 江東区」 受賞作品決定

応募作品展開催・受賞作品カレンダーを配布

「のらくろのいる風景 in 江東区」の作品募集を行い、全国各地から総数63点の応募がありました。厳正なる審査の結果、受賞作品が決定しました。受賞者等詳細はホームページをご覧ください。

【審査員】山根青鬼(漫画家・のらくろトリオ)、菅野たみお(画家、サロン・ド・パリ会員)、沖山潤(風景漫画家)、谷口昭生(江東区文化コミュニティ財団理事長)



区長特別賞
「夏空の散歩道」
南絢帆さん



最優秀賞「潮海に吹か
れてディキシー」
野口智子さん



最優秀賞「のらくろの
ブラリ夢の島散歩」
田村佑都さん

【応募作品展】応募いただいた全作品を展示します。個性あふれる力作の数々をお楽しみください 時 12/1(木)~18(日)9:00~21:00 場 森下文化センター(森下3-12-17) 費 無料 申 当日直接会場へ

【受賞作品カレンダーの配布】受賞作品12点を季節に合わせて掲載した2023年卓上カレンダーを制作しました。各文化センター、各歴史資料館、ティアラこうとうで配布します 時 12/1(木)~※各館先着100部(1人1部まで) 場 森下文化センター☎5600-8666、FAX5600-8677

食育講演会(オンライン) 「時間栄養学から見る朝食の大切さ」

「時間栄養学」という言葉を知っていますか。食材や食べる量だけでなく、「いつ食べるか」と食べる時間を考えることが時間栄養学です。育ち盛りのお子さんにとって朝食を摂ることの大切さを、時間栄養学の観点からお話しいたします。区公式YouTubeチャンネルまたは区ホームページで視聴できます。

時 11/21(月)~令和5年1/13(金)17:00 費 無料 内 振り返ろう!生活リズム・生活習慣~規則正しい生活リズムは朝食から~(パート1・2) 師 古谷彰子(管理栄養士、ChronoManage代表)

※いずれも
場 保健所健康推進課栄養指導担当
☎ 3647-6713、FAX3615-7171



▲パート1



▲パート2

みんなでスポーツフェスタ 12/11(日) さまざまなパラスポーツに挑戦しよう!

東京2020大会レガシー継承事業として、みんなでスポーツフェスタを開催します。車いすテニスやブラインドサッカーなど、さまざまなパラ競技の体験会やパラアスリートのトークショーなど盛りだくさんのイベントです。今年度はeスポーツも体験できます。詳細は健康スポーツ公社ホームページをご覧ください 時 12/11(日)10:00~15:30(最終受付15:00) 場 スポーツ会館(北砂1-2-9) 入 どなたでも 費 無料 申 当日直接会場へ※事前申込が必要な種目があります 問 スポーツ会館☎3649-1701、FAX3649-3123 HP https://www.koto-hsc.or.jp/

申込不要 11:45~13:00(11:30開場)

トークショー&デモンストレーション

トークショーでは競技や体験談などのお話、デモンストレーションでは迫力のあるプレーを間近で観ることができます。



▲小椋久美子さん
(バドミントン)



▲大瀧真さん
(パラバドミントン)



▲酸原滋男さん
(ブラインドサッカー)

事前申込(抽選) 10:00~11:15

レクリエーション ボッチャ教室

入 48人(抽選)

小椋久美子さんによる バドミントン教室

入 バドミントン未経験者および初心者の小学1~3年生30人、小学4~6年生30人(抽選)

※いずれも 締 11/30(水) 申 健康スポーツ公社ホームページまたはスポーツ会館窓口(普通はがき1枚持参)で

こうとう区報は発行日から3日かけて
郵便ポストへお届けしています

ご家庭・事業所等で配布が必要ない場合や、配布部数の変更
を希望される場合は、全戸配布コールセンター(平日および
配布日の9:00~19:00)☎6868-4059へ

読み終わった区報は
古紙回収へ