

こども家庭支援士養成講座 保育ボランティアとして 子育て支援に参加を

10/3(火)~5(木)

こどもの笑顔があふれるまちづくりを目指し、子育てパートナーとして応援したいとお考えの方、ぜひ受講してみませんか。講座を修了した方は、区内8か所の子ども家庭支援センター(みずべ)で行う「リフレッシュひととき保育」の保育ボランティアとして活動できます。

時 10月3日(火)~5日(木) 午後2時~4時(全3回)
場 こどもプラザ4階会議室(住吉1-9-8)
人 区内在住の方20人程度(抽選)
費 無料

講師 区養育支援課長、区子ども家庭支援センター長、瀬川未佳(臨床心理士)ほか
申込 9月20日(水) 9月12日(火)から電話で東陽子ども家庭支援センター(3699)4871(午前10時~午後5時) FAX(5665)4780



敬老の日は区内銭湯へ 高齢者と小学生以下は入浴無料

9/18(月・祝)

9月18日(月・祝)の敬老の日は、65歳以上の方と小学生以下の方は区内の銭湯を無料で利用できます。銭湯の良さを感得してきてください。対象の方は、各浴場でその旨を告げてご利用ください。

消費センター

56830321
56830318

浴場名	所在地
白山湯	枝川1-6-15
金春湯	東陽1-6-9
ニュー松の湯	東陽3-12-11
辰巳湯 ※改修工事のため、当日は男湯のみの営業です	三好1-2-3
常盤湯	常盤2-3-8
竹の湯	森下4-9-18
亀の湯	猿江1-18-9
隆乃湯	亀戸5-9-7
富山湯	亀戸6-49-14
第二久の湯	大島1-36-6
らん湯	大島2-37-7
春の湯	大島7-25-14
竹の湯	北砂3-25-8
亀の湯	北砂4-20-25
文化湯	北砂6-14-8
喜楽湯	南砂4-15-19
藤の湯	東砂3-18-17
旭湯	東砂7-15-1
不二の湯	東砂8-20-16

いま話題! 男性育休のリアルとは? 〜知ろう、話そう、パパの子育て〜

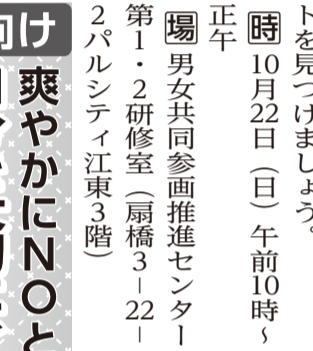
10/22(日)

「男性育休」について、育休をとるメリットや取得までの道のり、育休中の家庭内の過ごし方など、ワークを通して学ぶ講座です。また、「育休を取得して気付いたこと」や「妻が夫にして欲しいこと」など経験談や失敗談を交えながら男性育休のリアルをお伝えします。夫だからできる、家事や育児、夫婦のコミュニケーションなどのヒントを見つけましょう。

時 10月22日(日) 午前10時~正午
場 男女共同参画推進センター第1・2研修室(扇橋3-22-2) パルシテイ江東3階

講師 三木智有(NPO法人代表理事・家事シニア研究家)
申込 9月15日(金) 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・窓口で

費 無料
対象 幼児(1歳6か月~就学前) 10人程度(申込時要予約) ※1歳6か月未満のこどもは同伴で受講できます。



爽やかにNOと言おう! 自分を大切に、 相手も尊重する自己表現講座

10/21(土)・28(土)

パートナーの怒りや心ない言葉に対して、感情的になったり、自分の気持ちを表現できずにモヤモヤしたことはありませんか。この講座では、日常生活の中で、相手を尊重しながら自分の気持ちを素直に伝えるコミュニケーションの方法を学びます。お互いが心地よい関係を築く力を身につけましょう。

時 10月21日(土)・28日(土) 午後2時~4時(全2回)
場 男女共同参画推進センター第1・2研修室(扇橋3-22-2) パルシテイ江東3階

講師 宗像美由(一社) Turn to Smile (たんとすまいる) 代表理事
申込 9月15日(金) 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・窓口で

費 無料
対象 幼児(1歳6か月~就学前) 10人程度(申込時要予約)

56830341
56830340

講座・催しものつづき
アーチェリー初心者教室
室内練習場での初心者限定少人数教室です。最終日には修了記録会を行います 時 10/4・11・18・25(水曜全4回) 19:00~21:00 場 BumB東京スポーツ文化館マルチスタジオB(夢の島2-1-3) 人 8人(申込順) 費 4,000円※弓・矢のレンタル・教本付き 申 9/18(月・祝) 12:00からBumB東京スポーツ文化館に電話・窓口で ☎3521-7321、FAX3521-3506

3. 流れ星
時 10/7(土) 10:00~12:00 場 (特養)あそか園1階(住吉1-9-5) 人 20人程度(申込順) ※空きがあれば当日参加も可 費 無料 申 9/15(金)から電話で住吉長寿サポートセンター ☎3635-0646、FAX3632-3617

江東区障害者児・難病患者問題を考える区民のつどい
時 9/30(土) 10:00~12:00 場 江東区文化センター3階レクホール(東陽4-11-3) 人 150人 費 無料 内 講演「ひとりぼっちで悩む親を少なくする為に〜地域のつながりを大切に〜」 申 中川多美子(子育て支援おやこ副理事長) 申 当日直接会場へ 内 江東区障害者児・難病患者問題を考える区民のつどい実行委員会(のびのび本部内) 青柳 ☎5632-4048

江東区医師会区民公開講座
時 9/30(土) 15:00~16:00(開場14:30) 場 江東区医師会館4階講堂(東陽5-31-18) 人 80人(申込順) ※小学生以下の方入場不可 費 無料 内 不妊治療の現状-保険診療が始まって- 申 近藤哲郎(昭和大学江東豊洲病院産婦人科准教授) 申 9/19(火)から電話で江東区医師会 ☎3649-1411 申 <https://koto-med.or.jp/>

w.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/

健診場所	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	10/10(火) 9:00~	10/20(金) 13:30~
深川保健相談所 〒135-0021白河3-4-3-301 ☎3641-1181 FAX3641-5557	10/4(水) 13:00~	10/17(火) 13:20~
深川南部保健相談所 〒135-0051枝川11-8-15-102 ☎5632-2291 FAX5632-2295	10/6(金) 12:45~	10/20(金) 13:30~
城東南部保健相談所 〒136-0076南砂4-3-10 ☎5606-5001 FAX5606-5006	10/6(金) 9:00~	10/20(金) 13:00~

その他

認知症カフェ
認知症カフェは、認知症の人や家族、認知症に関心のある方の交流の場です。専門の相談員が認知症についての相談もお受けします。

- 1. 長屋カフェ**
時 9/24(日) 14:00~16:00 場 江東区文化センター3階第2研修室(東陽4-11-3) 人 20人程度(申込順) 費 200円(飲食代) 内 ミニ講話など 申 9/15(金)から電話でNPO法人深川長屋 ☎090-4954-9744
- 2. 銀色茶房**
時 9/30(土) 14:00~16:00 場 新砂3丁目アパート集会場(新砂3-3-17)

脂肪を指摘された方で、「症状もないし大丈夫」とそのまま放置している方はいませんか。脂質異常症の正しい知識や治療、日常生活に取り入れやすい食事についてお話しします 時 10/27(金) 13:30~16:00 場 城東南部保健相談所4階会議室(南砂4-3-10) 人 区内在住の方30人(申込順) 費 無料 申 金井美紀(順天堂東京江東高齢者医療センター医師)、管理栄養士 申 9/15(金)9:00から申込フォーム・電話、またはファクスに①講演会名②氏名③住所④電話番号を記入し、城東南部保健相談所へ ☎5606-5001、FAX5606-5006



申込フォーム (Googleフォーム)

30代のための健診(生活習慣病予防健診10月分)
時 場 別表のとおり 人 健診日現在30~39歳の区内在住の方各会場25人(抽選) ※最近1年以内に受診した方はご遠慮ください 費 無料 内 血液・尿検査・腹囲測定等 申 9/20(水)必着 申 東京共同電子申請・届出サービス(パソコンのみ)・窓口、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(重複申込不可) 内 各保健相談所管理係 申 <https://www>

保健

歯科衛生士対象講習会

「小児期の矯正治療の基礎知識」
近年は矯正治療の方法もさまざま、歯科衛生士が相談を受ける機会も多くなっています。この機会に矯正についての基礎知識を学びましょう 時 10/19(木) 13:30~15:00 場 江東区文化センター5階第8会議室(東陽4-11-3) 人 区内在住・在勤の歯科衛生士15人(申込順) 申 宮田太郎(みやた小児歯科・矯正歯科院長) 申 9/19(火)9:00から保健所健康推進課歯科衛生担当(東陽2-1-1)に電話・窓口で ☎3647-5889、FAX3615-7171
コレステロールが気になる? 「脂質異常症について」
血液検査でコレステロールや中性

LGBT等電話相談 ☎3647-1171

性自認および性的指向に関する悩みや不安などご相談ください。LGBT等当事者だけでなく、家族や職場、支援者の方も予約不要でご相談できます。相談日：毎月第3木曜17:00~20:00