

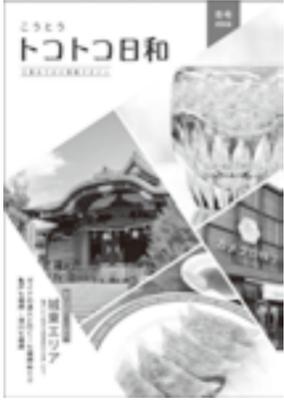


こうとうトコトコ日和

冬号 城東エリア特集

配布中

「魅力深掘り、江東区。」と題して、今号では城東エリアを大特集。亀戸を中心に大島、砂町のおススメお立ち寄りスポットをご紹介します。また、「達人と行く！七福神めぐり」では、初詣でにぎわう亀戸・深川両七福神の注目ポイントを文化観光ガイドが解説します。「こうとうトコトコ日和」を手を、ぜひおでかけください。



【配布場所】江東区観光協会(東陽4-5-18産業会館内)、こうとう情報ステーション(区役所2階)、文化観光課(区役所4階33番)、豊洲特別出張所、各出張所、各文化センター、区内観光施設等

江東区観光協会

☎6458-7400、FAX6458-7420

65歳以上の方へ

江東マスターズフィットネス

利用者募集中

スポーツクラブを利用して介護予防

区では、介護予防に取り組みきつかけづくりとして、区内7か所のスポーツクラブ(以下「クラブ」)の中から希望施設を選んで、マシン等の設備利用の体験ができる「江東マスターズフィットネス」を実施しています。

○現在クラブの会員ではない
○費用2,000円(初回利用日から1か月間・全4回)

○区ホームページから、または区ホームページ・長寿サポートセンターにある申請書兼同意書に必要事項を記入し、〒135-8383区役所地域ケア推進課地域ケア係(区役所3階7番)に郵送・窓口で

○医師から運動を制限されていない
○クラブの利用規約を遵守できる

○要支援・要介護認定を受けていない

○区ホームページから、または区ホームページ・長寿サポートセンターにある申請書兼同意書に必要事項を記入し、〒135-8383区役所地域ケア推進課地域ケア係(区役所3階7番)に郵送・窓口で

○要支援・要介護認定を受けていない

○医師から運動を制限されていない

○クラブの利用規約を遵守できる

○現在クラブの会員ではない

○費用2,000円(初回利用日から1か月間・全4回)

○区ホームページから、または区ホームページ・長寿サポートセンターにある申請書兼同意書に必要事項を記入し、〒135-8383区役所地域ケア推進課地域ケア係(区役所3階7番)に郵送・窓口で

○要支援・要介護認定を受けていない

○医師から運動を制限されていない

○クラブの利用規約を遵守できる

○現在クラブの会員ではない

○費用2,000円(初回利用日から1か月間・全4回)

○区ホームページから、または区ホームページ・長寿サポートセンターにある申請書兼同意書に必要事項を記入し、〒135-8383区役所地域ケア推進課地域ケア係(区役所3階7番)に郵送・窓口で

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

女性しごと 応援キャラバン in 南砂

在宅ワーク入門セミナー

1/22(月)

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

【日時】1月22日(月)①セミナー…午前10時～正午②個別相談会…午後0時20分～1時25分(1人あたり30分)

【会場】Lstay&grow南砂町2階RIDGE1(南砂7-10-14)

【参加費】就職を希望している女性①50人②12人(申込順)③無料

【お問い合わせ】女性しごとキャラバンホームページ

給与支払報告書の提出は eLTAX(エルタックス)で

締め切りは1月31日(水)

令和6年1月1日現在に給与の支払い者であり、給与所得に応じた源泉徴収をする義務のある事業者等は、令和6年1月31日(水)までに給与支払報告書を提出する必要があります。

給与支払報告書は書面による提出のほかインターネットによる電子申告(eLTAX)や

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

「はたらく」をサポートするために都内各所を巡って開催するイベントです。働きたい女性の方へ、在宅勤務と在宅ワークの違い、特徴や求人情報の見つけ方、心構えについてお伝えします。セミナー後、希望者には専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談を実施します。

場所	日時
ドゥ・スポーツプラザ豊洲24 (豊洲2-1-14アーバンドックららぽーと豊洲2 2階) ☎6303-6700	[月～金曜] 10:00～23:00 [土曜] 10:00～22:30 [日曜、祝日] 10:00～21:00
ジェクサー・フィットネス&スパ24 亀戸(亀戸5-1-1アトレ亀戸店6階) ☎0570-00-3535 ※1	[月～木曜] 10:00～21:00 [土曜] 10:00～19:00 [日曜、祝日] 10:00～19:00
スポーツクラブ&スパ ルネサンス 亀戸24(亀戸2-1-1 2階) ☎5836-1301 ※2	[月～木曜] 10:00～23:00 [土曜] 10:00～21:00 [日曜、祝日] 10:00～20:00
コナミスポーツクラブ東大島 (大島7-38-30ダイエー東大島店4階) ☎3636-8701 ※2	[月・火・木・金曜] 10:00～21:00 [土曜] 10:00～18:00 [日曜、祝日] 10:00～18:00
スポーツクラブ ルネサンス北砂 (北砂2-16-1) ☎5635-9880 ※2	[月・火・水・金曜] 10:00～23:00 [土曜] 10:00～21:00 [日曜、祝日] 10:00～20:00
スポーツクラブ オッソ南砂店(南砂6-7-15トピレックプラザ西館2階) ☎5634-5505	[月～木曜] 10:00～23:00 [土曜] 10:00～21:00 [日曜、祝日] 10:00～20:00
BumB東京スポーツ文化館 (夢の島2-1-3) ☎3521-7321 ※3	9:00～22:00

※1 費用の支払い方法はクレジットカード、電子マネーのみ
※2 費用の支払い方法はクレジットカード、電子マネー、コード決済のみ
※3 費用の支払い方法は現金のみ

オンライン食品表示講習会

「健康づくり」に役立つ情報が満載!

食品の栄養成分表示

食品や飲料品に書かれた「栄養成分表示」のルールと読み取り方のポイントを学んで生活習慣病予防や健康づくりに役立てましょう。知っておくと役立つ食品表示の豆知識を専門家から紹介します。ぜひ、食品選びの参考にしてください。

【日時】12月1日(金)～1月12日(金) 午後5時

【会場】オンライン(YouTube 区公式チャンネル) 費用無料

【講師】千葉一敏(アドバイザリー)

【参加費】無料

【お問い合わせ】健康推進課栄養指導担当 ☎(3647)6713 FAX(3615)7171

【申し込み】区公式ホームページ

住宅の改善をお考えの方 リフォーム業者を紹介

区内建設業者で構成する「江東区住宅リフォーム協議会」を通じて、施工業者を紹介しています。軽微な修繕から増改築・マンションの専有部分のリフォーム工事など、区内工務店・大工等が誠意をもって施工します。

【工事内容】
○修繕(屋根・塗装・建具・土台等)
○改築(トイレ・吹きつけ・外装・クロスやフローリングの張替え等)
○増改築(和室、洋室、キッチン等)
○付帯設備(門扉、堀、雨どい、物置、駐車場)
○その他

【お問い合わせ】住宅課住宅指導係 ☎(3647)9473 FAX(3647)9268

2024年 青少年健全育成卓上カレンダー

12月13日(水)配布開始

児童・生徒の入選作品を掲載

今回のテーマは「みんなで一緒にやりたいこと」です。区立小・中・義務教育学校合わせて1,039点の応募をいただきました。児童・生徒の思いがあらわれる作品が掲載されています。また、12月11日(月)～22日(金)には、区役所2階区民ホールで作品のパネルを展示します。

【配布開始】12月13日(水) 午前9時～※1人1冊まで

【配布場所】青少年課青少年係(区役所) ☎(3647)9813 FAX(3647)8474

【お問い合わせ】青少年課青少年係 ☎(3647)9813 FAX(3647)8474

【お問い合わせ】青少年課青少年係 ☎(3647)9813 FAX(3647)8474

【お問い合わせ】青少年課青少年係 ☎(3647)9813 FAX(3647)8474



ことこみゅネットは、区内で活動する団体のイベント情報や活動情報が集まるポータルサイトです。地域貢献活動やイベントへの参加につながる身近な情報収集の場として、また登録団体から区民の皆さんへの情報発信の場としてご活用ください。
HP https://kotocommu.net/ 江東区ボランティア・地域貢献活動センター ☎3645-4087、FAX3699-6266

