

令和5年(2023年)4月1日

講座・催しものつづき

ワークショップ

「まちづくり話し合いひろば」

近所の困っている人を笑顔にする助け合いや、お住まいの地域の強みや福祉課題について話し合います
【時 場】 下表のとおり 【費】 無料 【申 込】 4/6(木)9:00から電話またはファクス・メールに①イベント名②希望会場名③氏名④住所⑤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 [e] ishin@koto-shakyo.or.jp

日時・場所	対象
時 4/19(水)、6/21(水)、8/23(水) 13:30~15:30 場 砂町文化センター2階第3・4会議室(北砂5-1-7)	城東南部 在住の方 50人
時 4/26(水)、6/28(水)、8/30(水) 13:30~15:30 場 豊洲文化センターサブ・レクホール(豊洲2-2-18豊洲シビックセンター7階)	深川南部 ・臨海部 在住の方 100人
時 5/17(水)、7/19(水)、9/20(水) 13:30~15:30 場 総合市民センター7階第5会議室(大島4-5-1)	城東北部 在住の方 50人
時 5/24(水)、7/26(水)、9/27(水) 13:30~15:30 場 千石地区集会所(千石1-13-13)	深川北部 在住の方 50人

社協カフェ「みんなの居場所」

地域の誰もが参加できる仲間作りの場です【時 場】 下表のとおり 【入 場】 どなたでも 【費】 無料 【内 容】 福祉総合相談(10:00~12:00)、ポッチャ体験(10:30~11:30)【申 込】 当日直接会場へ【問】 社会福祉協議会地域福祉推進課 ☎3640-1200、FAX5683-1570

日程	場所	地区
4/19(水) 10:00~12:00	砂町文化センター2階第3・4会議室(北砂5-1-7)	城東南部
4/26(水) 10:00~12:00	豊洲文化センターサブ・レクホール(豊洲2-2-18豊洲シビックセンター7階)	深川南部

少年少女陸上競技教室

【時 場】 4/29、5/6 9:00~12:00、6/3 13:00~16:00(土曜全3回)【場】 夢の島競技場(夢の島1-1-2)【入 場】 区内在住の小・中学生200人(抽選)【費】 無料【主管】 江東区陸上競技協会【締 切】 4/15(土)【申 込】 4/1(土)9:00から健康スポーツ公社予約サイトで【問】 健康スポーツ公社 ☎3647-5402、FAX3647-5048 [HP] https://www.koto-hsc.or.jp/junior_sports/index.html

スポーツ会館 マインドフルネス・モーニングヨガ・筋膜リリース

【時 場】 5/5(金・祝) [マインドフルネス] 7:30~8:30 [モーニングヨガ] 9:30~10:30 [筋膜リリース] 11:00~12:00【場】 スポーツ会館 【入 場】 中学生を除く15歳以上の方各30人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選)【費】 各500円【締 切】 4/16(日)必着【申 込】 窓口(はがき1枚持参※1枚につき1教室1人)・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 ☎3649-1701、FAX3649-3123 [HP] <https://www.koto-hsc.or.jp/>

赤十字水上安全法救助員Ⅰ養成講習

プール指導等の安全管理に役立つ講座です。資格取得には検定に合格することが必須条件となります【時 場】 4/26(水)~28(金)、5/1(月)・2(火)(全5回)9:30~17:00【場】 深川北スポーツセンター(平野3-2-20)【入 場】 都内在住・在勤・在学で満15歳以上の受講資格を満たした健康な方30人程度(区内在住・在勤・在学者を優先し、抽選)※講習会初日の救急法基礎講習を受講し、認定を受ける必要があります※受講資格の詳細は健康スポ

ーツ公社ホームページをご覧ください【費】 2,200円(テキスト代・保険代)【締 切】 4/14(金)【申 込】 健康スポーツ公社ホームページで【問】 深川北スポーツセンター ☎3820-8730、FAX3820-8731 [HP] <https://www.koto-hsc.or.jp/>

かけっこ教室

運動会に向けて正しい走り方や身体の使い方を学び、走る能力を高める教室です【時 場】 4/30(日)①9:30~10:30②10:40~11:40【場】 亀戸スポーツセンター2階大体育室【入 場】 ①小学1~3年生②小学4~6年生各30人(区内在住・在学の方を優先し、抽選)※最少催行人数計28人【費】 1,000円【締 切】 4/15(土)必着【申 込】 窓口(はがき1枚持参)・健康スポーツ公社ホームページまたは往復はがきに教室名・氏名(ふりがな)・住所・電話番号・生年月日・区内在学の方は学校名を記入し、〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターへ ☎5609-9571、FAX5609-9574 [HP] <https://www.koto-hsc.or.jp/>

硬式テニス・ソフトテニス教室

1. 硬式テニス教室
【時 場】 5/10~7/5の水曜(全9回)、5/11~7/6の木曜(全9回)【場】 新砂運動場(新砂3-9-1)※無料巡回バスあり【師】 日本テニス協会公認コーチ
2. ソフトテニス教室
【時 場】 5/11~7/6の木曜(全9回)【場】 荒川・砂町庭球場(東砂3-28-13)【師】 日本ソフトテニス連盟公認コーチ
※いずれも【入 場】 下表のとおり(抽選)【費】 各13,500円【締 切】 4/14(金)必着【申 込】 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枚につき1教室1人)に①教室名(硬式は希望の曜日を明記)②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢・学年⑥テニス歴⑦無料レンタルラケットの要不要を記入し、〒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>

硬式テニス(水・木曜)

クラス	時間	定員	対象
レディース	9:15~10:45	各20人	16歳以上の女性
初心者	11:00~12:30		16歳以上のテニス初心者
レベルアップ1	12:45~14:15		16歳以上のテニス経験者
レベルアップ2	14:30~16:00	各12人	小学生低学年とテニス初心者
小学生1 ※水曜のみ	16:00~17:00		小学生高学年とテニス経験者
小学生2	17:00~18:00		

ソフトテニス

クラス	時間	定員	対象
初心者・初級者	9:15~10:45	各12人	16歳以上のテニス初心者・初級者
経験者	11:00~12:30		16歳以上のテニス経験者
ゲーム	13:30~15:00	各12人	16歳以上のテニス中級者
小学生初心者	16:00~17:00		小学生のテニス初心者
小学生経験者	17:00~18:00		小学生のテニス経験者

保健

難病医療相談室

【時 場】 4/21(金)13:30~14:30【場】 江東区医師会館(東陽5-31-18)【入 場】 指定難病で治療中の方、指定難病の疑いと言われた方とその家族(申込順)【費】 無料【内 容】 専門医を中心とした医療相談【締 切】 4/14(金)※定員になりし

だい終了【申 込】 江東区医師会事務局に電話またはファクスで ☎3649-1411、FAX3649-1631

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

親子でピラティスと離乳食講座

実際に赤ちゃんと一緒に身体を動かす、ママに後期の離乳食を試食していただきます【時 場】 4/28(金)13:30~15:00【場】 城東南部保健相談所(南砂4-3-10)【入 場】 9か月~1歳未満(歩き始める前)の赤ちゃんと保護者15組(申込順)【費】 無料【内 容】 運動と離乳食【師】 山田秀一(運動遊びコンサルタント)、城東南部保健相談所管理栄養士【申 込】 4/5(水)9:00から電話で城東南部保健相談所 ☎5606-5001、FAX5606-5006

休館・休止

ご不便をおかけします

スポーツ会館

4/16(日)9:30~11:45、プールの個人利用を中止。教室開催のため【問】 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123

亀戸スポーツセンター

4/17(月)午前、小体育室(卓球)の個人利用中止。事業開催のため【問】 亀戸スポーツセンター ☎5609-9571、FAX5609-9574

深川スポーツセンター

4/23(日)午前(ソフトテニス)、午後・夜間(バドミントン)の大体育室の個人利用を中止。大会開催のため【問】 深川スポーツセンター ☎3820-5881、FAX3820-5884

官公署

東京都シルバーパスを発行

都営交通、都内民営バス等を利用できる「東京都シルバーパス」を発行します【有効期間】 発行日から9/30(土)まで【入 場】 都内に住民登録している満70歳以上の方(寝たきりの方は除く)【費】 1,000円または10,255円(4/1以降に発行する場合)※所得の状況によります。必要書類等、詳細はお問い合わせください【申 込】 満70歳になる月の初日から、必要書類を持参し、最寄りの発行窓口へ【問】 東京バス協会(シルバーパス専用電話) ☎5308-6950(9:00~17:00※土・日曜、祝日を除く)

里親説明会&相談会「里親という家庭のカタチ」4・5月分

里親制度は、さまざまな理由により親と離れて暮らす子どもを自分の家庭に迎え入れ、温かい愛情と正しい理解をもって養育する制度です。まずは制度について知ってみませんか【時 場】 別表のとおり【入 場】 江東区・墨田区在住の方各回2組(申込順)【費】 無料【内 容】 里親制度についての説明【締 切】 希望日の3日前まで【申 込】 4/5(水)から電話またはメールに①催しもの名②希望日時③氏名④電話番号を記入し、江東児童相談所フォスタ

リング機関へ ☎3640-5432 [e] koto-foster@futaba-yuka.or.jp

日時(各回1時間)	場所
4/15(土)9:30~11:00	曳舟文化センター2階第2会議室(墨田区京島1-38-11)
4/24(月)10:00~13:00、15:00~	こどもプラザ4階会議室(住吉1-9-8)
5/12(金)10:00~13:00、15:00~	すみだ産業会館会議室5(墨田区江東橋3-9-10墨田区・丸井共同開発ビル9階)
5/27(土)10:00~13:00、15:00~	産業会館2階第6展示室(東陽4-5-18)

※江東区・墨田区どちらの会場でも申し込みできます。

ハツラツ健康体操

毎日の生活を豊かに、楽しく過ごせるように、健康維持のためのマシントレーニングや体操を体験できます【時 場】 4/14~28の金曜10:00~11:00、15:00~16:00【場】 有明アリーナトレーニングスタジオ(有明1-11-1)【入 場】 中学生を除く15歳以上の方各回5人(申込順)【費】 1回1,100円(施設利用料・参加費)【内 容】 ウォーキングマシン体験、健康体操、ストレッチ、脳トレゲーム【申 込】 4/5(水)から電話で有明アリーナトレーニングスタジオ ☎5579-6481(月曜休館)

海の森水上競技場 ノルディックウォーキング・健康体操教室

【時 場】 4/15(土)①はじめてみようノルディックウォーキング10:30~12:00②グングン歩こうノルディックウォーキング13:30~15:00③健康体操教室12:00~12:30、15:00~15:30【場】 海の森水上競技場(海の森3-6-44)【入 場】 ①②各回10人③各回20人(申込順)【費】 ①②各回500円③無料【内 容】 ①②東京ゲートブリッジの往復3.2kmを歩くコースです③トレーニング小物を使って全身の筋肉をほぐしていきます【申 込】 4/5(水)から海の森水上競技場ホームページで※詳細はホームページをご覧ください【問】 海の森水上競技場 ☎3599-5420、FAX3599-5421

その他

公証人による無料相談会

【時 場】 4/12(水)13:00~16:00【場】 広報広聴課相談室(区役所2階22番)【入 場】 6人(申込順)※予約状況により当日受付可【費】 無料【内 容】 「老後の安心設計」のための、任意後見契約や遺言書の作成、離婚に伴う養育費や財産分与等の給付契約、その他金銭・不動産の貸借等の契約全般【申 込】 4/5(水)9:00から日本橋公証役場(中央区日本橋兜町1-10)に電話または窓口で ☎3666-3089、FAX3666-3573

地域でのこどもの居場所作りを考える、映画上映会&トークショー

こどものより良い育ちのために大人として何ができるか、2つの映画の上映と、川崎夢パークの西野博之さんのお話を通して考えましょう【時 場】 5/4(木・祝) [[ゆめパのじかん] 上映会] 9:30~11:15 [西野さんトークショー] 12:00~14:30 [[夢みる小学校] 上映会] 15:00~16:30【場】 江東区文化センター3階大研修室(東陽4-11-3)【入 場】 各回20人(申込順)※こども同伴・車椅子可【費】 各回大人1,500円※高校生以下無料【申 込】 4/7(金)から木場プレーパークホームページまたはファクスに①イベント名②参加者全員の名前③電話番号を記入し、木場プレーパークぼうけん隊(恩田)へ ☎090-9837-0187、FAX3631-5809 [HP] <https://kibaplaypark.amebaownd.com/>

町会・自治会に加入しましょう!

江東区には現在約280の町会・自治会があり、住民の皆さんにとって、身近で頼れる存在となっています。ぜひ、町会・自治会に加入して地域の活動に参加してみましょう。加入を希望する方は、区ホームページ(右記二次元コード)からお問い合わせください【問】 地域振興課地域振興係 ☎3647-4962、FAX3647-8441

