

令和6年度特別区民税・都民税・森林環境税(普通徴収)第3期納期限は10月31日(木)

納付方法の詳細は、納税通知書に同封のチラシまたは区HPをご覧ください 区納税課収納推進係 ☎03-3647-2063 FAX 03-3647-8646

【納付の相談】災害、病気や負傷、事業に著しい損失を受けたなどの理由により納税が困難な方は、早めにご相談ください 区納税課徴収第一・第二係 ☎03-3647-4153 FAX 03-3647-8646 E noufu-soudan@city.koto.lg.jp

社会保険労務士による年金相談(11月分)

年金相談(予約不要)。個別の受給資格などに関わる相談は、年金事務所や「街角の年金相談センター江東」へ(要予約) ※本人確認のため年金手帳や年金証書などをお持ちください 区民課年金係 ☎03-3647-1131 FAX 03-3647-9415

場所	日程・内容
区役所2階 エレベーター前	11/5(火) 13:00～16:00 (面接相談のみ)
江東年金事務所 (電戸5-16-9) ☎03-3683-1231 FAX 03-3681-6549	【受付時間】 月～金曜 8:30～17:15 11/9(土) 9:30～16:00 ※事前に左記へお問い合わせください
街角の年金相談センター 江東(オフィス) (電戸2-22-17日本 生命電戸ビル5階) ☎03-5628-3681	【予約受付時間】 月～金曜(祝日除く) 8:30～17:15 ※左記で予約してください

区民保養施設 年末年始の利用案内

12月31日(火)～令和7年1月3日(金)泊 ※利用期間内で2泊3日まで 区内内在住の方 11月1日(金)～13日(火)(消印有効)に地域振興課(区役所4階25番)、各出張所、各図書館、各文化センターにある専用はがきで ※詳細は区HPをご覧ください 区地域振興課交流推進係 ☎03-3647-4963 FAX 03-3647-8441

スポーツ

夢の島スケートボードパーク 2nd Anniversary Party “Dreamit”

11月17日(日) 夢の島スケートボードパーク 詳細は江東スポーツ施設運営パートナーズHPをご覧ください 夢の島スケートボードパークの2周年記念イベント。ランプコンテスト(同HPで要申込)、レース、ジャムコンテスト、デモンストラクション演技など 当日直接会場へ 区屋外スポーツ施設事務所 ☎03-3522-0846 FAX 03-3522-0855



わくわくノルディックウォーキング教室

11月26日(火)10:00～13:00 ※雨天中止 豊洲市場周辺 ※集合場所は豊洲公園じゃぶじゃぶ池 区高校生以上の方 10人(抽選) 費500円 ノルディックウォーキングの基礎・実歩 11月19日(火)(必着)までに江東スポーツ施設運営パー

トナーズHPまたは往復はがき(1人1枚)に6面申込記入例の①～④と⑤性別⑥年齢⑦経験の有無⑧現在の運動の有無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 ☎03-3522-0846 FAX 03-3522-0855

秋の「初心者向け卓球教室」

11月4日(月・休)9:30～12:30 区BumB東京スポーツ文化館(夢の島2-1-3) 小学生以上の方 ※小学生は要保護者同伴 12人(申込順) 費1,140円 卓球の基本動作の説明、指導 ※ラケットの無料貸し出しあり 10月25日(金)13:00～30日(水)21:00にBumB東京スポーツ文化館HPで ☎03-3521-7321 FAX 03-3521-3506

秋の「少人数子どもスイミング」キッズ

11月16日(土)・17日(日)・23日(土・祝)・24日(日) ①16:30～17:30 ②17:45～18:45 区BumB東京スポーツ文化館(夢の島2-1-3) ①1年長～小学4年生 ②小学5年生～中学生 各4人(抽選) 費4,200円 ①クロール12.5m完泳を目標 ②クロール12.5m以上からバタフライ習得を目標 ※個人のレベルに応じた指導 10月28日(月)13:00～11月4日(月・休)21:00にBumB東京スポーツ文化館HPで ☎03-3521-7321 FAX 03-3521-3506

スポーツセンターイベント・施設情報

「トレイルランニング体験会」などのイベント情報や、月間利用予定表をHPで掲載しています。詳細は、健康スポーツ公社HPをご覧ください。



文化・観光

幻の球場、「洲崎球場」と野球史

11月9日(土)14:00～16:00(開場13:45) 区教育センター 50人(申込順) かつて江東区にあった木造の球場「洲崎球場」にまつわる野球史についての講演会 10月26日(土)9:00から東陽図書館に電話・窓口で ☎03-3644-6121 FAX 03-3615-6669

ショートショートのお書き方講座

11月17日(日)14:00～15:30 区砂町文化センター 区小学5年生以上の方 20人(申込順) ショートショート小説のお書き方のレクチャー。大人や文章を書いたことのない方も歓迎 区田丸雅智(作家) 10月26日(土)9:00から砂町図書館に電話・窓口で ☎03-3640-4646 FAX 03-3640-4610

企画展「深川福住町四番地」

11月2日(土)～17日(日)10:00～18:00 ※11月5日(火)は休館 区深川東京モダン館 明治9(1876)年に深川福住町に本拠をうつし、銀行業以外の実業や社会活動に力を入れていった渋沢栄一と深川のつながりについての展示 当日直接会場へ 区深川東京モダン館 ☎03-5639-1776 FAX 03-5620-1632

ふれあい動物園

11月24日(日)10:00～15:00 区東京臨海広域防災公園(有明3-8-35) 180人

(先着順) 区ポニー乗馬体験(1回20m)、ウサギ、モルモット、ひよこなど小動物とのふれあい(1回20分/各回15人) 当日直接会場へ 区東京臨海広域防災公園管理センター ☎03-3529-2180 FAX 03-3529-2188



健康・福祉

精神保健講演会 「お酒との上手なつき合い方」

11月29日(金)13:30～16:00 区城東南部保健相談所 区内内在住・在勤の方 30人(申込順) 専門医による、お酒が体に与える影響や、体質や生活に合わせた上手なつき合い方についての講演会 10月25日(金)9:00から区HP申込、窓口、電話またはFAXに6面申込記入例の①～④と⑤年齢を記入し、城東南部保健相談所へ ☎03-5606-5001 FAX 03-5606-5006

呼吸体操教室

11月27日(火)14:00～15:30(受付は13:30から) 区江東区文化センター 区内内在住で気管支ぜん息、肺気腫、慢性気管支炎と診断されている成人の方とその家族、呼吸器疾患、リハビリテーションに興味のある方 50人(抽選) ※落選者のみ、教室の1週間前までに郵便で連絡 区呼吸筋ストレッチ体操の効果・効能と最新の呼吸器疾患治療管理について、専門医が解説 区田中一正(あそか病院院長) 11月11日(月)までに区HP申込、電話またはFAXに6面申込記入例の①～④を記入し、保健所健康推進課公害保健係へ ☎03-3647-9564 FAX 03-3615-7171

がんの夜間相談窓口(11月分)

「がんの疑いがある」「診断を受けた」「治療を始めた」など、患者や家族が不安、疑問に思うことを相談できます 11月1日(金)18:00～20:00 区マギーズ東京(豊洲6-4-18) 区マギーズ東京に電話連絡のうえ当日直接会場へ ☎03-3520-9913 区保健所健康推進課がん対策・地域医療連携係 ☎03-3647-5889 FAX 03-3615-7171

HIV・梅毒抗体検査・相談(11月分)

区城東保健相談所 20人(先着順) ※匿名で実施 当日直接会場へ 区保健所保健予防課感染症対策係 ☎03-3647-5879 FAX 03-3647-7068

日程			受付時間
検査日	11/11(月)	11/25(月)	9:00～10:00
結果日	11/25(月)	12/9(月)	10:00～10:30

順天堂東京江東高齢者医療センター 区民健康講座「健康診断でリウマトイド因子(リウマチ因子・RF)陽性と云われたら」

11月30日(土)13:30～14:30(開場13:00) 区①同医療センター(新砂3-3-20)②オンライン(Zoom) 区①60人(申込順) ②定員なし 区松平蘭(膠原病内科医師) 11月1日(金)10:00から順天堂東京江東高齢者医療センターHPで ※空きがある場合のみ11月8日(金)10:00から電話予約を受付 ☎03-5632-3111

認知症カフェ「塩浜ペンギンカフェ」

認知症の方やその家族、認知症に関心

のある方が、誰でも気軽に交流できる場です 11月9日(土)14:00～16:00 区東京保健医療専門職大学(塩浜2-22-10) 区東京保健医療専門職大学の学生が考案した活動プログラム、相談会、情報交換、専門の相談員による認知症についての相談など 20人(申込順) 費200円(飲み物代) 10月25日(金)から電話またはFAXに6面申込記入例の②④と⑤参加人数を記入し、東京保健医療専門職大学へ ☎03-6272-5671(月～金曜9:00～17:00) FAX 03-6272-5672

江東ウィズ ふれあいまつり

障害のあるこどもたちの健やかな成長を願い「障害児者とともに育つ地域」をめざし、地域の方たちとふれあい、互いに理解を深めるためのイベントです 11月9日(土)10:00～14:00 区川南公園 区こども向けのゲーム、地域の福祉作業所の手作り品・軽食販売、バザーなど 当日直接会場へ 区さくらんぼ子ども教室 ☎03-5683-0871 FAX 03-6659-7772 E sakuranbo56830871@hotmail.co.jp



環境・まちづくり

分譲マンション無料相談会

11月13日(火)13:00～16:00(1件1時間以内) 区区役所 区内分譲マンションの管理組合役員や区分所有者 6組(申込順) 分譲マンションの維持・管理に関するさまざまな問題に対応するための相談会 10月25日(金)～11月8日(金)に住宅課住宅指導係(区役所5階1番)に電話・窓口で ☎03-3647-9473 FAX 03-3647-9268



防災・安全

11月1日(金)荒川の堤防・河川敷での大規模地震を想定した訓練にご協力を

新砂リバーステーション付近で大型車両を使用した訓練などを行います。ご理解とご協力をお願いします ※観覧はできません 11月1日(金)13:00～15:00(予定) 区新砂リバーステーション(新砂3) 区荒川下流河川事務所流域治水課 ☎03-3902-3220

みんなの防災

～誰も取り残されないために～

11月2日(土)10:00～12:00(開場9:30) 区江東区文化センター 区障害児者の家族、当事者、支援者や地域防災に関心のある方 100人(申込順) 区の防災対策や障害者の避難等について、防災課職員による話と質疑応答、グループワーク形式での意見交換など 10月25日(金)から申し込みフォームまたは江東区障害者児・難病患者問題を考える区民のつどい実行委員会に電話で ☎03-5632-4048 E kopikame@sea.plala.or.jp



ぼうさいモーターショー

11月10日(日)10:00～15:00 区東京臨海広域防災公園(有明3-8-35) 区災害対策車両、排水ポンプ車、屈折放水塔車等の展示・搭乗体験、防災機器の展示など 当日直接会場へ 区東京臨海広域防災公園管理センター ☎03-3529-2180 FAX 03-3529-2188