

凡例 時日時 場所 集 人 対象 定員 費用 内容 師 講師 保 一時保育 締 締切日 申 申し込み 問 問合先 HP ホームページ Eメール

お知らせ

都営シルバーピア(高齢者向け)入居者募集(江東区割当)

[抽選方式による募集]65歳以上の単身者向け1戸[申込用紙配布期間]3/1(金)~8(金)※土・日曜を除く[申込用紙配布場所]区ホームページ、住宅課(区役所5階2番)、豊洲特別出張所、各出張所[申込資格]区ホームページをご覧ください[締]3/13(水)必着[申]申込用紙に必要事項を記入し、〒135-8383区役所住宅課住宅管理係へ郵送☎3647-9464、FAX3647-9268

令和6年度分区分区民交通傷害保険申し込みは3/29(金)までに

令和6年度分(保険期間:令和6年4/1(月)0:00~令和7年3/31(月)24:00)の申し込みを受付中です。申込締切後の加入はできません。加入を希望する方は早めに申し込みください[引受保険会社]損害保険ジャパン(株)東京公務開発部営業開発課☎3349-9666 [締]3/29(金) [申]区内金融機関、ゆうちょ銀行、郵便局、地域振興課(区役所4階26番)※地域振興課窓口は混雑します。お近くの区内金融機関等をご利用ください [問]地域振興課地域振興係☎3647-4962、FAX3647-8441

特別区民税・都民税(普通徴収)第4期分の納付はお済みですか

令和5年度の特別区民税・都民税(普通徴収)第4期分の納期限は1/31でした。納付の確認が取れない方に、督促状を2/22(木)に発送します。同封の納付書で払込指定期限の3/4(月)までに納めてください。納付方法は別表のとおりです。詳細は、督促状に同封のチラシまたは区ホームページをご覧ください。また、納期限を過ぎると、納付案内センターが電話と訪問による納付確認を行います[特別区民税・都民税(普通徴収)の納付は口座振替を]令和6年度からの口座振替の申し込みを受け付けています。納期限ごとに指定の口座か

ら振替納付されるため、納め忘れがありません。ぜひご利用ください [問] 納税課収納推進係☎3647-2063、FAX3647-8646 [納付の相談] 災害、病気や負傷、事業に著しい損失を受けた等の理由により納付が難しい場合は早めにご相談ください [問] 納税課徴収第一・第二係☎3647-4153、FAX3647-8646

納付方法	
-ご自身にあった方法をお選びください-	
窓口	金融機関、郵便局 納税課(区役所5階7番) 豊洲特別出張所・各出張所
	コンビニエンスストア(MMK設置店含む)
ATM	金融機関のペイジー対応ATM(コンビニ内のATMは不可) インターネットバンキング モバイルレジ
スマートフォン等	電子マネー(スマートフォン決済アプリ)
	クレジットカード(別途決済手数料がかかります)
	LINE Pay請求書支払い PayPay請求書払い d払い請求書払い J-Coin請求書払い au PAY(請求書支払い)
	モバイルレジクレジット ネットdeモバイルレジ
口座振替	Web口座振替 受付サービス キャッシュカード(区役所・出張所窓口) 口座振替依頼書

社会保険労務士による年金相談

区では毎月社会保険労務士による年金相談(予約不要)を実施しています。個別の受給資格等に関するご相談は、年金事務所や「街角の年金相談センター江東」をご利用ください(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 [問] 区民課年金係☎3647-1131、FAX3647-9415

場所	日時・内容
区役所2階 エレベーター前	3/5(火)13:00~16:00 (面談による相談のみ)
江東年金事務所 (電5-16-9) ☎3683-1231 FAX3681-6549	[受付時間] 月~金曜 8:30~17:15 3/9(土) 9:30~16:00 ※事前に江東年金事務所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5-22-17日 本生命電ビル5階) ☎5628-3681	[予約受付時間] 月~金曜 8:30~17:15 ※予約が必要ですので「街角の年金相談センター江東(オフィス)」へお問い合わせください。

多重債務110番 借金返済でお困りの方へ

多重債務問題は一人で悩まず早めにご相談ください。東京都の無料特別相談「多重債務110番」と連携して、特別相談(電話・窓口)を実施します [時] 3/4(月)・5(火)9:30~16:00 [場] 消費者センター(扇橋3-22-2/パルシティ江東2階)☎3647-9110(相談専用)、FAX5683-0318

分譲マンション無料相談会

[時] 3/13(水)13:00~16:00(1件1時間以内) [場] 区役所5階第51会議室・都市整備部会議室 [人] 区内分譲マンションの管理組合役員および区分所有者6件(申込順) [費] 無料 [内] 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無料相談会 [締] 3/8(金) [申] 2/26(月)から住宅課住宅指導係(区役所5階1番)に電話・窓口で☎3647-9473、FAX3647-9268



シルバー人材センター入会説明会

[時] 3/17(日)9:30~12:00(約60分、時間は個別に通知) [場] 高齢者総合福祉センター3階研修室 [人] 区内在住で、健康で働く意欲のある60歳以上の方 [内] センターの仕組みや働き方等を説明します。当日入会も可 [締] 3/8(金)必着 [申] はがき・メールに①入会説明会3/17②氏名(ふりがな)③住所④電話番号を記入し、〒135-0016東陽6-2-17高齢者総合福祉センター内シルバー人材センターへ☎3649-3533、FAX3615-0950 [e] ko to@sjc.ne.jp

講座・催しもの

草さんぽ~食べられる野草観察~

近隣の緑地を歩きながら春の草花を観察します。野草天ぷらの試食もあります [時] 3/17(日)10:00~11:50 [場] えこっくる江東 [人] 中学生以上の方16人(区内在住の方を優先し、抽選。当選者のみ通知) [費] 100円 [師] 中安敬子(NPO法人マザーツリー自然学校) [締] 3/5(火)必着 [申] 区ホームページ・窓口、またははがきに①講座名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢を記入し、〒135-0052潮見1-29-7えこっくる江東へ☎3644-7130、FAX3644-7135

初めてのシニア水泳体験会

水泳は、浮力で身体への負担を軽くしながら行える全身運動です。これまで水泳をしたことのない方を対象に、水泳の楽しさと運動効果を体感できる体験会を開催します [時] 3/15・22(金曜全2回)10:00~11:00 [場] 有明スポーツセンタープール(有明2-3-5) [人] 区内在住の65歳以上の方20人(申込順) [費] 300円 [師] 江東区水泳連盟指導員 [申] 2/25(日)9:00から健康スポーツ公社ホームページまたは有明スポーツセンターに電話・窓口で☎3528-0191、FAX3528-0192

江東区民スポーツ大会(春季分)参加者・参加団体募集

大会日時や申込方法、参加費等は、区内各スポーツセンターにある各競

技の開催要項または健康スポーツ公社ホームページをご覧ください※秋季の区民スポーツ大会については、要項が決まりしだいホームページ等でお知らせします [人] 区内在住・在勤の方※学生は種目の制限あり [問] 健康スポーツ公社☎3647-5402、FAX3647-5048

区民スポーツ大会競技一覧

種別	競技名
個人競技	弓道、なぎなた、テニス(シングルス)、剣道、卓球(シングルス)、空手道、柔道、ソフトテニス(ダブルス)、バドミントン(ダブルス)
団体競技	バレーボール(9人制・6人制・家庭婦人・小学生)、サッカー(一般・壮年・小学生)、バスケットボール(一般)、軟式野球(一般・中学生)、ハンドボール、ソフトボール(一般男子・実年・壮年・家庭婦人・中学女子)、ゲートボール、ビーチボール、民謡

区内スポーツセンター 一覧

施設名(所在地)	電話番号
スポーツ会館(北砂1-2-9)	3649-1701
深川スポーツセンター(越中島1-2-18)	3820-5881
電戸スポーツセンター(電戸8-22-1)	5609-9571
有明スポーツセンター(有明2-3-5)	3528-0191
東砂スポーツセンター(東砂4-24-1)	5606-3171
深川北スポーツセンター(平野3-2-20)	3820-8730

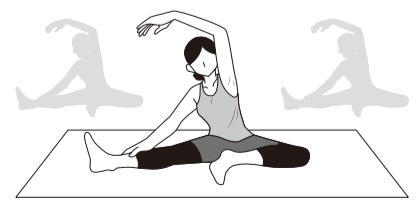


お花見ノルディックウォーキング教室

[時] 3/30(土) [場] 豊住公園(東陽6-1)、木場公園周辺 [人] 高校生以上の方20人(抽選) [費] 無料 [内] ノルディックウォーキングの練習と実歩 [締] 3/15(金)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、または往復はがきに①催しもの名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

心を整えるヨガ教室

[時] 4/16~7/9の火曜(全13回)11:00~12:15 [場] 潮見野球場・庭球場クラブハウス内会議室(潮見1-1-1) [人] ヨガ経験のある16歳以上の健康な方13人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) [費] 15,600円[持ち物] マット(貸し出しあり)、ヨガブロック・ベルト(貸し出し無し) [師] 渡辺美保(全米ヨガアライアンスRYT200他) [締] 3/22(金)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、または往復はがきに①催しもの名②氏名(ふりがな)③住所④電話番号⑤年齢⑥区外在住で区内在勤・在学の方は勤務先・学校名・所在地⑦ヨガ歴⑧マット貸し出しの要不要を記入し、〒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



土曜・休日、平日夜間(こども)急病診療案内

土曜・休日急病診療	診療対象	診療受付	診療場所	調剤薬局
土曜・休日急病診療	内科・小児科の急病患者	(土)18:00~21:30 (休日)9:00~11:30 13:00~21:30	江東区休日急病診療所	江東区医師会館内(東陽5-31-18)☎3645-3109 総合区民センター内(大島4-5-1)☎3637-4531
			江東区薬剤師会深川調剤薬局	江東区医師会館内(東陽5-31-18)☎5606-0502
平日夜間こども急病診療	小児科(中学生以下)の急病患者	月~金曜20:00~22:45(祝日・年末年始を除く)	江東区平日夜間こどもクリニック	江東区医師会館内(東陽5-31-18)☎3645-3109
			江東区薬剤師会深川調剤薬局	江東区医師会館内(東陽5-31-18)☎5606-0502

※現在、土曜・休日急病診療は予約制となっています。事前に電話で予約のうえ、受診してください。

平日夜間こども急病診療	診療対象	診療受付	診療場所	調剤薬局
平日夜間こども急病診療	小児科(中学生以下)の急病患者	月~金曜20:00~22:45(祝日・年末年始を除く)	江東区平日夜間こどもクリニック	江東区医師会館内(東陽5-31-18)☎3645-3109
			江東区薬剤師会深川調剤薬局	江東区医師会館内(東陽5-31-18)☎5606-0502

※その他、こどもの急な発熱など、休日・夜間等に電話でご相談したい時には、**子供の健康相談室(東京都実施)**をご利用ください。☎#8000または☎5285-8898
※また、救急車を呼ぶかどうか迷ったら**東京消防庁救急相談センター(24時間年中無休)**をご利用ください。☎#7119または☎3212-2323

休日歯科応急診療	診療対象	診療受付	期日	医療機関名	所在地	電話	
	休日歯科応急診療	歯科の急病患者	9:00~11:30 13:00~16:30 当番医へあらかじめ電話でお申し込みください。	3/3(日)	齊藤歯科医院	枝川3-3-3 デイライトコート1階	5632-8241
タカラベ歯科七丁目診療所					電戸7-38-2	3681-0327	
3/10(日)					あらい歯科クリニック	潮見2-1-10 メゾン・デ・ラ・メール201	3615-8469
桂歯科医院					大島1-1-5 1階	5836-8241	
3/17(日)					フジイ歯科医院	辰巳1-2-9-111	3522-2525
浜口歯科医院					大島4-1-6-110 大島四丁目団地	3685-8388	
3/20(水・祝)					山根歯科医院	辰巳1-9-49-103	3521-0164
ひまわり歯科医院					南砂2-29-8 ワシビル1階	3645-8080	
3/24(日)					塩浜歯科医院	塩浜2-5-23-201	3649-1198
西大島歯科医院					大島2-41-18 林ビル2階	3637-7022	
3/31(日)					紺歯科医院	新大橋2-7-5	3631-8017
三浦歯科医院					大島2-38-11	3638-6621	

☆保険証をお持ちください。診療の際、保険証がない場合は、全額実費負担となります。
※電話で医療機関案内が24時間お聞きになれます。東京都保健医療情報センター(ひまわり)☎5272-0303