

こうとう インフォメーション

申込記入例

申込先は各記事の☑で確認してください。**区HP申込**があるものは、区HPイベントカレンダーから申し込めます。

- ①講座・催しもの名
(日時・コースも)
- ②氏名(フリガナ)
- ③郵便番号・住所
- ④電話番号
(FAX番号)
- ⑤その他必要事項
(各記事に明示)



▲区HP
イベントカレンダー
※往復はがきは返信用
あて先も記入

暮らし・しごと・産業

司法書士による法律(登記等)相談(10月)

☑10月2日(水)・16日(水)14:00~16:00(1人20分、開始時間の15分前に入室) 場区役所 区内在住・在勤・在学の方 ☑各20人(申込順) ☑相続・遺言(登記等)、贈与、成年後見、不動産登記、株式会社等の設立・役員変更、金銭問題等の相談 ☑9月17日(火)8:30から**区HP申込**または広報広聴課広聴相談係(区役所2階22番)に電話・窓口で☎03-3647-4700 ☎03-3647-9635

高齢者・障害者のための 成年後見相談会

シニア

☑10月5日(土)10:00~16:00 場高齢者総合福祉センター ☑高齢者・障害者とその家族など ☑12人(申込順) ☑司法書士による、成年後見制度、相続、遺言、悪質商法被害などの相談 ☑9月17日(火)から電話またはFAXに申込記入例の①・②・④を記入し、権利擁護センターあしん江東へ☎03-3647-1710 ☎03-5683-1570

生涯現役セミナー

シニア

シニア期に向けた暮らしと働き方

☑10月28日(月)13:00~15:45 場産業会館 ☑55歳以上で働く意欲のある方 ☑30人(申込順) ☑シニア期の「働く」をテーマにライフプランの重要性や再就職に向けてのノウハウを学ぶ ☑9月17日(火)9:00から電話で予約専用ダイヤル☎03-5422-1399(月~金曜9:00~17:00 ※祝日を除く) 場東京しごとセンターシニアコーナー☎03-5211-2335

働きながら年金受給セミナー

シニア

高齢者の再就職支援や年金を受け取る時の注意点などを学べるセミナーを開催します。詳細は、ハローワーク木場にお問い合わせください ☑10月9日(水)10:00~12:00(開場9:30) 場産業会館 ☑60歳以上の方(ハローワークの利用登録が必要) ☑30人(申込順) ☑9月17日(火)からハローワーク木場職業相談第一部門に電話・窓口で☎03-3643-8604

マザーズセミナー

仕事と子育ての両立支援・再就職支援セミナー

出産や育児等でいったん離職して再就職を希望する方や、育児と仕事の両立を

目指す方などを対象とする女性向けセミナーです。就職活動のすすめ方や応募書類の作成方法、働き方でかわる年金・健康保険・税金など、再就職に役立つ情報をわかりやすく説明します ☑10月24日(木)「就職活動のすすめ方と応募書類の作成方法」、25日(金)「やりがいとかしこい働き方」を目指して~働き方でかわる年金・健康保険・税金~ 14:00~16:00(開場13:30) 場総合区民センター ☑子育て中で再就職を目指している女性 ☑20人(申込順) ☑幼児(生後6か月~就学前)10人まで(要予約。申込順。別室で託児) ※6か月未満のこどもの同席についてはお問い合わせください ☑9月17日(火)9:00から電話で船堀ワークプラザマザーズコーナー☎03-5659-8612 ☎03-5659-8614

スポーツ

ARIAKEハロウィンマーチ 2024FINAL

☑10月27日(日)[午前コース]9:30集合 [午後コース]13:00集合 ※雨天中止(小雨決行) 場パナソニックセンター東京(有明3-5-1) ☑仮装をして約5km歩ける方 ※区内在住・在勤・在学の方優先。小学生以下の方は要保護者同伴。1グループ10人まで。重複申込不可 ☑各75人(抽選) 場大人600円、高校生以下の方400円 ☑ハロウィンの仮装をして臨海部をウォーキング ☑9月30日(月)までに健康スポーツ公社HPで ☑有明スポーツセンター☎03-3528-0191 ☎03-3528-0192

さわやかスイミング

☑10月1日~12月17日の火曜(10月15日を除く全11回)11:45~13:45 場深川北スポーツセンター ☑女性 ☑10人(申込順) 場11,000円(保険料など) ☑4泳法の正しい泳ぎ方やフォーム、からだの使い方などを指導 ☑9月15日(日)から電話で江東区水泳連盟(内田)☎090-1433-8622

潮見すこやか体操クラブ

シニア

☑10月4日~12月20日の金曜(全12回)[前半]13:30~14:30[後半]15:00~16:00 場潮見野球場・庭球場 ☑65歳以上の方 ☑各8人(抽選) 場1回500円 ☑リズム体操・ストレッチ等 ☑9月25日(火)までに往復はがき・メールに左上申込記入例の①~④と⑤年齢を記入し、〒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 ☎03-3522-0855 ☐t-yume@di-ksp.jp

ソフトテニス教室

場荒川・砂町庭球場 ☑別表のとおり ☑各12人(抽選) ☑9月27日(金)までに江東スポーツ施設運営パートナーズHP、または往復はがきに左上申込記入例の①~④と⑤学年⑥性別⑦学校名⑧テニス歴⑨ラケ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☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855 ☐school@di-ksp.jp

クラス・対象	時間	期間	料金
レディース (16歳以上の女性)	9:15 ~ 10:45	10/3~ 12/12の 木曜 (全11回)	16,500 円
基本技術 (16歳以上の テニス初心者・ 初級者)	11:00 ~ 12:30		
ゲーム (16歳以上の テニス経験者)	13:30 ~ 15:00		
小学生クラス (小学1~6年 生の男女)	16:00 ~ 17:00	10/3~ 31の木曜 (全5回)	7,500 円

豊住こどもテニス教室

キッズ

☑10月19日~11月9日の土曜(全4回)[前半]13:00~14:30[後半]14:30~16:00 場豊住庭球場 ☑区内在住・在学の小学生 ☑各32人(抽選) 場3,000円 ☑10月8日(火)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)に左上申込記入例の①~④と⑤学年⑥保護者氏名⑦テニス歴⑧ラケ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☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855 ☐school@di-ksp.jp

パラテニス体験会 (車いすテニス・デフテニス)

☑[車いすテニス]10月20日(日)9:30~11:00、11:10~12:40[デフテニス]10月13日(日)9:30~11:00、11:10~12:40 場潮見庭球場 ☑16歳以上の方 ☑[車いすテニス]各6人[デフテニス]各8人(抽選) ※競技用車いすの貸し出しあり 場中澤吉裕(車いすテニス元日本代表監督) ☑9月29日(日)までに江東スポーツ施設運営パートナーズHP、または往復はがきに左上申込記入例の①~④と⑤学年⑥性別⑦テニス歴⑧ラケ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☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855 ☐school@di-ksp.jp

江東シーサイドマラソン直前 ランニングクリニック

☑11月2日(土)・9日(土)18:30~20:30 場夢の島競技場 ☑18歳以上の健康な方 ☑各50人(抽選) ※両日参加可 場1回2,000円 ☑練習方法や当日の注意点などを学びます ※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 場加納由理(ベルリン世界陸上 女子マラソン代表)、吉田香織(北海道マラソン女子優勝)、西田隆維(エドモントン世界陸上 男子マラソン代表) ☑10月22日(火)までにHPまたは、往復はがき(1人1枚)に左上申込記入例の①~④と⑤性別⑥年齢⑦ランニング歴⑧エントリーの目的⑨あれば自己記録(種目・距離は問わず)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 ☎03-3522-0855 ☐school@di-ksp.jp

にこにこノルディックウォーキング 教室(障害のある方)

☑10月22日(火)10:00~12:00 ※雨天中止 場夢の島競技場周辺 ※集合場所は夢の島野球場クラブハウス ☑高校生以上の自力歩行が可能な障害のある方

☑10人(抽選) ※付き添いの方は募集人数対象外 ☑ノルディックウォーキングの基礎練習・歩行練習 ※ボランティアも同時募集(パラスポーツ指導員の活動実績となります) ☑10月15日(火)までに江東スポーツ施設運営パートナーズHP、または往復はがきに左の申込記入例の①~④と⑤性別⑥年齢⑦どのような障害があるか⑧付き添いの有無⑨ストック貸し出しの要不要(※ボランティア希望の方は「ボランティア」と①~⑥、⑨、⑩パラスポーツ指導員資格の有無)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 ☎03-3522-0855 ☐school@di-ksp.jp

夢の島キッズチアスクール

キッズ

☑毎週木曜(5週目は振替日) 場夢の島競技場 ☑年少児~小学6年生 ☑各10人(申込順) 場月会費6,500円 ☑チアダンスの基礎(ウォームアップやストレッチ、ジャンプやキック等のテクニック、モーション、ダンス)を学べる教室 ☑江東スポーツ施設運営パートナーズHPで ☑屋外スポーツ施設事務所☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855 ☐school@di-ksp.jp

スポーツセンターイベント・施設情報

各施設が実施しているイベントの情報や月間利用予定表をHPに掲載しています。詳細は、健康スポーツ公社HPをご覧ください。



水上スポーツ体験

☑10月13日(日)9:00~15:00 場海の森水上競技場 ☑ドラゴンボート、SUP、カヌー、ボート ※詳細は、海の森水上競技場HPをご覧ください ☑9月16日(月・祝)9:00から海の森水上競技場HPで☎03-3599-5420 ☎03-3599-5421

太極拳無料体験会

☑10月6日(日)9:45~11:35(受付は9:30から) 場スポーツ会館 ☑太極拳初心者の方 ☑30人(申込順) ☑9月15日(日)~29日(日)にFAX・メールに左上申込記入例の①~④と⑤年代を記入し、江東区武術太極拳連盟へ☎ ☎03-3644-9460 ☐2kotokuren@gmail.com

東京ユナイテッドBC ホーム開幕戦に 区民8,000人を招待・優待

☑10月11日(金)19:00~、12日(土)15:00~ 場有明アリーナ ☑区内在住・在勤・在学の方 ☑各4,000人(申込順) 場無料※割引優待もあります ☑9月16日(月・祝)~29日(日)に東京ユナイテッドBCのHPで ※詳細はクラブHPをご覧ください 場東京ユナイテッドBC ☎03-6897-3578



文化・観光

歴史講演会「源氏物語から見る 平安貴族の就活事情」

☑10月12日(土)14:00~16:00(開場13:45) 場教育センター ☑中学生以上の方 ☑50人(申込順) 場読売新聞社記者 ☑9月16日(月・祝)9:00から東陽図書館に電話・窓口で☎03-3644-6121 ☎03-3615-6669