



関地域ケア推進課地域ケア係 ☎03-3647-4398 FAX 03-3647-3165

区公式
LINE ▶



区公式X
(旧Twitter) ▶



区公式
Instagram ▶



YouTube
区公式チャンネル ▶



区HP ▶



スポーツと人情が熱いまち

江東区



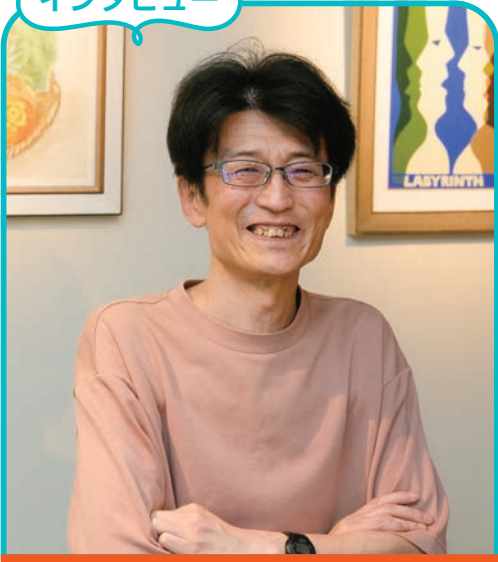
これがわたしの日常

「認知症になったら何もできなくなる」。そんなイメージはありませんか。自分の興味を追い求めたり新しいことに挑戦したり、認知症と付き合いながら自分らしく暮らしている当事者の方は大勢います。今号では「チームオレンジふらっと06」にお邪魔し、実際に自分らしい生活を送っている当事者の方々にお話を伺ってきました。

誰もがなり得る認知症について正しく知り、自分の身近なこととして考えてみませんか。

チームオレンジふらっと06……認知症当事者と家族、支援者の交流の場(大島6丁目団地内のカフェ06で月1回開催)

インタビュー



寺口 誠一さん(59歳)

1966年、葛飾区生まれ。2022年4月、仕事のミスが増えたことから産業医の勧めでMRI検査を受け、若年性認知症と診断される。現在は会社に籍を置きながら休職中。専門の医療機関で投薬などを受けている。

認知症は付き合っていける病気 怖がらないことが大事です

こどもの頃から本の虫。好きなジャンルはサスペンス系で、ここ数年ではNetflixでドラマ化もされた『地面師たち』が圧倒的に面白かったですね。書評をチェックしては書店に行くのが何よりの楽しみです。認知症の影響で本を探すのに手間取ることもありますが、書店員さんに聞いたり、取り寄せするなどしてカバーしています。

若年性認知症と診断されて葛藤がなかったと言えは嘘になりますが、今は「受け止めよう」という気持ちでいます。何より「ふらっと06」は心の安定になくはならない存在になっています。

認知症になると、人とスムーズに意思疎通ができなくてもどかしさを感じることもあります。だけど「ふらっと06」にいるのは、認知症への理解がある人ばかり。葛藤しながら話をしなくていいという安心感から、ついおしゃべりになってしまいます(笑)。

現在は認知症の進行を抑制する薬を服用しながら、穏やかな生活を送っています。物覚えは悪くなりましたが、趣味の読書や文筆には問題はありません。認知症を怖がることなく、付き合っていける病気だということを多くの人に知ってもらいたいです。



真剣にたこ焼きを作る寺口さん

ふらっと06の仲間とピース



さまざまな支援のカタチ ～チームオレンジふらっと06スタッフからの声～

活動から安心と喜びをもらっています

「ふらっと06」は、認知症になっても安心して暮らせる街づくりのために企画立案、実行まで行うクリエイティブなグループです。当初は、自分の将来のために認知症について学びたかったのと、会社勤めをしていて地域に縁がなく、活動を通してつながりができればと始めました。今では、心強い仲間を得て自分が認知症になっても安心だと感じています。参加者の皆さんに「楽しかった」と言ってもらえるのがやりがいになっています。

小林久美子さん

当事者の温かい心に触れて

私にとって認知症は、実はネガティブな状態ではありません。私の母は戦後から気丈に生きてきた人でした。そんな母が認知症になり、性格は穏やかに。道端の花を愛でたり家族の手助けに喜んだり、身近なことに感動するゆとりがありました。当事者の方と接していると、晩年の母と過ごした心安らぐ日々を思い出します。社会が設定したルールが抜け落ちる一方、本来の“その人らしさ”が戻ってくるのが認知症なのかなと感じています。

藤本もとみさん



インタビュー



飯塚 正義さん(65歳)

1960年生まれ、12歳から江東区在住。現役時代は建築会社や業界団体に勤務し、日本建築学会委員としても活躍。2021年、自転車との接触事故をきっかけに正常圧水頭症が見つかる。詳しい検査ののち、加えて早期の若年性アルツハイマー型認知症と診断される。

写真が紡いでくれた交流で 新たな人生を歩み始めています

写真撮影が趣味です。以前は仕事柄、建築物を撮ることが多かったのですが、認知症と診断されてからは、近所を散歩して空や鳥や花などに目がいくようになりました。隅田川と荒川に挟まれた江東区には、思わずレンズを向けたくなる風景がたくさんあります。

早期の若年性アルツハイマー型認知症と診断されたのは61歳の時。私の仕事は構造設計などで、求められるうちは資格や専門性を生かし続けられる環境でしたが、在宅勤務を命じられ仕事ができなくなった時には、無念な気持ちになりました。

居場所を見つけられなかった私は、他区の本人ミーティングに参加しました。そこで、話のきっかけに持参した写真を褒めていただき、失った自信を取り戻せたように感じました。この3年、年に1度高齢者医療センターで写真展示を行っており、昨年

は区役所やカフェ06などで、今年5月は経産省主催のイベントで展示を行いました。

また、江東区でも本人ミーティングの開催をとくに提案し、今年度からデニーズ南砂店などで行われています。当事者同士で語り合えると嬉しいです。9月からは「とうきょう認知症希望大使」に就任します。これからも、認知症とともにいろいろな活動に励んでいきたいと思っています。



雨の中、牡丹の花を撮影する飯塚さん



インタビュー

可能な限りの自立した生活を送り、 社会貢献に携わっていききたい

レビー小体型認知症と診断されたのは妻の在宅介護をしていた83歳の時のこと。妻のケアマネジャーの助言をきっかけに、脳の画像診断を受けたところ判明しました。もともと鈍感な性格のせい、私自身は「これも老いの一環だな」とそれほどショックを受けませんでした。むしろ家族や友人の過剰なまでの反応に「大げさだよ」と苦笑いしたほどです。

診断後もしばらくは、以前から講師を務めていた市民向け化学講座を継続しました。またせっかくの経験を生かそうと、さまざまな認知症当事者発信の場に携わってきました。

数多くの認知症の方々との交流を通して、私が気づいたのは「認知症で、できなくなることはあるけれど、特化した能力はむしろ研ぎ澄まされる」ということ。ピアノにしろ絵画にしろ、発症後にさらな

る見事な表現をされる方は実に多いのです。

そうした素晴らしい認知症当事者の方々活動を励みに、私も少しでも役に立てればと頑張っています。たしかに物忘れや体力の衰えは感じます。それでも介護サービスを受けながらも、可能な限り自立した生活を、そして認知症の当事者発信の輪を広げる活動を続けていきたいです。



会社員時代。右端が高木さん。左端はパナソニック創業者松下幸之助氏。



地域の通いの場「ゆりり」の活動



高木 正巳さん(88歳)

1937年生まれ、愛知県出身。大手電機メーカーで主にメッキなどの表面処理技術の開発に従事。定年退職後はベンチャー企業を立ち上げ、環境対応の研究開発事業を展開。2019年、83歳でレビー小体型認知症と診断。娘と同居するため、2023年から江東区在住。

もっと認知症を 知ろう!

認知症月間展示

認知症についての説明や認知症への支援サービス、認知症当事者やご家族からのメッセージ、当事者の方の写真作品などを展示しています。図書館では展示とともに関連図書の紹介を行っています(実施期間は館により異なります)。



開催中～9/30(火)
区役所2階

認知症カフェ

認知症当事者、ご家族、認知症に関心のある方が、ミニ講座や茶話会を通じて交流し、相談もできるカフェです。区内各所でそれぞれ工夫しながら活動していて、地域の誰もが気軽に参加できます。

カフェの開催場所のマップなど詳細はこちらをご覧ください
※11面で9月開催分の案内を掲載しています



区の支援サービスや相談先、予防方法やサポートなど認知症についての詳細はこちらをご覧ください



図 地域ケア推進課地域ケア係
☎03-3647-4398
FAX 03-3647-3165

子育て・教育

このほかの記事は9面こうとうインフォメーションに掲載

検定料
無料

めざせ！ KOTOフードマスター 江東区家庭料理検定
9月から申込開始

日本の食文化に関する知識、食事に関する正しい知識と選択力、調理の基礎など健康増進につながる知識を深めることを目的とした料理検定を行います。オンラインでいつでもどこでも受検できます。今年度から無料で受検できますので、ぜひご参加ください。

【申込期間】9月30日(火)まで

【受検期間】令和8年1月5日(月)～19日(月)

☑区内在住・在勤・在学の方

☑保健所健康推進課栄養指導担当

☎03-3647-6713 ☎03-3615-7171

対象	受検級	申込方法
区立小学校・義務教育学校5・6年生とその保護者、教職員	初級	区立小・中学校在学学生、保護者、教職員は学校から配信・配布される受検要項をご覧ください
区立中学校1・2年生、義務教育学校7・8年生とその保護者、教職員	中級	
上記対象者以外で区内在住・在勤・在学の方	初級・中級 ※いずれかを選択	区HPから電子申請

▲区HP

江東区観光キャラクター
コトミちゃん

未就学児のこどもを養育する保護者の方へ ベビーシッター利用料を補助します

都が認定したベビーシッター事業者の一時保育サービスの利用料の一部を補助します。事前申請は不要で、保護者のリフレッシュや急な用事、こどもの体調不良(病児保育の利用は一部の事業者に限定)など目的を問いません。こどもが保育園・幼稚園に通っている方や育児休業中の方も利用できます。

保育条件や必要書類、申請方法など事業の詳細は区HPをご確認ください。

☑区内在住の未就学児(0歳～満6歳になる年度の末日までの児童)を養育する保護者

☑ベビーシッター利用料を補助(上限あり)

【補助上限額】(児童1人あたり)

1時間2,500円(7:00～22:00)

1時間3,500円(22:00～翌7:00)

【上限時間(児童1人あたり)】

同一年度内144時間 ※多胎児は1人あたり288時間

※入会金・会費・交通費・キャンセル料・保険料・おむつ代等の実費や、クーポン・ポイント利用による割引料金、家事援助の利用など、サービスの提供に付随する料金は対象外

対象事業者

東京都のベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)認定事業者(30社以上) ※最新の事業者情報は、都HPをご確認ください。

☎利用申請に関すること]江東区ベビーシッター事業コールセンター☎0120-996-258(9:00～17:00 ※土・日曜、祝日除く)

[利用支援事業に関すること]こども家庭支援課こども家庭係☎03-3647-9230 ☎03-3647-9196

利用・申請の流れ

①都認定事業者から事業者を選んで利用(都HPを参照)

※ベビーシッター利用支援事業を利用する旨を伝える

②利用後、事業者へ料金を支払う

③必要書類を事務局へ電子申請または、郵送で申請(原則利用月の翌月末まで)

④申請の翌月末までに保護者の口座へ補助金を振り込み

【郵送先】

〒171-0014豊島区池袋2-65-18 池袋WESTビル2階 パーソルビジネスプロセスデザイン(株)江東区ベビーシッター申請受付事務局

ベビーシッターを安全に利用するために

●事前に面接を

インターネットの情報だけに頼らず、実際にこどもを預ける前に必ずベビーシッターと面会してください。こどもを預かる方針や心構えなどについて質問して、安心して任せられるかどうかを確認しましょう。

●預けている間もチェックを

カメラなどでこどもの様子を見たいと伝えるなど、ベビーシッターに預けている間も、こどもの様子を電話やメールで確認しましょう。

くらし・しごと・産業

このほかの記事は9面こうとうインフォメーションに掲載

中小企業向け 事業者支援セミナー「WEB・SNS活用」

経営に必要な情報や実践的なノウハウを習得することで、事業の発展、経営基盤の強化等を図ります。今回のテーマはWEB・SNS活用。HP・動画・SNSの導入から運用・連携のポイントをわかりやすく解説します。

☎10月7日(火)18:30～21:30

場産業会館

☑区内在住・在勤で中小企業に勤務する方

定20人(抽選)

☎9月22日(月)までに☑区HP申込で

※申し込みには会員登録が必要

☎経済課販路開拓担当☎03-3647-1381 ☎03-3647-8442

マンションよろず相談会
集合住宅に関するさまざまなお悩みに対応

分譲マンションの維持管理に関すること、売買や契約に関すること、建築や設備、耐震に関すること、隣人トラブルへの相談や、賃貸マンションの維持管理に関してオーナーの方の抱える課題まで、集合住宅に関する問題に、マンション管理士や弁護士、一級建築士が対応する無料相談会を開催します。

☎10月11日(土)9:30～12:30(1件1時間以内)

場区役所

☑区内の分譲マンションにお住まいの方、区内賃貸マンションのオーナーの方

定15組(申込順)

☎9月5日(金)8:30～19日(金)17:00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 ☎03-3647-9268

まもなく国勢調査！
コールセンターを開設

国勢調査は日本に住むすべての人と世帯を対象とした重要な調査です。9月中旬から調査員が調査書類の入った青い封筒を投かんします。国勢調査に関するお問い合わせは、9月8日(月)から開設するコールセンターへ ☎江東区国勢調査コールセンター☎03-6736-6289(9:00～17:00)

お店の活力創出支援事業 補助金申請受付中

商店街を中心とする区内中小店舗の売上アップに向け、店舗が取り組む売上向上を図るために必要な直接的設備投資と、店舗改修等に要する経費の一部を補助します。また、個店で実施するイベント事業や商品、または商品名により区の魅力を発信できる商品開発に対し補助を行います。補助対象事業や対象者等の詳細は区HPをご確認ください。

【申請期限】 令和8年3月31日(火)まで(商品開発補助は11月30日(日)まで)
定50件程度(申込順)



企業向け女性リーダー応援セミナー 「心理的安全性の高いチームづくり」とは

リーダーに求められる役割や、組織の自律性、信頼関係が高まるリーダーシップを学びます。メンバーそれぞれの強みを発揮させ、生産性向上が期待できる「心理的安全性」に着目し、組織の活性化につながるヒントをお伝えします。リーダーやこれからリーダーを目指す女性に限らず、女性の活躍を推進する立場の方など性別不問で受講できます。

日 10月16日(木)14:30～16:30(開場14:00)
場 ①男女共同参画推進センター②オンライン(Zoom)
対 企業の経営者、管理職、人事労務担当者、現場のリーダー層、従業員
定 ①②各15人(申込順)
講 山岡正子(キャリアコンサルタント)
申 9月5日(金)9:00から [区HP申込](#) または男女共同参画推進センターに
電話・窓口で ☎03-5683-0341 ☎03-5683-0340



人生100年時代を思い切り楽しむための 「生き方」講座

「人生100年時代」を自分らしく前向きに生きるための講座です。働くこと、学ぶこと、趣味、地域活動など、仕事以外の生きがいや、自分にとっての居場所を含め、人生設計についてあらためて考えてみませんか。参加者同士で会話を交えながら、自分が大切にしたい価値観や未来の「ありたい姿」を思い描き、人生を主体的に生きるヒントを得ましょう。

日 10月5日(日)14:00～16:00(開場13:30)
場 男女共同参画推進センター
定 30人(申込順)
講 和田宮子(キャリアコンサルタント)
保 幼児(満1歳6か月～未就学児)10人程度(9月25日(木)までに要申込)
申 9月5日(金)9:00から [区HP申込](#) または男女共同参画推進センターに電話・窓口で
☎03-5683-0341 ☎03-5683-0340



文化・観光

このほかの記事は10面こうとうインフォメーションに掲載

10月3日(金)・4日(土)特別運航 こうとう十五夜クルーズ ー富岡八幡宮中秋祭限定御朱印引換券付ー

10月3日(金)～6日(月)富岡八幡宮を主会場として開催される「深川十五夜まつり」にあわせて特別クルーズを運航します。秋風に吹かれながら、湾岸エリアの景色を楽しむことができます。

日 10月3日(金)・4日(土)
【コース】 ●第1便 13:40日本橋船着場発 14:50豊洲 千客万来「江戸前ピア豊洲」着
●第2便 15:10豊洲 千客万来「江戸前ピア豊洲」発 16:15黒船橋乗船場着
※いずれも下船後解散
定 各便30人程度(申込順) ※最少催行人数15人
費 各便大人1,000円、こども(4～11歳)500円 ※乗船料・保険料等込み ※3歳以下無料
申 9月10日(水)9:00から江東おでかけ情報局(江東区観光協会HP)で
※本クルーズは江東区観光協会(東京都知事登録旅行業第3-7455号)による募集型企画旅行です
※電話での申し込みは受け付けていません
※天候等によりコースの内容が一部変更となる可能性があります
問 江東区観光協会 ☎03-6458-7400 ☎03-6458-7420 info@koto-kanko.jp



▲豊洲 千客万来「江戸前ピア豊洲」



▲クルーズ船(イメージ)



江東シネマプラザ特別上映会〈優秀映画鑑賞推進事業〉

日本を代表する映画監督の一人、黒澤明監督の作品(35mmフィルム)を上映します。

日 10月11日(土)
●**隠し砦の三悪人**10:30開演
●**天国と地獄**14:30開演
場 古石場文化センター
対 6歳以上の方 **定** 各180人(申込順)
費 自由席各500円
申 9月10日(水)10:00から古石場文化センターHPまたは古石場文化センターに
電話・窓口で ☎03-5620-0224 ☎03-5620-0258



▲隠し砦の三悪人(1958年/138分/モノクロ)
【監督】黒澤明 【出演】三船敏郎、藤原釜足、千秋実



▲天国と地獄(1963年/143分/モノクロ)
【監督】黒澤明 【出演】三船敏郎、仲代達矢、山崎努

こうとうトコトコ日和 秋号配布中

今回は「こうとうの“美”を訪ねて」と「のんびり過ごすカフェ空間」の2つをテーマに大特集。区内の五感をくすぐる“美”スポットや日々の喧噪を離れホッとくつろげるカフェをご紹介します。トコトコ日和を片手に秋を満喫してみませんか。

【配布場所】 江東区観光協会事務所(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)、各出張所・豊洲特別出張所、各文化センター、区内観光施設など
問 江東区観光協会
☎03-6458-7400
☎03-6458-7420



文化・観光のつづき

石井清子舞踊生活88周年記念公演
「すずめ100まで踊りわすれず??」

江東区深川に生まれ育ち、戦後の日本バレエ界でプリマ・バレリーナ、指導者、振付として多くの役柄を生き、ダンサーを育て、名作を生み出すなど幅広く活躍してきた石井清子。これまで生み出した作品の一部をお届けします。

📅9月27日(土)15:00開演

📍場ティアラこうとう 🎫👤5歳以上の方

📍定1,000人(申込順) ※下記申込先にお問い合わせください

📍費S席6,000円、A席5,000円、U25シートS席4,500円(要年齢確認証持参) ※区内在住の方はS席5,800円、A席4,800円

📍【出演】東京シティ・バレエ団

📍📍ティアラこうとうHPまたはティアラこうとうチケットサービスに電話・窓口で☎03-5624-3333 📞03-3635-5547



▲シルフィード2008
©Takashi Shikama

時雨忌全国俳句大会記念講演会
「みちのくの俳句」

旅人として、みちのく人として、みちのくはどう詠^{うた}われたか、芭蕉^{おにふさ}と鬼房の句について「NHK俳句」でおなじみの高野ムツオさんにお話しいただきます。どなたでも参加できます。

📅10月11日(土)14:00～15:30(開場13:30)

📍場芭蕉記念館

📍定36人(申込順)

📍費500円 ※講演会当日に限り展示室観覧可

📍📍高野ムツオ(俳人・現代俳句協会会長)

📍📍申9月10日(水)9:00から芭蕉記念館に電話・窓口で☎03-3631-1448 📞03-3634-0986



▲高野ムツオさん



健康・福祉

このほかの記事は11面こうとうインフォメーションに掲載

9月15日(月・祝)は
「敬老の日」

高齢者の方が生き生きと暮らすための各種事業のご案内

シニア

📍📍長寿応援課長寿応援係☎03-3647-4541 📞03-3647-9247

敬老祝金贈呈

満77歳、数え88、99、100歳および101歳以上の方には、現金書留で9月中にお贈りします。

年齢	対象	金額
77歳(喜寿)	昭和22年9月17日から昭和23年9月16日生まれの方	5千円
88歳(米寿)	昭和13年生まれの方	1万5千円
99歳・101歳以上(長寿)	昭和2年生まれ・大正14年12月31日以前生まれの方	2万円
100歳(百歳)	大正15年(昭和元年)生まれの方	5万円

老人クラブ会員募集

江東さざんかクラブ(江東区老人クラブ連合会)では、現在111の老人クラブ(会員約1万人)が活動しています。地域を基盤とした自主的・自発的な団体で、豊かな経験・知識・技術を生かした友愛実践活動、ボランティア活動、健康づくり・スポーツ、趣味や学習などを行っています。また歩行会や作品展、芸能大会など、区との共催事業もあります。

おおむね60歳以上の方ならどなたでも入会できます。ご希望の方は地域の老人クラブ、または長寿応援課長寿応援係まで。

福祉会館

高齢者同士のコミュニティを通じて、生き生きと楽しく過ごせる憩いの場として、民謡・手芸・書道・囲碁・フラダンス等の講座や、軽体操・レクリエーション等の介護予防グループ活動事業を行っています。

また、各館では「敬老の日」に催しを行います。詳細は各館までご連絡ください。

〈福祉会館 敬老の日9月15日(月・祝)の催し〉

場所	問合せ先	催しもの名
古石場福祉会館	☎03-3641-9531 📞03-3641-9531	にぎり湯(11:00～13:00) こどもたちによる和太鼓・フラダンス(13:30～)
塩浜福祉会館	☎03-3647-3901 📞03-3647-1941	三味線と民謡の集い(13:30～)
千田福祉会館	☎03-3647-0108 📞03-3647-0109	ゴムバンドスッカリ★体操(10:00～10:30) 疲労回復千田湯(11:00～15:00) カラオケ(13:30～15:00)
東陽福祉会館	☎03-3647-8180 📞03-3647-8129	ミュージックセラピー(10:00～) 仮装ワナゲ大会(13:30～)
亀戸福祉会館	☎03-3685-8208 📞03-3683-4851	にぎり湯(11:00～15:00) お楽しみコンサート(13:30～15:00)
大島福祉会館	☎03-3637-2581 📞03-3637-2881	大島名画座(13:30～)
東砂福祉会館	☎03-3646-0461 📞03-3648-9247	敬老コンサート(13:30～)

敬老の集い

満75歳以上の方を対象に、長寿をお祝いする敬老の集いを開催します。予約受付期間内(7月17日～8月15日)に予約した方には、8月末に予約状はがきを郵送しましたので当日必ずご持参ください。

※お住まいの地域による日時の指定はありません

📍場ティアラこうとう 🎫📍式典、演芸(歌謡ショー)

日時	午前の部	午後の部
9/10(水)	10:00開場 10:30開式 11:30終了	13:30開場 14:00開式 15:00終了
9/11(木)		
9/12(金)		

ふれあい入浴証

区と公衆浴場組合で入浴料金の一部を負担しており、通常より低料金でご利用できます。区内どの公衆浴場でもご利用可能です。各浴場により営業日が異なりますのでご注意ください。

📍場区内公衆浴場 🎫📍区内在住の満70歳以上の入浴が可能な方

📍費1回200円

【利用方法】対象の方に交付している「ふれあい入浴証引換券(はがき)」を区内各浴場で「ふれあい入浴証」に引き換え、利用時に番台(フロント)に提示し、入浴料200円をお支払いください。 ※利用料金は改定する場合があります

グランチャ東雲

高齢者の生きがい・健康づくり、介護予防の促進、こどもとの世代を超えた交流を図る「児童・高齢者総合施設」です。施設には、プール・浴室・運動スペース・交流広場等があり、高齢者の健康増進やこどもとの交流を促進するためにさまざまな事業を行っています。

📍📍場グランチャ東雲☎03-5548-1992 📞03-5548-1995

ふれあいセンター

生きがいづくり、仲間づくり、健康づくりのために、教養・健康講座、機能訓練、介護予防、健康相談等の事業を行っています。

深川ふれあいセンター	☎03-3643-1902 📞03-3630-6719
森下ふれあいセンター	☎03-5624-6030 📞03-5624-7300
城東ふれあいセンター	☎03-3640-8651 📞03-3699-6744
亀戸ふれあいセンター	☎03-5609-8822 📞03-5609-8821

環境・まちづくり

このほかの記事は11面こうとうインフォメーションに掲載

分譲マンション管理組合の方へ

住宅金融支援機構から融資を受ける際の債務保証料の一部を補助

区では、分譲マンションの管理組合が、マンションの共用部分を修繕する目的で住宅金融支援機構からマンション修繕工事資金融資を受ける際に必要となる、債務保証料の一部を補助します。

希望する方は、事前に申請内容、必要書類等の詳細を区へご相談ください。

【対象物件】江東区内に所在する分譲マンション

【申込資格】次の事項すべてにあてはまる方

- 修繕工事を行う分譲マンションの管理組合であること
- 住宅金融支援機構の「マンション共用部分リフォーム融資」を受けていること
- 東京都の「マンション改良工事助成制度」を申請していること
- (公財)マンション管理センターに債務保証を委託していること

【補助金額】債務保証料の2分の1の額(上限50万円、千円未満の端数は切り捨て) ※予算の範囲内で補助します

必要書類を添えて、住宅課住宅指導係窓口(区役所5階1番)で ☎03-3647-9473 📠03-3647-9268

原っぱや湿地を守る体験会

区内の公園にある、身近な生きものたちの自然な営みの観察とふれあいができる場「ポケットエコスペース」で、バッタやトンボのすむ原っぱや湿地を守る、外来種駆除や希少種保護活動の体験会を開催します。

📅①9月22日(月)10:00～12:00②9月23日(火・祝)15:00～17:00
📍①横十間川親水公園ポケットエコスペース②砂村エコスペース
👤①18歳以上の方②中学生以上の方 📎各20人(抽選)
📅9月16日(火)17:00までに
📍区HP申込または施設保全課庶務係に電話で ☎03-3642-5099 📠03-3642-4748



◀▲活動の様子

防災・安全

このほかの記事は11面こうとうインフォメーションに掲載

台風に注意！ 避難行動と情報取得手段の確認を

台風による水害に注意してください。風水害は突然発生することもあるため、事前の備えが重要です。ハザードマップを確認し、自宅周辺の水害リスクや避難経路、避難場所を把握しておきましょう。

また、江東区防災アプリ等の情報提供サービスを活用し、最新の気象情報や避難指示などをリアルタイムで確認できるようにしておきましょう。

複数の情報手段を準備しておくことで、災害時に落ち着いて行動することができます。

図防災計画課防災計画係 ☎03-3647-9584 📠03-3647-8440

防災アプリ



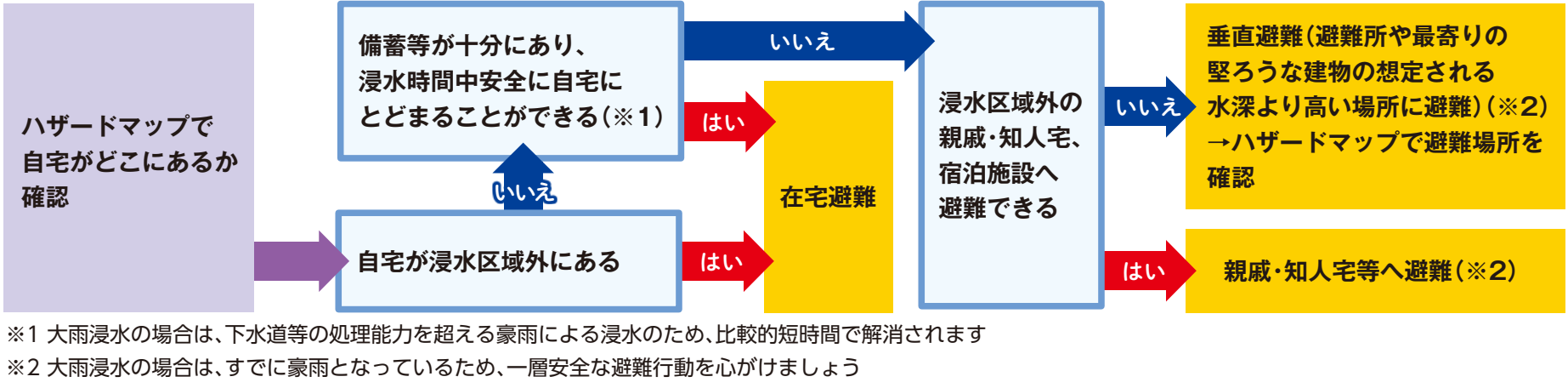
▲ハザードマップ(区HP)



▲iOS(App Store)



▲Android(Google Play)



CATV 9月の放送予定

みんなの区民農園 2025夏★
9/14日～20(土)



今年、区内4か所目となる区民農園が南砂にオープン！区民農園で皆さんは何を育て、どんなものを収穫しているのでしょうか？

8/31日～9/6(土)

- 商店街へいらっしゃい 区内には特徴のあるさまざまな商店街があります。商店街をあけての季節のイベントやセールなど、商店街の方々が連携して取り組む様子を紹介します。
- 江東少年少女合唱団 第33回サマーコンサート 4歳から高校生までのこどもたちが素敵な歌声を響かせます。幼児クラスの元気いっぱい歌声から、本格的な合唱曲までたっぷりお楽しみください。

9/7日～13(土)

- 江東かわら版 手話付きで区の事業やお知らせなどを紹介します。
- 安全安心のまち 防災・水害対策など、安全安心に関わる事柄をシリーズで紹介します。
- スクエア傑作選 マンガ江東ゆかりの人々(4) 平賀源内 1995年5月放送。NHK大河ドラマ「べらぼう」にも登場した平賀源内を紹介します。

9/14日～20(土)

- 区長定例記者会見 大久保朋果区長が最新の区政情報を発信します。
- みんなの区民農園 2025夏★

9/21日～27(土)

- イキイキ健康！元気に活動しています♪ お笑いコンビ「コンパス」が区内の福祉会館などで活動するサークルや教室を訪問！
- オジさんぼ 気のいいひょうきんなよしオジさんこと、土井よしおが区内を散歩する番組の長寿特集。区内の表通りから裏路地まで、寄り道だらけの20分。

9/28日～10/4(土)

- アンコール放送 みつばちの贈り物 2022年10月放送。養蜂事業「ハニービー・プロジェクト」について区や提携企業の取り組みなどを紹介します。
- こうとう現代人 区内で精力的に活動する人にスポットを当てるコーナー。今回は南砂2丁目団地の夏まつり開催に尽力する大学生をご紹介します。

バックナンバーは、YouTube 区公式チャンネルから視聴できます



番組に関するお問い合わせ、バックナンバーのDVD貸出は広報広聴課報道係へ ☎03-3647-8589 📠03-5634-7538

ケーブルテレビ加入についてのお問い合わせは、フリーダイヤル☎0120-44-3404 東京ベイネットワーク(株)まで

ラジオこうとう 88.5MHz(レインボータウンFM)、インターネット(サイマル・リスラジ)で聴けます

日曜 10:00～10:20

月曜 19:00～19:05

水・木曜 19:00～19:10

イベントやまちの情報
防災・安全一口メモ
タイムリーな区政情報

こどものサードプレイス(居場所) じどうかん



中学生・高校生世代も大歓迎！Wi-Fi完備しています！卓球、ダーツ、マンガ、学習スペースなどがあります。Teen's Base Caféも実施中 区各児童館へ



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。☑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みます。

- ①講座・催しもの名
(日時・コースも)
- ②氏名(ふりがな)
- 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



子育て・教育

10月の乳幼児食事教室

☑9月5日(金)から区HPまたは保健相談所に電話・窓口で



城東保健相談所 ☎03-3637-6521 ☎03-3637-6651	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者 (申込順)	2(木) ①10:30〜 ②13:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と 保護者(申込順)	23(木) 13:30〜
深川保健相談所 ☎03-3641-1181 ☎03-3641-5557	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者 (申込順)	7(火) ①13:00〜 ②14:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と 保護者(申込順)	28(火) ①13:00〜 ②14:30〜
深川南部保健相談所 ☎03-5632-2291 ☎03-5632-2295	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者 (申込順)	23(木) ①10:30〜 ②13:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と 保護者(申込順)	9(木) 14:30〜
城東南部保健相談所 ☎03-5606-5001 ☎03-5606-5006	
6〜7か月離乳食教室 ※2回食講座 ☑6〜7か月児と保護者 (申込順)	2(木) ①10:30〜 ②13:30〜
1歳児食事教室 ※離乳食完了〜幼児食へ ☑1歳〜1歳6か月児と 保護者(申込順)	9(木) 13:30〜

絵本作家はらぺこめがね

「はらぺこペーパーでつくる おべんとうワークショップ」

キッズ

☑9月28日(日)11:00〜12:00 ☑こどもプラザ ☑乳幼児〜小学校低学年のこどもと保護者 ☑80人(抽選) ☑さまざまな色が混ざった紙「はらぺこペーパー」をちぎって台紙に貼りお弁当を作る、親子で楽しめるワークショップ ※イベント終了後、絵本持参の希望者にサイン会あり(1人1冊) ☑原田しんや、関かおり(絵本作家・はらぺこめがね) ☑9月13日(土)9:00〜15日(月・祝)16:00に、子育て情報ポータルサイトHPで ※電話や図書館カウンター、館内OPACからの申し込みは

不可 ☑こどもプラザ図書館
☎03-5600-3885 ☎03-5600-3886



高校生世代

チャレンジアシストプログラム

地域や社会のための挑戦・実験してみたいことについて企画・提案を募集します。書類審査・プレゼンテーション審査により、事業費の最大5万円を助成します ☑BumB東京スポーツ文化館 ☑高校生世代 ☑9月19日(金)までにBumB東京スポーツ文化館HPで ☑BumB東京スポーツ文化館☎03-3521-7323 ☎03-3521-3506



くらし・しごと・産業

行政書士による無料相談会(9月)

遺言・相続、成年後見、株式会社の法人設立、産廃・建設業ほか各種営業許可関係、契約書、自動車の名義変更、車庫証明などの無料相談を行っています ☑区内在住・在勤の方(先着順) ☑東京都行政書士会江東支部 ☑当日直接会場へ ☑東京都行政書士会江東支部☎03-4500-2995、広報広聴課広聴相談係☎03-3647-4700 ☎03-3647-9635

日時 ※予約不要	場所
9/11(木) 13:30〜16:30	豊洲文化センター8階 第4研修室
9/18(木) 13:00〜16:00	区役所2階 エレベーター前

税理士による無料税務相談会

東京税理士会江東東支部

☑9月11日(木)、10月10日(金)9:45〜12:15、13:30〜16:00 ※相談時間は50分 ☑カメリアプラザ ☑主に小規模納税者 ☑一般的な税務相談(申告不可) ☑各回とも前々日の17:00までに東京税理士会江東東支部に電話で(完全予約制) ☎03-3681-3722 ☎03-3682-8876

悪質商法被害防止

高齢者被害特別相談

シニア

消費者トラブルでお困りの方はお気軽にご相談ください。電話・窓口ともに予約不要です ☑9月9日(火)・10日(水)9:30〜16:30 ☑消費者センター ☑区内在住・在勤の高齢者 ☑消費者センター☎03-3647-9110(相談専用) ☎03-5683-0318

建築・測量登記の無料相談

新築・増改築・耐震・空家・大雨浸水の改修等のプラン、資金、日照問題、登記、土地測量等建築一般に関する相談に、(一社)東京都建築士事務所協会江東支部会員と東京土地家屋調査士会江東支部会員が対応します ☑9月10日(水)13:00〜15:00(受付は14:50まで) ☑区役所2階区民ホール ☑当日直接会場へ ※設計図や資料がある方はご持参ください ☑建築調整課建築調整係☎03-3647-9754 ☎03-3647-5513

勤労障害者の表彰対象者を募集

区では職業的自立に努力している勤労障害者を毎年表彰しています。今年の表彰対象者を募集します。詳細は、区HPをご覧ください ☑現在の事業所に2年以上

勤務する区内在住の障害者手帳所持者で、就業成績が極めて良好と認められる方 ☑5人程度(選考あり) ☑9月5日(金)〜26日(金)(消印有効)に該当者を雇用している事業者が、窓口または区HPにある推薦調書に必要事項を記入し、窓口または郵送、メールで〒135-8383区役所障害者支援課障害者就労支援係へ☎03-3699-0325 ☎03-3699-0329 ☑shuroutantou@city.koto.lg.jp

9月は東京都の自殺対策強化月間

生きているのがつらいとき相談できる窓口があります。次のとおり特別相談を実施します ☑東京都保健医療局健康推進課自殺総合対策担当☎03-5320-4310

こころの悩み等についての電話相談

(全国)[フリーダイヤル特別相談]
☎0120-58-9090
(東京)☎03-5286-9090
実施中〜9/5(金)20:00〜翌2:30
※月曜は22:30〜、火曜は17:00〜

[有終支援いのちの山彦電話]
☎03-3842-5311
9月の火・水・金・土・日曜
12:00〜20:00
※ただし祝日および第3・4日曜除く

[自殺予防いのちの電話]
☎0120-783-556
毎日16:00〜21:00
※9/10(水)8:00〜16(火)8:00は24時間
☎03-3264-4343 毎日24時間

[東京都自殺相談ダイヤル
〜こころといのちのほっとライン〜]
☎0570-087478
9/19(金)〜23(火・祝)24時間

自死遺族のための相談電話

[自死遺族傾聴電話] ☎03-3796-5453
9/2(火)〜6(土)11:00〜17:00

[自死遺族相談ダイヤル] ☎03-3261-4350
9/8(月)〜10(水)12:00〜18:00

東京商工会議所

江東支部主催セミナー

☑9月17日(水)14:00〜16:00 ☑産業会館 ☑中小企業・小規模事業者の事業主または従業員 ☑広告業界出身の中小企業診断士が解説するSNSでの販促のコツとSNS乗っ取り等の最新サイバー犯罪の動向 ☑仲田俊一(中小企業診断士)、警視庁サイバーセキュリティ対策本部担当官 ☑9月11日(木)17:00までに東京商工会議所HPで ☑東京商工会議所江東支部☎03-3699-6111 ☎03-3699-5511

江東区特定創業支援等事業

ひがしん創業塾

☑墨田区産業共創施設 SUMIDA INNOVATION CORE(墨田区錦糸4-17-1-4階) ☑区内で創業を希望するか創業後5年以内で、全回参加できる方 ☑20人(申込順) ☑9月5日(金)から東京東信用金庫HPで ☑東京東信用金庫お客様サポート部中小企業応援センター☎03-3633-2445 ☑sougyou@higashin.co.jp

※詳細は東京東信用金庫HP



日付	時間
10/4(土)	13:00〜16:00
10/18(土)	13:00〜16:00
10/25(土)	11:00〜17:30
11/22(土)	13:00〜16:00
11/29(土)	13:00〜16:30
12/13(土)	13:00〜16:30



スポーツ

インクルーシブ・セーリング体験会 若洲

☑10月19日(日)10:00〜15:30 ☑若洲ヨット訓練所(若洲3-1-1) ☑区内在住・在勤・在学で障害者手帳をお持ちの中学生以上の方、区内在住・在勤・在学の中学生以上の方 ※未成年の方は要保護者承諾・同伴 ☑各5人(抽選) ☑500円(保険料) ☑障害者と健常者がともにセーリングを体験 ☑9月16日(火)(必着)までに☑HP申込、または区HPにある申請書に、必要事項を記入し、窓口、FAX、郵送で〒135-8383 区役所スポーツ振興課スポーツ振興係(区役所4階34番)へ☎03-3647-4887 ☎03-3647-8506 ※雨天・高温等による中止あり



スポーツの日 ダンスフェスタ

☑10月13日(月・祝)9:00〜12:00 ☑深川北スポーツセンター ☑15チーム(区内スポーツセンター主催ダンス教室チーム・江東区スポーツネット登録団体を優先し、抽選) ☑2,000円 ☑年齢・性別・ダンスのジャンルを問わないダンス発表会 ☑9月15日(月・祝)までに健康スポーツ公社HPで ※中学生以下のチームは代表者(18歳以上の保護者)が必要 ☑深川北スポーツセンター☎03-3820-8730 ☎03-3820-8731



江東シーサイドマラソン

ランナーサポート企画「足型測定会」

☑9月21日(日)①9:00〜12:00②13:00〜17:00 ☑東砂スポーツセンター ☑江東シーサイドマラソン大会に出場予定の方 ☑①6人②8人(抽選) ☑600円 ☑足のサイズ・形・動きを測定し、自身に合ったシューズの選び方や足の使い方を解説 ☑関 亜斗利(シューフィッター) ☑9月14日(日)までに東砂スポーツセンターHPで ☑東砂スポーツセンター☎03-5606-3171 ☎03-5606-3176



健スポまち巡りウォーキング

☑10月20日(月)10:00〜12:30 [集合] 深川スポーツセンター [解散] 清澄白河駅 ☑12人(申込順) ☑500円 ☑ウォーキングのアドバイスを受け、ウォーキングマップを活用して江東区の見どころを巡る ☑池田剛(アスリート塾)、江東区文化観光ガイドの会 ☑9月6日(土)9:00から深川スポーツセンターに電話・窓口で☎03-3820-5881 ☎03-3820-5884



太極拳無料体験会

☑9月28日(日)9:45〜11:35(受付9:30〜) ☑東砂スポーツセンター ☑太極拳初心者・未経験者 ☑60人(申込順) ☑初級太極拳・カンフー体操 ☑9月5日(金)〜12日(金)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



江東区民陸上競技大会

11月3日(月・祝)8:30集合(雨天決行) 夢の島競技場 ※車での来場はご遠慮ください 区内在住・在勤・在学の方 小学生100円、中学生200円、高校生以上の方300円、リレー500円 9月30日(火)までに江東区民陸上競技大会HPで 深川スポーツセンター ☎03-3820-5881 ☎03-3820-5884

部別		競技種目
男子	一般	100m・400m・1500m・5000m・4×100mリレー・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ7.26kg
	壮年	5000m(50歳代)・5000m(60歳代)・5000m(70歳以上)
	中学生	100m・200m・800m・3000m・4×100mリレー・110mハードル・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ4kg(1・2年生)・砲丸投げ5kg(3年生)
	小学生	50m(1〜3年生)・100m(4〜6年生)・走り幅跳び(4〜6年生)
女子	一般	100m・5000m・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ4kg
	中学生	100m・200m・800m・1500m・4×100mリレー・100mハードル・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ2.721kg
	小学生	50m(1〜3年生)・100m(4〜6年生)・走り幅跳び(4〜6年生)
混合	小学生	4×100mリレー(4〜6年生)

※1人1種目まで(リレーは除く)
※小学生の部のリレーは4〜6年生で4〜6人のチームを編成(男女混合も可)。男女比の制限無し40チーム(抽選)
※中学生の部のリレーは1団体から3チームまで(在学経由で申し込み)
※一般の部は高校生以上参加可
※締切後のエントリー変更は不可



初級中級硬式テニス講習会

9月28日〜10月26日の日曜(10月12日を除く全4回) [Aコース]8:30〜10:00 [Bコース]10:10〜11:40 豊住庭球場 区内在住・在勤の15歳以上の方(中学生を除く) 各コース32人(抽選) 6,000円 江東区テニス連盟 9月12日(金)(必着)までに往復はがきに9面申込記入例の①〜④と⑤年齢⑥生年月日⑦勤務先と所在地(区内在住の方)を記入し、〒135-0046 牡丹1-12-12 南光ビル1階テニスショップボールボーイ内 江東区テニス連盟事務局(石割)へ ☎03-3820-7072 ※詳細は連盟HPをご覧ください



スポーツセンターイベント・施設情報

スポーツボランティア研修会などのイベント情報や、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。



心拳道わんぱく相撲大会

9月28日(日)14:00〜17:00 深川スポーツセンター 幼児〜小学生 区内内外を問わず参加できるこども相撲大会。参加賞としておもちゃ、お菓子、ドリンクを用意 9月5日(金)〜15日(月・祝)に(一社)真

武道心拳道の申込フォームで 心拳道事務局(山口) ☎080-7017-7313 ✉shinkendo.japan@gmail.com



車いすテニス体験会

10月5日(日)9:30〜11:00、11:10〜12:40 潮見野球場・庭球場 小学生以上の方 各回6人(抽選) 中澤吉裕(車いすテニス元日本代表監督) 9月21日(日)までに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



江東区スポーツネット 11月のスポーツ施設(野球場・運動場・テニスコート)の利用申し込み

[抽選受付期間]9月20日(土)〜30日(火) [抽選後の空き施設の申し込み]10月9日(木)から受け付け [申込方法]利用者登録後、HPまたは各スポーツセンターにある利用者端末機で申し込みます。なお、別表の日程は施設の整備・区民大会等の開催により利用申し込みはできませんのでご注意ください

屋外スポーツ施設事務所 ☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855



種目	施設・面番号	日程(11月分)	時間
野球・ソフトボール	夢の島	1・2面	2・3・9・16・23・24
		5・6面	2・3・9・16・23・24・29
		3・4・9・10面	2・3・9・16・23・24
		11・12面	2・8・16・23・24・29
		全面	30
	東少年	全日程	
テニス	潮見	全面	8・9
		B・D面	16・23
	潮見	全面	2
	新砂	全面	9・16・23
	豊住	A・B・C・D面	9・16
		全面	1・8・15・22
ソフトボール・サッカー等	新砂	全面	2・30
		全面	23・29
	荒川砂町	全面	2
	新砂	第一全面	2・9・16・23・30
		第二全面	9
		サッカー場	1・3・16・22
屋外スポーツ施設休場日	多目的	平日の月・水・金	全日
		10・25	全日

スポーツの日 こどもテニス教室

10月11日(土)10:00〜12:00 ※雨天中止 豊住庭球場 区内在住・在学の小学生・中学生 20人(抽選) 500円 江東区テニス連盟 10月1日(水)(必着)までに江東スポーツ施設運営パートナーズHPまたは往復はがきに9面申込記入例の①〜④と⑤学校名⑥学年⑦性別⑧テニス歴⑨無料テニスラケット貸出の要不要を記入し、〒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

土曜マルチスポーツ教室

11月8日(土) [①かけっこ教室]年中・年長児9:30〜10:20、小学生10:40〜11:40 [②マルチスポーツ]年中・年長児13:00〜13:50、小学生14:10〜15:10 豊洲公園 年中・年長児、小学生 各回20人(申込順) 1回2,200円 ①かけっこ教室②短縄・長縄(縄とびを持参ください) 9月8日(月)12:00から豊洲ぐるりパークセンターHPで 豊洲ぐるりパークセンター ☎03-3520-8819 ☎03-3520-8829

青空マルチスポーツ教室

毎月第1〜3水・金曜 ①15:00〜15:50②16:10〜17:10 豊洲公園 ①年長児〜小学2年生②小学2〜6年生 各15人(申込順) 毎月7,100円※初回体験無料 ①かけっこ教室やボールを使った運動 9月5日(金)12:00から豊洲ぐるりパークセンターHPで 豊洲ぐるりパークセンター ☎03-3520-8819 ☎03-3520-8829

若洲ゴルフリンクス 一般開放デー「わかすの日」

10月5日(日)10:00〜15:30 ※雨天中止 若洲ゴルフリンクス(若洲3-1-2) 緑あふれるゴルフ場を散策したり、広い芝生の上を走り回ったりできます。丘の上からの芝すべりやこども向けゴルフ体験あり(一部要申込) 当日直接会場へ ※一部のイベントは9月8日(月)12:00から若洲ゴルフリンクスHPで申し込み。詳細は同HPをご覧ください 若洲海浜公園 ☎03-3522-3225 ✉info-wakasu@golftk.com

文化・観光

俳句講座

9月13日(土)13:30〜16:00(開場13:15) 教育センター 高校生以上の方 20人(申込順) 俳句の基本的な技法と句の講評 現代俳句協会 9月6日(土)9:00〜10日(水)21:00に東陽図書館に電話・窓口で ☎03-3644-6121 ☎03-3615-6669 ※申し込み後、9月10日(水)までに自作の俳句2句を東陽図書館へ提出(様式自由、申込フォームからの提出可)

「旧大石家住宅友の会」(ボランティア)会員募集

かやぶき古民家の旧大石家住宅(江東区指定文化財)の保存活動に参加していただける会員を随時募集しています [活動日]月〜金曜のいずれかの曜日9:30〜13:00(活動時間は応相談) [活動内

容]住宅内外の清掃・管理、年中行事の展示補助など ※応募者には別途概要説明あり 区HPまたは旧大石家住宅(南砂5-24地先、仙台堀川公園内)、文化観光課文化財係(区役所4階32番)にある申込用紙に必要事項を記入し、〒135-8383区役所文化観光課文化財係へ郵送・FAX・窓口で ☎03-3647-9819 ☎03-3647-8470



俳文学会全国大会 公開講座

10月19日(日)10:00〜11:15 深川江戸資料館 30人(申込順) 芭蕉も交流した談林俳諧の祖・西山宗因の江戸俳壇への影響を考察 尾崎千佳(山口大学教授) 9月10日(水)9:00から芭蕉記念館に窓口・電話で ☎03-3631-1448 ☎03-3634-0986

深川江戸資料館イベント

伝統芸能公開 江戸小歌

9月13日(土)14:00〜14:45 観覧料 大人400円、小・中学生、高校生等50円(観覧料) 中村市之輔(江戸小歌十八世宗家) 当日直接会場へ [視覚障害者展示サポート事業 アイ・サポート見学デー]

主に視覚障害者の方が深川江戸資料館常設展示室をゆっくりと見学できる日です。当日一般の方は見学できません 10月27日(月)13:00〜16:00(受付12:50〜) 視覚に障害がある方 60人(申込順) 9月10日(水)から電話・窓口またはFAXに9面申込記入例の①〜④を記入し、深川江戸資料館へ いずれも 深川江戸資料館 ☎03-3630-8625 ☎03-3820-4379

中川船番所資料館イベント

特別展 江戸の出版文化と江東地域

9月18日(木)〜令和8年1月18日(日)9:30〜17:00(入館は16:30まで) 観覧料 江戸時代中・後期に花開いた江戸の出版文化について、江東区にゆかりのある作者・出版物に描かれた江東地域とともに紹介 当日直接会場へ ※10月18日(土)14:00からミュージアムトークあり(当日先着10人)

中川番所再現ジオラマ・ミニ風物詩 [十五夜 お月見体験 舞とお話とお団子]

10月7日(火)18:30〜19:00 小学生以上の方 20人(申込順) ※小学生は要保護者同伴(有料) 800円 江戸情緒あふれる中川番所(さき)の前でお月見にまつわる話を聞き、月に捧げる神聖な舞を鑑賞 ※月見団子付き(団子は事前発注のため、当日キャンセルは不可) 9月10日(水)9:00から中川船番所資料館HPまたは、中川船番所資料館に電話・窓口で いずれも 中川船番所資料館 ☎03-3636-9091 ☎03-3636-9094

LGBT等相談

性的指向やジェンダーアイデンティティに関する悩みや不安などご相談ください。LGBT等の方だけでなく、家族や職場、支援者の方も相談できます [電話相談(予約不要)]毎月第3木曜 17:00〜20:00 ☎03-3647-1171 [面接相談(来所またはオンライン・要予約)]毎月第2火曜 17:00〜20:00





健康・福祉

■ 難病医療相談室

回9月19日(金)13:30~14:30 区江東区医師会館(東陽5-31-18) 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 回2人(申込順) 専門医を中心とした医療相談 回9月12日(金)までに電話またはFAXに9面申込記入例の①~④と⑤難病名を記入し、江東区医師会事務局へ ☎03-3649-1411 ☎03-3649-1631

■ 講演会「家族が認知症になったら」

回9月20日(土)14:00~16:00(開場13:45~) 区教育センター 区高校生以上の方 回50人(申込順) 認知症の方とのコミュニケーション方法「バリデーション」について学びます 回9月6日(土)9:00から東陽図書館に電話・窓口で ☎03-3644-6121 ☎03-3615-6669

■ 「老いの身支度、後始末」

遺言から実家の処分、墓仕舞いまで

回9月27日(土)13:30~16:30 区東大島文化センター 回30人(申込順) 終活に関わる遺言や相続などについて学ぶ。個別相談あり 区東京都行政書士会江東支部 回9月8日(月)9:00から東大島図書館に電話・窓口で ☎03-3681-4646 ☎03-3681-4810

■ 秋の健康づくり講座

回10月7日(火)から 区健康センター 回15歳以上の方(中学生を除く) 回各30人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) 区リフレッシュ体操や貯筋エクササイズ、エアロビクス、ヨガなど各種エクササイズ全9講座を開催。費用や日程等の詳細は健康センターHPをご覧ください 回9月14日(日)(必着)までに健康センターHPまたは窓口(返信用はがき持参)、往復はがきに9面申込記入例の①~④と⑤年齢⑥区内在勤・在学の場合は勤務先・学校の所在地・電話番号を記入し、〒135-0016東陽2-1-1健康センターへ ☎03-3647-5402 ☎03-3647-5048

■ 椅子ひとつで体力アップ ~フレイル予防教室

シニア

回10月8日~令和8年3月18日の水曜(12月24日・31日、令和8年2月11日を除く全21回)9:30~10:30 区深川スポーツセンター 区内在住で65歳以上の方 回20人(抽選) 回8,400円 区気力や体力など心身の活力が低下した状態(フレイル)にならないための、運動習慣や健康管理の支援 回9月17日(水)(必着)までに深川スポーツセンターHP・窓口(はがき1枚持参)または往復はがきに9面申込記入例の①~④と⑤生年月日・年齢を記入し、〒135-0044越中島1-2-18 深川スポーツセンターへ ☎03-3820-5881 ☎03-3820-5884

■ 手話通訳者登録試験 (手話通訳者全国統一試験)

回12月6日(土)10:00~16:30 区かつしかシンフォニーヒルズ別館(葛飾区立石6-33-1)または京橋プラザ区民館(中央区

銀座1-25-3) 回次のすべてに該当する方 〇区内在住・在勤・在学で江東区手話講習会手話通訳Ⅱコース修了者、または同等の技術と知識がある〇合格後に江東区登録手話通訳者として活動できる〇18歳以上(登録時)〇他区市町村に登録していない(他地域との兼任は不可) 回6,000円 区筆記試験(手話通訳者に必要な基礎知識・国語)、実技試験(場面通訳) 回9月2日(火)~19日(金)に受験料を指定口座に振り込み後、控えを持参のうえ、ボランティア・地域貢献活動センター窓口で ☎03-3645-4087 ☎03-3699-6266 ※手話通訳士、他区市町村で試験に合格した方等が江東区へ登録を希望する場合には、お問い合わせください



■ 子が考える親の終活講習会 ~知って安心! 後見、相続、税金の基本~

回9月27日(土)14:00~16:15 区高齢者総合福祉センター 区区内在住・在勤・在学の方 回50人(申込順) 区親が認知症になったり亡くなったときに備え、関係する制度や手続きを司法書士や公認会計士が紹介。自分自身の終活について学びたい方も参加可 回9月8日(月)から社会福祉協議会HP、電話またはFAXに講座名、氏名(ふりがな)、電話番号を記入し、権利擁護センター「あんしん江東」へ ☎03-3647-1710 ☎03-5683-1570



■ 社協カフェ「みんなの居場所」

区地域の誰もが参加できる仲間づくりの場。今回のイベントは江東区文化観光ガイドの会が、地域の歴史や名跡について楽しく語ります。①②はイベント(11:00~11:40)、福祉総合相談、ボランティア相談(10:00~12:00)③は茶話会と自転車の乗り方講習、健康講座 回当日直接会場へ

	日時	場所	問合せ先
①	9/17(水) 10:00~12:00	総合区民センター7階 第5会議室	社会福祉協議会 地域福祉推進課 ☎03-3640-1200 ☎03-3699-6266
②	9/24(水) 10:00~12:00	森下文化センター 3階第1・2 研修室	
③	9/10(水) 10:00~12:00	UR北砂七丁目団地1階集会所 (北砂7-7-1)	社会福祉協議会 サテライト城東南部 ☎03-6666-3326 ☎03-6666-3399

■ 認知症カフェ

認知症の方や家族、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。専門の相談員への相談もできます

【ふくろうカフェ】

回9月9日(火)11:00~15:00 区Ako Café(亀戸4-25-1) 区介護予防講話 回当日直接会場へ 区ふくろうカフェ(Ako Café) ☎03-3636-3099 ☎03-5626-0133(亀戸北長寿サポートセンター)

【Yワイカフェ】

回9月10日(水)14:00~16:00 区YMCA 東陽町コミュニティセンター(東陽

2-2-20) 区カフェ利用者の交流 回当日直接会場へ 区檀山 ☎03-3645-6402 ☎masa-jjy@beach.ocn.ne.jp

■ 障害のある方向け講座

【①絵手紙教室】

回10月9日~令和8年3月12日の第2木曜(1月8日を除く全5回)10:00~12:00 回20人(抽選) 区教材費800円、初めての方は道具代6,320円(送料込み)、240円(地域活動支援センター事業利用者負担金 ※生活保護受給者・住民税非課税の方などは免除) 区季節のモチーフなどで絵手紙を制作

【②備蓄食品で作るレシピ】

回10月30日(木)、11月5日(水)10:15~11:45 ※いずれか1回 回各8人(抽選) 回540円 ※住民税非課税の方は300円 区管理栄養士が備蓄食品を使って普段の食事でも取り入れやすいレシピを紹介 回いずれも区障害者福祉センター仮施設(潮見2-8-7) ※令和8年2月12日から障害者福祉センター(扇橋3-7-2) 区区内在住の障害者、難病の方 回①9月16日(火)②10月3日(金)(必着)までに電話・窓口またはFAX・往復はがきに催しもの名、氏名(ふりがな)、郵便番号・住所、連絡先(電話・FAX番号)、障害名(病名・等級)、②は希望日、付添者氏名(付添者同伴の場合のみ)、食物アレルギーの有無(ありの場合該当食材)も記入し、〒135-0052潮見2-8-7 障害者福祉センターへ ☎03-3699-0316 ☎03-3647-4918 ※上記の方法で申し込みが難しい方はご相談ください

■ 江東区医師会区民公開講座

回9月27日(土)15:00~16:00(開場14:30) 区江東区医師会館(東陽5-31-18) 回80人(申込順) ※小学生以下は入場不可 区ここまで変わった! 泌尿器がん治療の変遷-手術・放射線・薬物療法- 区新保正貴(聖路加国際病院泌尿器科医長) 回9月8日(月)から電話またはFAXに9面申込記入例の①~④を記入し、江東区医師会へ ☎03-3649-1411 ☎03-3649-1631

■ 障害・高齢・疾病で歯科診療が 受けにくい方に歯科医を紹介

回月~金曜9:30~16:30 ※祝日除く 区障害・高齢・疾病で歯科診療が受けにくい方 区江東区歯科医師会が障害者(児)のお口の健康について相談できる歯科医や、通院が困難な方に訪問診療などを行っている歯科医を紹介 区江東区歯科医師会に電話で ☎03-3649-0780 ☎03-3649-1688

■ 順天堂東京江東高齢者医療センター 区民健康講座「ほっとかないで、 そのお股の悩み~女性泌尿器・ 骨盤臓器脱外来より~」

回10月18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) 回①60人(申込順) ②定員なし 区高澤直子(泌尿器科医師) 回9月5日(金)10:00から同医療センターHPで ※①は空きがある場合、9月12日(金)10:00から電話受付 区順天堂東京江東高齢者医療センター ☎03-5632-3111



環境・まちづくり

■ 不要になった自転車を 清掃事務所で無料引き取り

リユース促進のため、不要になった自転車を清掃事務所に持ち込んでいただくと、無料で引き取ります。粗大ごみとして出す前にリユースをご検討ください ※詳細は区HPをご確認ください 回9月27日(土)9:00~12:00 区清掃事務所 区区内在住の方 ※マンションの管理組合や事業者は対象外 回100人(申込順) 回9月8日(月)~24日(水)に区HPまたは清掃事務所作業係に電話で ☎03-3644-6216 ☎03-3699-9520



■ 木場こどものにわ

花つみ原っぱ たねダンゴ畑で 花摘みをしよう

回9月21日(日)13:00~15:00 区木場公園こどものにわ みんなの花壇 区花壇で育った花を摘みながら、ミニブーケ作りやミニ講座を行います。汚れてもよい服装で来場を ※花がなくなり次第終了 回当日直接会場へ 区木場公園サービスセンター ☎03-5245-1770 ☎03-5245-1772



防災・安全

■ 防災・救急フェア

in KAMEIDO CLOCK

防災週間、救急医療週間に合わせてイベントを行います 回9月6日(土)10:00~14:00 ※雨天縮小 区カメイドクロック屋内・屋外ステージ(亀戸6-31-6) 区VR防災体験車による防災体験、AR訓練機器による消火体験、まちかど防災訓練車による放水体験、起震車体験、電動ミニカー、車両展示、応急救護訓練、ミニ防火衣装着体験など 回当日直接会場へ 区城東消防署 ☎03-3637-0119 ☎03-3683-5380



みんなのひろば

「みんなのひろば」は、区民の皆さんの地域での自主的な活動を紹介します。内容については直接 区・区民までお問い合わせください。

■ いつからでも始められる水泳 毎日が楽しいです!

回木曜9:00~11:00 区東京アクアティクスセンター、BumB東京スポーツ文化館 区初心者からマスターズスイマーまでの水泳愛好者 区入会金2,000円、月会費4,000円 ※700円でお試しもできます 区楽しく丁寧に指導します。希望者は大会にも参加できます 区あめんぼクラブ(藤嶺) ☎090-2761-6582 ☎swim@t-njsf.net

■ だれでもできる登山と

名所をめぐる町歩き 会員募集

回第1土曜または日曜は登山、第3土曜または日曜は町歩き 区東京近郊の山または名所 区年会費3,000円 区いつまでも元気な足と心と一緒に鍛えませんか。初心者・見学者大歓迎 区江東山歩クラブ(岩崎) ☎03-3643-8851 ☎tugio.iwa.kuro.714@gmail.com

9月6日(土)

東京辰巳アイスアリーナ
オープン！

都立初の通年型アイススケートリンク「東京辰巳アイスアリーナ」がオープンします。館内には屋内リンクが2面あり、フィギュアスケートやアイスホッケー、カーリングなど、さまざまな氷上スポーツが楽しめます。通常営業時はどなたでも利用できるほか、スケートスクール、体育スクール、バレエスクールなども順次開講予定です。

開業記念イベント

入場無料

フィギュアスケートのエキシビションやオリンピックのトークセッション、スタンプラリー、展示ブースなど、盛りだくさんの内容をお楽しみください。

日9月6日(土) ※エキシビション・トークセッションは12:00～12:30、スタンプラリーは12:30～17:00

場東京辰巳アイスアリーナ(辰巳2-8-10 ※旧東京辰巳国際水泳場)
※東京メトロ有楽町線「辰巳駅」徒歩10分

【トークセッションゲスト】荒川静香(2006トリノオリンピック金メダリスト)、高橋大輔(2010バンクーバーオリンピック銅メダリスト)、村元哉中(2018平昌オリンピック出場)

日エキシビション・トークセッションの鑑賞、スタンプラリーへの参加は当日直接会場へ

※詳細は東京辰巳アイスアリーナHPをご覧ください

場東京辰巳アイスアリーナ ☎03-5534-5752
(月～金曜10:00～18:00 ※土・日曜、祝日除く)



©Kenta Aminaka
▲荒川静香さん



©Sunao Ohmori
(SECESSION)
▲高橋大輔さん



©Yumiko Inoue
▲村元哉中さん



プロバスケットボール B3リーグ
東京ユナイテッドバスケットボール
クラブ(TUBC)ホームゲームに
区民8,000人を招待・優待

東京ユナイテッドバスケットボールクラブ(TUBC)のホームゲーム開幕戦(vs香川ファイブアローズ)に招待します。オリンピック・パラリンピックの会場となった有明アリーナでバスケット観戦しましょう！詳細はTUBC HPをご覧ください。

日10月4日(土)17:00～、10月5日(日)15:00～
場有明アリーナ メインアリーナ
対区内在住・在勤・在学の方
定2日間で8,000人(申込順)
日9月5日(金)～10月3日(金)にTUBC HPで
場TUBC ☎03-6897-3578

申し込みは
こちら





参加
無料

9月12日(金)から
「KOTO旅めぐり2025」

区内の施設で謎解きパンフレット(無料)を手に入れて、3エリア(門前仲町、砂町・大島、豊洲)のさまざまなスポットをめぐり、謎解きを楽しみましょう。クリアしたエリアの数に応じて豪華賞品の抽選に応募できます。

賞品例 江戸切子、ラビスタ東京ベイ ペア宿泊券、ホテルイースト21 デイナー付き宿泊プラン
※謎解きではLINEを使用するため、インターネット接続可能なスマートフォンやタブレット端末等が必要です

期間 9月12日(金)～令和8年1月12日(月)

謎解きパンフレット配架場所
こうとう情報ステーション(区役所2階)、各文化センター、深川江戸資料館、中川船番所資料館、芭蕉記念館、深川東京モダン館、亀戸梅屋敷、豊洲 千客万来食楽棟2階 江東区観光案内所 など
※詳細はイベント公式HPをご確認ください

場文化観光課観光推進係 ☎03-3647-3312 ☎03-3647-8470



街ハック!



▲イベント
公式HP

国立印刷局「お札のKOTO技術2025」開催

さまざまな体験や展示を通して、こどもも大人も楽しみながらお札について学べます。

●お札の紹介 ●工芸官による凹版彫刻実演 ●フォトスポット ●1億円重さ体験 ●お札の偽造防止技術の解説・体験 ●手すき体験 ●凹版印刷体験

※手すき体験および凹版印刷体験は17:30に受付終了

【国立印刷局とは?】お札(日本銀行券)やパスポートなどの製造を担う組織

日9月13日(土)～15日(月・祝)10:00～18:30
場豊洲文化センター 1階ギャラリースペース
日当日直接会場へ(入場無料)
場文化観光課観光推進係 ☎03-3647-3312
☎03-3647-8470

▲区HP



▲1億円重さ体験



出典: 国立印刷局HP
(<https://www.npb.go.jp/>)