

社会保険労務士による年金相談(8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 ☎03-3647-9415

場所	日時・内容
区役所2階エレベーター前	8/5(火) 13:00～16:00 (面接相談のみ)
江東年金事務所 (亀戸5-16-9) ☎03-3683-1231 ☎03-3681-6549	【受付時間】 月～金曜 8:30～17:15 (週の初日のみ19:00まで延長) 8/9(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) (亀戸2-22-17日本生命亀戸ビル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

行政書士による外国人無料相談会

8月4日(月)、9月1日(月)13:00～16:00
 区役所2階エレベーター前
 入ビザ、パスポート、国際結婚、永住、帰化などに関する相談
 当日直接会場へ
 区民課行政書士会江東支部 ☎03-4500-2995

地域で見守り支え合いセミナー～身近にある見守りのタネを探してみませんか～

8月30日(土)14:00～16:00
 高齢者総合福祉センター
 区内在住の方
 70人(申込順)
 地域でのつながりの大切さについて考え、安心して暮らせる地域について学ぶ
 澤岡詩野(東海大学健康学部准教授)
 7月25日(金)から電話またはFAX・メールに6面申込記入例の①～④を記入し、社会福祉協議会地域福祉推進課地域支援係へ ☎03-3640-1200 ☎03-3699-6266
 suishin@koto-shakyo.or.jp

スポーツ

初心者対象 プロによるゴルフ体験会

8月23日(土)13:00～15:00、15:00～17:00
 有明スポーツセンター
 区内在住・在勤・在学で15歳以上の初心者
 ※中学生を除く
 各10人(申込順)
 費1,000円
 7月25日(金)9:00から健康スポーツ公社HPで ☎03-3528-0191 ☎03-3528-0192
 【内容について】東京ベイネットワーク(株) ☎0120-44-3404 ☎03-3640-2110

BumB東京スポーツ文化館イベント[夏休み卓球交流会]

7月31日(休)9:30～12:30
 年長児以上
 ※中学生以下は要保護者同伴
 30人(先着順)
 費1,140円
 親子でのコミュニケーションを取りながら卓球のスキルを学んだり、卓球のツールを使った「ニュースポーツ」を楽しむ
 当日直接会場へ(受付は9:00から)

[夏休み親子卓球教室]

8月11日(月・祝)9:30～11:00、11:10～12:40
 年長児～中学生と保護者(祖父母も可)
 各回10組(抽選)
 ※2回参加も可
 費1人570円(税込)
 楽しみながら卓球のスキルを学ぶ
 7月26日(土)13:00～8月1日(金)21:00にBumB東京スポーツ文化館HPで
 ※8月4日(月)以降に抽選結果をHPに掲載

いずれもBumB東京スポーツ文化館(夢の島2-1-3)
 BumB東京スポーツ文化館 ☎03-3521-7321 ☎03-3521-3506

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。



文化・観光

モダン館円楽一門会

8月15日(金)14:00～16:00
 50人(申込順)
 費2,000円
 5代目円楽一門会による落語会、7代目円楽襲名披露特別番組【出演】三遊亭圓橘、三遊亭楽麻呂、三遊亭道楽、三遊亭王楽改め7代目円楽
 深川東京モダン館
 7月25日(金)10:00から深川東京モダン館に電話で ☎03-5639-1776 ☎03-5620-1632
 info@fukagawatokyo.com

区民参加型演劇公演「かめいどらぼ2026」オーディション参加者募集

9月3日(水)19:00～21:00
 亀戸文化センター
 16歳以上の方
 ※未成年の方は保護者の同意が必要
 令和8年2月15日(日)の演劇公演「かめいどらぼ2026」の出演者を募集
 ※合格者には全30回のワークショップや稽古を予定(参加費26,000円、教材費7,000円が必要)
 ※出演料・交通費の支給はなし
 齊藤理恵子(劇団青年座)
 8月19日(火)(必着)までに各文化センター等、亀戸文化センターHPにある申込用紙に必要事項を記入し、亀戸文化センターに郵送・窓口で ☎03-5626-2121 ☎03-5626-2120



健康・福祉

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料納付をお忘れなく

口座振替は、納め忘れがなく支払いの期間が省ける安心で便利な納付方法です。詳細は区HPをご覧ください。

[口座振替の申し込み方法]

○専用HPからの申し込み
 ○区役所、出張所窓口でキャッシュカードによる口座振替の申し込み(一部金融機関に限る。本人確認書類とキャッシュカードをお持ちください)
 ○郵送での手続き(申込用紙は医療保険課保険料係で配布)



▲Web口座振替受付(区HP)

[国民健康保険料口座振替キャンペーン]

6～11月に国民健康保険料の口座振替を新規開始した世帯を対象に、抽選で区内共通商品券2,000円分を贈呈します
 ※条件を満たす世帯は自動的に抽選対象
 次のすべてを満たす世帯○令和7年6～11月に口座引き落としを新規に開始(申し込みから引き落としの開始まで1～2か

月かかります)○抽選時点で国民健康保険に加入中で、未納がなく、口座振替の実績がある
 150世帯(当選世帯のみ令和8年3月中に商品券を発送)
 医療保険課保険料係 ☎03-3647-3169 ☎03-3647-8443

国民健康保険料の減免

災害で重大な損害を受けたときや、事業の休廃止により収入が著しく減少し世帯全員の収入と資産(預貯金等)・能力を活用しても保険料の支払いが困難となったとき、一定期間、保険料が減免になる場合があります。申請には、預金通帳や特別な事情を確認できる書類などの提出が必要です。詳細はお問い合わせください。
 ※申請しても必ず減免されるとは限りません
 医療保険課資格賦課係 ☎03-3647-3167 ☎03-3647-8443

リバーハウス東砂

グループホーム入居者募集

障害者が、主に夜間や休日に日常生活上の援助を受けながら共同生活をする施設です
 18歳以上の身体障害者、知的障害者
 若干名(入居の必要性等を総合的に判断して決定)
 家賃(月30,000円)、光熱水費、食費など【利用期間】原則3年間【申請書などの請求】リバーハウス東砂に電話で
 8月22日(金)(消印有効)までに必要書類を〒136-0074東砂3-30-6リバーハウス東砂へ郵送・持参(8:30～17:00)で ☎03-3646-6623 ☎03-3615-1377

HIV・梅毒抗体検査・相談(8月分)

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

日程			受付時間
検査日	8/4(月)	8/18(月)	9:00～10:00
結果日	8/18(月)	9/8(月)	10:00～10:30

クロム健康相談窓口

東京都では、クロムに関する健康不安がある方を対象に、電話による健康相談を実施しています【時間】9:00～17:00(土・日曜、祝日を除く)
 東京都保健医療局環境保健衛生課環境保健担当 ☎03-5320-4491 ☎03-5388-1426

がんの夜間相談窓口(8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
 8月1日(金)18:00～20:00
 マギーズ東京(豊洲6-4-18)
 マギーズ東京に電話連絡のうえ当日直接会場へ ☎03-3520-9913
 保健所健康推進課がん対策・地域医療連携係 ☎03-3647-5889 ☎03-3615-7171

ボランティア・アカデミー 地域活動への入口コース

8月25日(月)・9月1日(月)・8日(月)、10月20日(月)(全4回)13:30～17:00
 ※別途ボランティア活動日等あり
 高齢者総合福祉センターなど
 区内在住・在勤の方
 20人(抽選)
 講義やワーク、ボランティア活動等を通じて、区の地域と福祉

について学ぶ。講座修了後は、継続的に活動できるよう、ステップアップの講座を紹介
 岡田哲郎(東京学芸大学特任講師)ほか
 7月25日(金)～8月8日(金)に社会福祉協議会HPまたはボランティア・地域貢献活動センターに電話・窓口で ☎03-3645-4087 ☎03-3699-6266



JAPANドラッグストアショー

8月9日(土)・10日(日)10:00～17:00
 東京ビッグサイト(有明3-11-1)
 健康・美容・生活に役立つ商品が一堂に会する展示会。こどもが仕事を体験できる「お仕事体験コーナー」、出展メーカーブースでのさまざまな展示やサンプリングなど情報が満載。詳細はJAPANドラッグストアショーHPをご覧ください
 当日直接会場へ
 JAPANドラッグストアショー推進事務局 ☎03-6206-0067
 info@drugstoreshow.jp



環境・まちづくり

建築・測量登記の無料相談

新築・増改築・耐震・空き家・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)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
 8月6日(水)13:00～15:00(受付は14:50まで)
 区役所2階区民ホール(先着順・1人20分程度)
 ※設計図や資料の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

防災・安全

こうとう防災学びの場 体験型!生き延びるための アウトドア防災講座

8月30日(土)14:00～16:00
 男女共同参画推進センター
 48人(申込順)
 今いる場所が浸水したら、という想定でAR(拡張現実)を使った被災疑似体験や、防災グッズなど避難時に必要なものを学ぶ。また、多様な視点から、災害時の課題と対策を考えるワークも開催
 あんどურიす(アウトドア防災ガイド)
 幼児(満1歳6か月～未就学児)10人程度
 ※8月20日(水)までに要予約
 7月25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
 ※手話通訳は8月20日(水)までに要申込



土のうを配付(8月分)

住宅への浸水被害を軽減するため、希望者に土のうを6月から10月まで毎月配付しています。土のうをお持ちの方で、袋が破損している場合は、袋のみの配付も行っています。
 ※店舗、事務所、事業所、駐車場等は配付の対象となりません。配付した土のうは、ご自身で日常管理・不要時の処分をお願いします(清掃事務所では収集処分できません)。
 【8月分配送日】8月下旬の区が指定する日
 8月10日(日)までに区HPまたは河川公園課工務係(区役所隣防災センター6階2番)に電話・窓口で ☎03-3647-2538 ☎03-3647-9216

