

■ 分譲マンション無料相談会

■12月10日(水)13:00~16:00(1件1時間以内) ■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・管理に関する問題に対応するための相談会 ■11月25日(火)~12月5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 ☎03-3647-9268

■ カナルこうとう 会員募集 勤労者・事業主の福利厚生事業

カナルこうとうは、区内の中小企業で働く方とその家族の方々のために総合的な福利厚生事業を実施し、現在約2,950人(約600事業所)の方が利用しています ■①区内の中小企業に勤務する方と事業主の方(パートタイマー、契約社員、家族従業員を含む) ■②区内の事業所に勤務している方(在職証明が必要) ■③区内在住で、区外の事業所に勤務している方と事業主の方 ■収入会員1人200円、月会費1人500円(③は700円) ■※事業主が負担する会費は、税法上の損金または必要経費の対象 ■会員の結婚、こどもの出産・入学などの際に給付金を支給、レジャー・旅行の補助(株)ベネフィット・ワンのサービス使用可)、人間ドックの利用補助など。カナルこうとう独自の会報誌を年4回発行 ■間カナルこうとう事務局 ☎03-3699-5101 ☎03-3699-0781

■ 税理士による年末無料税務相談 東京税理士会江東西支部

■12月4日(木)10:00~16:00 ■区役所 2階エレベーター前 ■主に小規模納税者 ■内主に個人の譲渡所得、相続税、贈与税、確定申告などの相談 ■申込フォーム(下記2次元コード)で予約、または ☎03-3633-3585 は当日直接会場へ ■間東京税理士会江東西支部 ☎03-3633-3585

■ 司法書士から学ぶ おひとりさまの終活講習会

■12月19日(金)14:00~16:00 ■高齢者総合福祉センター ■区内在住・在勤・在学の方 ■50人(申込順) ■人生の最期を迎えるとき、財産や葬儀はどうするのかなど、おひとりさまの終活に関する不安を解消できるよう司法書士が講義 ■11月26日(水)9:00から社会福祉協議会HP、電話またはFAXに5面申込記入例の①②④を記入し、社会福祉協議会権利擁護センター「あんしん江東」 ☎03-3647-1710 ☎03-5683-1570

■ スポーツ

■ 夢の島ハワイアンフラ教室 はじめてクラス

■令和8年1月7日~3月18日の水曜(2月11日を除く全10回)12:00~13:00(体験会:12月10日(水)・17日(水)) ■※詳細はHPをご覧ください ■夢の島競技場 ■16歳以上の方 ■5人程度(申込順) ■1回1,000円 ■Suzuki Lisa(Hula Halau ALOHANA代表) ■11月26日(水)から江東スポーツ施設運営パートナーズHPで ■間屋外スポーツ施設事務所 ☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855

■ 夢の島キッズチアスクール

■毎週木曜(5週目は振替日) ■夢の島競技場 ■年少児~小学6年生 ■各クラス7人(申込順) ■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 ■間屋外スポーツ施設事務所 ☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855 ☎school@di-ksp.jp



■ 区民駅伝競走大会

■令和8年1月18日(日)9:00~(集合8:45) ■※小雨・小雪決行(荒天の場合は令和8年1月24日(土)に延期) ■夢の島競技場 ■区内在住・在勤・在学で中学生以上の方(中学生を除き、江東区陸上競技協会の登録が必要) ■1チームにつき3,000円(中学生は1,000円。要傷害保険加入) ■12月5日(金)までに健康スポーツ公社HPまたは各スポーツセンター、夢の島競技場にある申込書に必要事項を記入し、参加費を添えて各窓口で ■※中学生は学校単位での申込 ■間有明スポーツセンター ☎03-3528-0191 ☎03-3528-0192

部別

一般の部(5人×約5km)
※高校生以上。男女混合可

壮年の部(5人×約5km)
※全員50歳以上。男女混合可

中学の部(5人×約3km)
※中学生男子

女子の部 (5人×約2km)	中学生
	高校生以上

■ BumBスポーツ文化館 キッズ 冬休み子どもスイミング

■1,400円 ■11月27日(木)13:00~12月5日(金)21:00にBumB東京スポーツ文化館HPで ■※12月9日(火)以降に抽選結果を同館HPに掲載 ■間BumB東京スポーツ文化館(夢の島2-1-3) ☎03-3521-7321 ☎03-3521-3506

あっぷっプール

対年中~小学1年生 ※子ども1人につき保護者1人入場可。要保護者同伴定12人	■12/20(土)・21(日) 14:00~15:00 12/26(金)・27(土)、令和8年1/4日~7(水) 9:30~10:30 内顔付け・バタ足・水中移動など水慣れ練習
---	--

はじめてプール

対小学2~4年生 ※子ども1人につき保護者1人入場可。小学3年生以下は要保護者同伴定12人	■12/20(土)・21(日) 15:15~16:15 12/26(金)・27(土)、令和8年1/4日~7(水) 10:45~11:45 内けのび、グライドキック、クロールなど泳ぎの基礎練習
--	---

高学年クラス

対小学5年生~中学生 定6人	■12/20(土)・21(日) 16:30~17:30 12/26(金)・27(土)、令和8年1/4日~7(水) 12:00~13:00 内クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの基本練習を各自の泳力に合わせて実施
-------------------	--

■ パラスポーツ体験会・相談会

■ ソフトテニス体験会

■①車いすテニス/デフテニス体験会・相談会 ■内車いすテニス・デフテニスの体験とパラスポーツに関する相談会 ■※相談会は体験会終了後に開催 ■■車いすテニス】中澤吉裕(東京パラリンピック日本代表監督)【デフテニス】内藤公広(デフテニス元日本代表コーチ)

■②ソフトテニス体験会 ■■熊坂沙智也(東京都ソフトテニス高校選手権個人・団体戦優勝)ほか

■いずれも ■12月21日(土)、令和8年1月24日(土)11:45~12:30、12:30~13:15 ■10:00~10:45、10:45~11:30 ■夢の島競技場 ■小学生以上 ■各回10人(申込順) ■11月25日(火)から申込フォーム(右記2次元コード) ☎QRコードで ■間すばてらす豊洲 ☎contact@spoterasu.com

■ 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

■ 映画のハナシ、しませんか? ~年末年始に観たい感動映画~

■12月13日(土)14:00~16:00(開場13:45) ■教育センター ■25人(申込順) ■内「年末年始に観たい感動映画」をテーマに文筆家の志田一穂さんと楽しく話す ■11月26日(火)9:00から東陽図書館に電話・窓口で ■※申込時に「年末年始に観たい感動映画」をお伝えください ☎03-3644-6121 ☎03-3615-6669

■ ミモザ弦楽四重奏団 クラシックコンサート

ベートーベン弦楽四重奏曲ほか、大人もこどもも楽しめるコンサートを行います ■12月13日(土)14:30~15:30(開場14:00) ■総合区民センター ■小学生以上 ■※小学生は要保護者同伴 ■80人(申込順) ■11月29日(土)9:00から申込フォーム(右記2次元コード) ☎QRコードで ■間城東図書館 ☎03-3637-2751 ☎03-3637-3122

■ 深川東京モダン館イベント

■ モダン館円舞一門会

■12月12日(金)14:00~16:00 ■50人(申込順) ■2,000円 ■内【出演】三遊亭豪麻呂、三遊亭鳳笑、三遊亭好志郎、三遊亭兼矢(落語家)

■ おきがる講座

■12月19日(金)14:00~15:30 ■50人(申込順) ■500円 ■内【出演】三遊亭豪麻呂、三遊亭鳳笑、三遊亭好志郎、三遊亭兼矢(落語家) ■12月20日(土)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

■ 中川船番所資料館イベント

■ ①特別展「江戸の出版文化と江東地域 ミュージアムトーク」

■12月13日(土)14:00~14:30 ■10人

(先着順) ■職員が特別展の見どころを解説

■ ②江戸和竿師の製作実演~伝統工芸の技と優美~「竿ます」

■12月14日(日)13:00~16:00 ■小学生以上の方 ■※小学3年生以下は要保護者同伴(有料) ■15人(先着順) ■江戸和竿師「竿ます」こと増形智志さんを招いて、和竿の製作の一部を実演。和竿や和竿製作の質問も可能

■ ③現代地図から見る「南総里見八犬伝」 ~いづみ朔庵トークショー~

■12月20日(土)14:00~15:00 ■30人(先着順) ■開催中のロビー展示 元祖和製ファンタジー「南総里見八犬伝」に関連して、展示イラスト提供者のいづみ朔庵さんによるトークショーを開催 ■■いづみ朔庵(イラストレーター・江戸文化喧伝家) ■いずれも ■①②は大人200円、小・中学生、高校生等50円(観覧料)。③は無料 ■■当日直接会場へ ■間中川船番所資料館 ☎03-3636-9091 ☎03-3636-9094

■ 北欧のクリスマスを体感しよう! 光の祭典「ルシア祭」

■12月6日(土)・7日(日)11:00~16:00 ■旧中川・川の駅周辺 ■ルシアのコーラス隊や北欧雑貨の販売など ■■当日直接会場へ ■間Koto中川水彩パークJV ☎050-3666-2095 ☎050-3730-8050

■ 健康・福祉

■ 認知症センター養成講座

■区内在住・在勤・在学の方 ■各30人(申込順) ■認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る「認知症センター」になるための講座 ■■11月25日(火)9:00から区HP申込で ■間地域ケア推進課地域ケア係 ☎03-3647-4398 ☎03-3647-3165

日時	会場
12/16(火) 14:00~15:30	総合区民センター
令和8年1/22(木) 14:00~15:30	オンライン(Zoom) ※受講決定後にミーティングIDをお知らせ

■ 講演会 今あなたに知ってほしい 市販薬・処方薬依存について

あなたの周りにOD(過量服薬)など心配な薬の使い方をする人はいませんか。若い世代を中心に市販薬・処方薬の乱用が社会問題となっています。薬を乱用し続けると依存症になる場合があります。依存のメカニズムや周囲の方の対応、治療などについて専門医がお話しします ■12月20日(土)10:00~12:00 ■①城東保健相談所②オンライン(Zoom) ■■区内在住・在勤・在学の方 ■各30人(申込順) ■■森田展彰(筑波大学医学医療系社会精神保健学准教授) ■■11月26日(火)9:00~12月19日(金)(オンラインは12月8日(月)17:00までに区HP申込、窓口・電話またはFAXに講座名、氏名(ふりがな)、郵便番号・住所、電話・FAX番号と年齢、申し込んだきっかけ、受講方法(会場またはオンライン)を記入し、城東保健相談所保健指導担当へ

■03-3637-6521 ☎03-3637-6651

