

■ パラスポーツフォーラム

回2月16日(日)13:00～17:30 場①TOC有明(有明3-5-7)②オンライン(シンポジウムのみ) 定①200人(抽選)②なし 内パラスポーツ支援活動を後押しするイベント。パラアスリートの上地結衣さんやデファスリートの山田真樹さんらのトークセッションなど 回1月31日(金)までに東京都障害者スポーツ協会HPで 回パラスポーツフォーラム事務局☎03-6915-8003



■ ピックルボール体験会

回1月28日(火)9:30～10:25、10:30～11:25 ※2回とも参加可 場BumB東京スポーツ文化館 回中学生以上の方 ※中学生は要保護者同伴 回各24人(抽選) ※1月23日(木)以降に抽選結果を連絡 回1回1,480円 回テニスやバドミントン、卓球などの要素を組み合わせたアメリカ発の簡単なラケットスポーツ。初心者でも30分～1時間の講習で試合に参加可 回1月15日(水)13:00～21日(火)21:00にBumB東京スポーツ文化館HPで 回BumB東京スポーツ文化館☎03-3521-7321 ☎03-3521-3506



■ アーチェリー初心者教室

回2月5日～26日の水曜(全4回)19:00～21:00 場BumB東京スポーツ文化館 回中学生以上の方 ※中学生は要保護者同伴 回8人(抽選) ※1月23日(木)以降抽選結果を連絡 回4,000円 回弓の放ち方までを丁寧に指導。最終日は記録会を実施 回1月15日(水)13:00～21日(火)21:00にBumB東京スポーツ文化館HPで 回BumB東京スポーツ文化館☎03-3521-7321 ☎03-3521-3506

■ ジャパンオープン・パフォーマンスチア グランドファイナル

回1月25日(土)12:30開場、1月26日(日)10:30開場 場有明コロシアム 回究極の団体スポーツともいわれるチアリーディング&パフォーマンスチア(チアダンス)の頂上決定戦の観戦 ※チケット購入など詳細は、日本スポーツチア&ダンス連盟HPをご覧ください 回日本スポーツチア&ダンス連盟☎03-5315-4101 ☎03-5315-4102



■ スポーツセンターイベント・施設情報

「シニア向けeスポーツ体験会」「姿勢改善とウォーキング」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。



文化・観光

■ 傾聴を体感する

■ ファシリテーター育成講座

回2月9日(日)10:00～12:00 場青少年交流プラザ 回区内在住・在勤・在学の中学生～おおむね30代の方 回15人(申込順) 回学校、会社などのさまざまな会議やミーティングでリーダーシップを発揮し、みんなの意見やアイデアを引き出す存在「ファシリテーター」について学ぶ

回寺島義智(未来創造サポート) 回1月15日(水)から青少年交流プラザHPまたは青少年交流プラザに電話で ☎03-3681-7334 ☎03-3681-8732



■ 特別展「パリ・ノートルダム大聖堂展 タブレットを手に巡る時空の旅」

回2月24日(月・休)まで10:00～17:00(入場は16:30まで) 場日本科学未来館(青海2-3-6) 回大人1,800円、中学生・高校生等800円、小学生500円 ※1月の土・日曜、祝日は区内在住・在勤の方に割引あり。証明書が必要 回タブレットを使って、世界遺産・ノートルダム大聖堂の創建時から現代までをタイムトラベルする体験型の展覧会 回当日直接会場へ 回パリ・ノートルダム大聖堂展 製作委員会事務局☎050-3354-7711(9:00～20:00)



■ 全国吟詠コンクール江東区大会

回2月22日(土)10:00～16:00 場江東区文化センターホール 回200人(先着順) 回全国吟詠コンクール大会の地区予選と、豪華絢爛な剣と舞の発表会 回当日直接会場へ 回江東区吟剣詩舞道連盟(吉本)☎080-1080-2847 ☎047-447-1132

健康・福祉

■ 地域密着型サービス運営委員会 傍聴できます

回1月28日(火)13:30～ 場区役所7階第71・72会議室 回10人(区内在住の方を優先し、抽選) 回当日13:00までに直接会場へ 回介護保険課事業者指定係☎03-3647-4961 ☎03-3647-9466

■ 親子で手話体験講座

キッズ

回1月25日(土)14:00～15:00 場古石場文化センター 回小学1～3年生と保護者 回8組(申込順) 回簡単な手話を学びながら、親子で手話を使ったコミュニケーションをしたり、聴覚障害のある方との接し方について学ぶ 回小川光彦(全日本難聴者・中途失聴者団体連合会) 回1月16日(木)から電話、窓口またはFAXに6面申込記入例の①②④を記入し、古石場図書館へ☎03-5245-3101 ☎03-5245-3104



■ 生活習慣病の改善に役立つ「栄養相談・運動相談」(2・3月分)

回2月9日(日)・23日(日・祝)、3月9日(日)・23日(日) [栄養相談] [時間] 10:00～15:20(1人20分) 回各日8人(申込順) 回食事記録から見る栄養バランス等の相談など [運動相談] [時間] 13:30～16:20(1人20分) 回各日6人(申込順) 回体組成計測から見る効率的な運動方法等の相談など いずれも 場健康センター 回1月16日(木)13:00から健康センターに電話・窓口で ☎03-3647-5402 ☎03-3647-5048

■ 健康センター リハビリ通所者募集

回4月～9月の木・日曜9:30～11:30 場健康センター 回次のすべてに該当する方(書類選考と健康チェックを行ったうえで決定) ○脳血管障害(くも膜下出血、脳梗塞等)により身体機能が低下している方 ○医療機関でのリハビリを終了した方で、医師から通所によるリハビリを勧められている方(要診断書) ○自力で通所と運動ができる方(送迎、付き添いによる通所も含む) 回若干名(申込順) 回ストレッチ・自転車等による機能回復訓練 回1月15日(水)13:00から健康センターに電話・窓口で☎03-3647-5402 ☎03-3647-5048

■ 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。専門の相談員が認知症についての相談もお受けします。

■ [長屋カフェ]

回1月26日(日)14:00～16:00 場江東区文化センター 回25人程度(申込順) 回200円(飲食代) 回ミニ講話 回1月15日(水)からNPO法人深川長屋に電話で☎090-4954-9744

■ [流れ星]

回2月1日(土)10:00～12:00 場(特養)あそか園1階(住吉1-9-5) 回20人程度(申込順) ※空きがあれば当日参加可 回1月15日(水)から住吉長寿サポートセンターに電話・窓口で☎03-3635-0646 ☎03-3632-3617

■ 社協カフェ 「みんなの居場所」

回①1月15日(水)②1月22日(水) 場①総合区民センター7階第5会議室②森下文化センター3階第1・2研修室 回福祉総合相談、ボランティア相談(10:00～12:00)、社協落語カフェ ～笑う門には健康来る～(10:30～11:10) [出演] 桂米福(落語家) 回当日直接会場へ 回社会福祉協議会地域福祉推進課☎03-3640-1200 ☎03-3699-6266

■ 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します

回月～金曜9:30～16:30(祝日除く) 回障害・高齢・疾病で歯科診療が受けにくい方 回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 回江東区歯科医師会に電話で☎03-3649-0780 ☎03-3649-1688

■ NPO法人等助成金 申請書の書き方と活用講座

回2月2日(日)13:30～16:00 場高齢者総合福祉センター 回区内在住・在勤・在学で高校生以上の方、区内に活動拠点のあるNPO法人・ボランティア団体等 回25人(抽選) 回助成金の基礎を知り、募集要項の理解、申請書の書き方のポイントを学ぶ 回山田泰久((公財)日本非営利組織評価センター業務執行理事) 回1月14日(火)～28日(火)に社会福祉協議会HP、電話、窓口またはメールに6面申込記入例の①～④を記入し、ボランティ

ア・地域貢献活動センターへ☎03-3645-4087 ☎03-3699-6266 ✉kvac@koto-shakyo.or.jp



環境・まちづくり

■ 江東区都市景観審議会 傍聴できます

回2月4日(火)14:00～ 場江東区文化センター6階第1・2会議室 回10人(区内在住の方を優先し、抽選) 回当日13:20に都市計画課(区役所5階21番)へ 回都市計画課景観担当☎03-3647-9183 ☎03-3647-9009

■ 江東区マンション交流会

回2月15日(土)13:00～16:30 場カメラアプラザ 回100人(申込順) 回1,000円(江東・マンションふぉーらむ21会員は500円) 回第1部:講演会[「深川住宅の50年と私」、第2部:分科会(「管理運営」または「大規模修繕」)] [主催] 江東・マンションふぉーらむ21 回第1部:小林正博(1級建築施工管理技士) 回1月16日(木)～2月7日(金)に電話またはFAXに6面申込記入例の①～④と⑤マンション名⑥参加希望の分科会名⑦解決したい問題等を記入し、江東・マンションふぉーらむ21事務局(若井)へ☎090-1653-9171 ☎03-3638-7218

■ 2025年農林業センサスにご協力を

この調査は、農林業の基本構造の実態とその変化を明らかにする目的で行われます。1月中旬から調査員が訪問し調査票等を配布します。回答にご協力をお願いします 回区内在住かつ他自治体に農地等を所有する農林業経営者、区内に店舗や所在地を構える農林業経営法人 ※調査基準日は令和7年2月1日現在 回地域振興課統計調査係☎03-3647-4965 ☎03-3647-8441



休館・休止

■ 中川船番所資料館

1月21日(火)休館。企画展示設営のため 回中川船番所資料館☎03-3636-9091 ☎03-3636-9094

■ えこっくる江東

1月26日(日)休館。EV(電気自動車)用急速充電器設置工事に伴う停電のため 回えこっくる江東☎03-3644-7130 ☎03-3644-7135



みんなのひろば

■ 気功法・真向法に チャレンジしてみませんか

回毎月第1木曜14:00～15:30 場江東区文化センター第2和室 回1回1,000円 回肩・背骨・腰をほぐし足のバランス強化を図り、満ち「足」りた生活を目指します。高齢者の方も歓迎です 回しんぼうの会(南出)☎080-6517-7531

■ 江東区民合唱団 団員募集

回毎週土曜10:00～12:00 場教育センター 回月会費4,000円 回江東フィルハーモニー管弦楽団と国内で活躍する一流のソリストとともに、12月の公演に向けて練習します 回江東区民合唱団(浜田)☎090-3063-8341

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 回電話相談(予約不要)毎月第3木曜 17:00～20:00 ☎03-3647-1171 回面接相談(要予約)毎月第2火曜 17:00～20:00 ※予約方法等の詳細は区HPで

