

スポーツ

シニアのエアロビック教室 体験会 シニア

3月5日・19日(木) ※どちらか1回 ①高齢者向け9:30~10:30 ②中高年向け10:45~11:45 深川スポーツセンター ①おのおお60歳以上の方②50~60代の方 各10人(申込順) ①低体力でも取り組めるソフトなスローエアロビック②筋力や健康維持のためのシニアエクササイズ 2月25日(水)から申込フォーム(右記2次元コード)で 区江東区エアロビック連盟 t.6v6@outlook.jp

親子かけっこ塾 キッズ

3月28日(土)10:00~11:30 深川スポーツセンター 小学1~4年生と保護者(区内在住・在学) 35組(抽選) ※保護者1人につき子ども2人まで 2,000円 ※子ども2人の場合は2,500円 走るための基本である正しい姿勢を学び、速く走るコツをつかむ 3月8日(日)までに健康スポーツ公社HPまたは往復はがきに6面申込記入例の①~④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

江東区民スポーツ大会(春季分) 参加者・参加団体募集

大会日時や申込方法、参加費などは、区内各スポーツセンターにある各競技の開催要項または健康スポーツ公社HPをご覧ください 区内在住・在勤の方 ※学生は種目の制限あり 健康スポーツ公社 03-3647-5402 03-3647-5048

区民スポーツ大会競技一覧

Table with 2 columns: 種別 (個人競技, 団体競技) and 競技名 (弓道, テニス, 剣道, etc.)

問合せ一覧

Table with 2 columns: 名称 (深川スポーツセンター, etc.) and 電話番号 (03-3820-5881, etc.)

学んで発表! キッズ 田中光先生のスペシャル体操教室

マット・鉄棒・とび箱のコツや運動の楽しさをオリンピックの田中光さんから学びます。杉原愛子選手をスペシャルゲストに迎え、体操トークショーや撮影可能な参加者発表会も開催します 3月29日(日)9:15~12:30 有明スポーツセンター 田中光(TAISO LAND指導員) [マット・鉄棒教室] 4歳~小学2年生と保護者 20組(申

込順) 費2,000円 [マット・とび箱教室] 4歳~小学2年生 20人(申込順) 1,500円 いずれも 2月25日(水)9:00から有明スポーツセンターHPで 有明スポーツセンター 03-3528-0191 03-3528-0192

豊洲 de タップ

豊洲公園の芝生広場で大人から子どもまで、初心者も楽しく学べるタップダンス教室です ※昼食付き。タップシューズの無料貸出あり 3月28日(土)11:00~14:00 豊洲公園 どのなたでも 30人(申込順) 3,000円 村田正樹(タップダンス・振付師) 2月25日(水)から豊洲ぐるりパークHPで 03-3520-8819 03-3520-8829

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

花と光のムーブメント 木場公園 風と灯のめぐり路 花が舞う早春の輝

木場公園に、早春の河津桜をイメージした立体花壇が登場します。夜は江戸時代の常夜灯を思わせるオブジェで幻想的な雰囲気になります。春の花々や公園の施設をめぐる、昼間も楽しめるスタンプラリーも実施します 2月27日(金)~3月15日(日)[ライトアップ時間]17:30~20:00(月~金曜)、17:30~20:30(土・日曜) 木場公園(噴水広場、イベント広場ほか) 公財東京都公園協会 03-3232-3028 partnership-bd.sm@tokyo-park.or.jp



▲昼と夜で異なる表情を見せる、河津桜モチーフの花壇

江戸の染・きもの感謝祭

3月5日(水)~8日(土)9:30~17:00(最終入館16:30) 伝統的な染め物「東京染小紋」「東京無地染」「江戸更紗」の職人技を生かした着物を展示 大人400円、小・中学生、高校生等50円(観覧料) 当日直接会場へ 深川江戸資料館 03-3630-8625 03-3820-4379

深川東京モダン館イベント

[おきがる講座] 3月10日(火)14:00~15:30 500円 深川公園の石造燈明台 [モダン館円楽一門会] 3月13日(金)14:00~16:00 2,000円 [出演] 三遊亭楽麻呂、三遊亭楽生、三遊亭らっ好、三遊亭愛二郎

いずれも 各50人(申込順) 2月25日(水)10:00から深川東京モダン館に電話で 深川東京モダン館 03-5639-1776 03-5620-1632 info@fukagawatokyo.com

健康・福祉

腸活で免疫力アップ ~食事と生活で身体を整えよう~

3月22日(日)14:00~16:00 砂町文化センター 高校生以上の方 40人(申込順) 「腸活」の基礎知識や、日常生活で実践できる食事・運動・生活習慣の工夫などについて現役医師が講演 堀孝史(医)俊和会 寺田病院 外科部長) 3月7日(土)9:00から砂町図書館に電話・窓口で 03-3640-4646 03-3640-4610

HIV・梅毒抗体検査・相談(3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

Table with 3 columns: 日程, 受付時間, 検査日/結果日

がんの夜間相談窓口(3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 3月6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

障害のある方向け おこのみスタジオでお好み焼き作り

3月18日(水)10:45~14:15 オタフク東京本部ビル(集合・解散は障害者福祉センター) 区内在住で障害のある方や難病の方、付き添いの方 16人(抽選。付き添い含む) ※最少催行人員12人 1人1,340円(参加費1,100円、事業利用費240円。住民税非課税の方と付き添いの方は事業利用費を免除) お好みソースでおなじみのオタフクソース(株)のおこのみスタジオでお好み焼きをつくる ※2人1組で体験 3月3日(火)17:00までに電話・窓口またはFAX・往復はがきに6面申込記入例の①~④と⑤障害名(病名)・障害の等級⑥車いすの有無⑦付き添いの有無(いる場合は氏名)を記入し、〒135-0011扇橋3-7-2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

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 3月21日(土)9:00~12:00 清掃事務所 区内

在住の方 ※マンションの管理組合や事業者は対象外 100人(申込順) 3月2日(月)~18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

春休み環境学習会 キッズ ~親子でピオガーデンとガスの科学館の見学~

バスで移動しながら、生態系やエネルギーについて学びます 3月26日(木)8:30~12:00 フジクラ木場千年の森(木場1-2)、がすてなーに(豊洲6-1-1) ※集合は区役所 区内在住の小学生と保護者 20組40人(抽選。当選者にのみ3月17日(火)までに通知) ※保護者1人につき小学生1人 3月6日(金)17:00(必着)までに区HP申込またはメール・はがきに6面申込記入例の①~④と⑤学年を記入し、〒135-8383区役所温暖化対策課環境調整係へ 03-3647-6124 03-5617-5737 380201@city.koto.lg.jp

身近な植物で草木染め 藍染ワークショップ

3月26日(木)13:00~14:30、15:00~16:30 各回8人(申込順) 2,000円 染料の藍を使った草木染めと雪花の模様付けを学ぶ 高須賀幸英(森林インストラクター) 2月26日(水)から豊洲ぐるりパークHPで 豊洲ぐるりパークセンター 03-3520-8819 03-3520-8829

江東エコライフ協議会 傍聴できます

3月19日(水)14:00~ 江東区文化センター6階第1・2会議室 10人(区内在住の方を優先し、抽選) 当日13:45までに直接会場へ ※手話通訳が必要な方は、3月5日(木)までに要申込 温暖化対策課環境調整係 03-3647-6124 03-5617-5737

防災・安全

3月1日(日)~7日(土)は建築物防災週間 地震や火災に備え建物の点検を

毎年春と秋に全国一斉の建築物防災週間が設けられています。建築基準法により、建築物・工作物の所有者・管理者等は常に安全な状態を維持するよう努めなければならぬことが定められています。いま一度、建築物・工作物・付属するブロック塀等を点検し、気がかりな点があれば専門家へ相談しましょう。災害による被害を防止し、安心して生活できる空間を確保するためには、一人ひとりの取り組みが大切です。ご協力をお願いします 建築調整課建築調整係 03-3647-9754 03-3647-5513

春の火災予防運動 城東消防フェア in カメイドクロック ~消防の仕事を見て知って体験しよう!~

3月7日(土)10:30~14:30 ※雨天縮小 カメイドクロック(亀戸6-31-6) 各種防災体験、はしご車展示、レスキュー隊による消防演技など 当日直接会場へ 城東消防署 03-3637-0119 03-3683-5380

〈凡例〉 日日時 場場所・会場 対象 定員・人数 費用(記載なしの場合は無料) 内容 講師 一時保育 申し込み・応募方法 問い合わせ

キッズ キッズ向け シニア シニア向け 区HP申込 区HPイベントカレンダーから申し込み