

福祉会館のご案内 高齢者・障害者の「元気」を応援します! シニア

福祉会館は、区内に居住する60歳以上の方と障害のある方が生きがい・仲間・健康づくりや介護予防のために活動を行う施設です。お風呂やシャワーを利用できる施設もあります。

各種教室・サークル活動など

民謡・民謡・歌唱・輪踊り・囲碁・将棋など、各館で特色ある事業を行っており、さまざまな事業を通して健康づくりや仲間づくりができます。

介護予防グループ事業

健康で長生きをするために介護予防事業を行っています。体操や保健指導など多様な視点から、健康に過ごすための取り組みを行っています。

施設名	問い合わせ先
古石場福祉会館(古石場1-11-11)	☎03-3641-9531 ☎03-3641-9531
塩浜福祉会館(塩浜2-5-20 塩浜福祉プラザ2階)	☎03-3647-3901 ☎03-3647-1941
千田福祉会館(千田21-18)	☎03-3647-0108 ☎03-3647-0109
東陽福祉会館(東陽6-2-17 高齢者総合福祉センター1階)	☎03-3647-8180 ☎03-3647-8129
亀戸福祉会館(亀戸1-24-6)	☎03-3685-8208 ☎03-3683-4851
大島福祉会館(大島4-5-1 総合区民センター3階)	☎03-3637-2581 ☎03-3637-2881
東砂福祉会館(東砂7-15-3)	☎03-3646-0461 ☎03-3648-9247

※各福祉会館の事業・行事の情報は、区HPまたは各館お問い合わせください

初めて利用する方へ

入館票を作りますので、マイナンバーカードなど、住所、氏名、生年月日が確認できるものをお持ちください。

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

開館日・時間

月～土曜、第1・3・5日曜 9:00～19:00

※日曜、祝日開館日は18:00まで

※こどもの日・敬老の日以外の祝日、年末年始は休館

介護予防講演会

生き粋体操×シニア応援手帳で「変わるあなたの健康習慣」～“やりたい”を“続けられる”に変えるコツ、教えます～ シニア

毎日の暮らしの中で無理なく続けられる健康づくりのヒントを、KOTO生き粋体操の実技も交えてわかりやすく紹介します。これからは活動的で自分らしい生活を続けていけるよう、体操と手帳を活用しながら自分に合った健康習慣を考えましょう。

☎6月29日(日)13:30～16:00 (受付13:00～)



場 江東区文化センター

対 区内在住・在勤の方

定 100人(申込順)

講 岩井望美(理学療法士、日本理学療法士協会認証介護予防推進リーダー)

申 5月7日(木)9:00から区HP申込または地域ケア推進課地域ケア係に電話で ☎03-3647-4398 ☎03-3647-3165



▲岩井望美さん

歯と口の健康週間イベント 江東区歯科医師会

江東区デンタルフェスティバル「食べる喜び 生きる幸せ」

テレビなどでおなじみの料理家・食育インストラクターの和田明日香さんの講演ほか、歯科医師の講演や歯科健康相談なども行います。

また、歯と口の健康週間ポスター原画選考会で選出された、区立小学校児童による作品の展示も行います。

☎6月7日(日)13:30～16:30

場 豊洲シビックセンター

対 区内在住・在勤の方 定 280人(申込順) ※参加者には歯科グッズをプレゼント

対 ●講演「食べるをあきらめない一歯を失った時の選択肢」

講 奥田祐司(歯学博士、亀戸デンタルオフィス院長)

●講演「大人こそ楽しもう! むずかしくない食育と歯の健康」

講 和田明日香(料理家・食育インストラクター)

●歯科健康相談

【相談員】江東区歯科医師会会員、東京都歯科衛生士会会員

申 5月7日(木)9:30～29日(金)に区HP申込または江東区歯科医師会事務局に電話で ☎03-3649-0780



▲和田明日香さん

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

江東区を緑でいっぱいにして! はじめてのベランダガーデニング講座 ハーブ編

ガーデニングを通じたコミュニティづくりを学べる初心者向けの講座です。ベランダでハーブを育て、生活の中で活かす方法を学びながら、地域の人との交流を深めます。花と緑いっぱいのまちづくりにあなたも参加してみませんか。

☎6月16日(火)・23日(火)、7月14日(火)(全3回) 14:00～16:00

場 亀戸文化センター

対 区内在住・在勤で16歳以上の方 定 25人(抽選。結果は郵送またはメールで連絡)

費 5,000円(材料費)

講 草香もえ(上級ハーブインストラクター)

申 5月15日(金)までに区HP申込または往復はがきに9面申込記入例の①～④と⑤年齢⑥区内在勤の方はその旨を記入し、〒135-8383区役所管理課CIG推進係へ ☎03-3647-2079 ☎03-3647-8454



コミュニティガーデン入門講座

「コミュニティガーデン活動」は、区立公園の植え込みなどの公共緑地を花壇として活用し、みんなで「地域の庭」を作るボランティア活動です。

講座では、すでに活動している団体のガーデンを見学しながら、花壇のデザインやコミュニティガーデンの仕組みを学びます。ノウハウを身につけ、仲間と一緒に江東区を「花とみどり」で彩りませんか。

☎6月1日(月)・8日(月)(全2回) 13:30～16:30(受付13:20～)

対 区内在住・在勤の方 定 20人(抽選)

対 【第1回】コミュニティガーデンってなに?、活動のはじめかた 場 区役所

【第2回】花壇活動の基本、ガーデンでの実習 場 浜園公園(塩浜1-4-4)

申 5月15日(金)までに区HP申込または往復はがきに9面申込記入例の①～④と⑤年齢⑥区内在勤の方はその旨を記入し、〒135-8383区役所管理課CIG推進係へ ☎03-3647-2079 ☎03-3647-8454



声の広報を発行しています

こうとう区報の内容を音声でもお知らせするため、区HPに音声版を掲載しています。また、視覚に障害のある方向けに声の広報(CD・デジター)を発行し、毎月3回ご自宅にお送りしています。ご希望の方は障害者福祉センターへお申し込みください 場 障害者福祉センター ☎03-3699-0316 ☎03-3647-4918