

江東区創業塾受講者募集

創業を考えている方や、創業間もない方を対象に、中小企業診断士によるセミナー形式の創業塾を開催します。創業に求められる経営、財務、人材育成や販路開拓について集中的に学び、創業計画書の作成を目指します。セミナー受講後に特定創業支援等事業の支援を受けたことの証明書を取得すると、会社設立時の登録免許税の軽減措置などのさまざまな優遇措置を受けることができます。

回9月10日～10月8日の木曜(全5回。下表のとおり)

場産業会館

事業を営んでいない個人で、区内で6か月以内に創業する具体的な計画がある方、または創業後5年未満の方
※全回参加が必要

定30人(申込順)

申8月10日(月)～9月8日(火)に区HPで

問経済課創業支援担当

☎03-3647-2331

☎03-3647-8442



日時	テーマ	概要
9/10(木)19:00～21:30	経営全般	オリエンテーション 創業の心構え、ビジネスモデル
9/17(木)19:00～21:30	販路開拓	商品の販売方法、プロモーション マーケティング戦略 商圏データ分析
9/24(木)19:00～21:30	財務	財務の基礎知識、資金調達の方法 創業融資の案内
10/1(木)19:00～21:30	人材育成	会社(個人事業主、法人)の概要 組織・人材育成の基礎
10/8(木)18:30～21:30	まとめ・発表	講義のまとめ ビジネスプラン発表 総評

消費者講座

「AIを楽しく安全に使いこなそう！」

日常生活に役立つAIの活用方法と、安心・安全に利用するためのITリテラシーについて、具体的な事例を交えながらわかりやすく解説します。

回9月2日(水)14:00～15:30

場パルシティ江東

対区内在住・在勤・在学の方

定30人(抽選)

問東京都消費者啓発員

申8月15日(土)(消印有効)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年齢を記入し、〒135-0011扇橋3-22-2パルシティ江東2階消費者センターへ☎03-5683-0321 ☎03-5683-0318



健康・福祉

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

9～11月 介護予防ウォーキング教室

シニア

～防災ウォークで仲間と一緒に介護予防～

ウォーキングには、筋力の維持・向上だけでなく、骨を強くする、心身の健康を保つ、脳への刺激が増えるなどさまざまな効果があります。ウォーキングの効果的な方法や自宅でもできる介護予防の知識、災害時に避難する際の注意点や心得を学びながら、それぞれのペースに合わせて無理なく公園や市街地を歩く連続講座です。また、江東区防災マップを活用しながら、身近な防災対策も一緒に確認します。

回9月18日～11月6日の金曜(全8回)10:00～11:30

場猿江恩賜公園、スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス亀戸24(亀戸2-1-1)

対区内在住で65歳以上の方(要支援・要介護認定者を除く)

定20人(申込順)

申8月6日(木)～31日(月)に区HP申込またはスポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス亀戸24に電話で(11:00～17:00 ※金・土・日曜、祝日除く)

☎03-5836-1301 ☎03-5836-1302

問地域ケア推進課地域ケア係

☎03-3647-4398 ☎03-3647-3165



仲間と一緒に介護予防！ 身近な仲間と一緒に健康寿命を延ばしませんか？「とことんお元気！サークル」登録団体募集

シニア

町会・自治会・老人クラブや友人同士など、身近な仲間と楽しく週1回KOTO活き粋体操を行い、健康寿命を延ばしましょう。「仲間と一緒に運動習慣が身に付けられる」「楽しみややりがいが増える」などメリットがたくさんあります。現在30以上の地域団体が「とことんお元気！サークル」に登録し活動しています。

登録した団体にはKOTO活き粋体操のDVDをプレゼント！ また、サークル立ち上げ支援として2年間を上限に全8回、仲間同士で協力して体操を続けていくためのアドバイスを受けられます。身近な仲間とサークルに登録し、仲間と一緒にいつまでもお元気を目指しましょう。

【登録条件】

- おおむね65歳以上の区内在住の方による3人以上の団体
 - 区内で活動場所の確保ができる
 - 週に1回以上、仲間と一緒にKOTO活き粋体操「筋力トレーニング編」を行える
- ※登録前に、区が行う出前講座「これからお元気！応援講座」を受講し、支援内容と趣旨をご理解いただく必要があります

問地域ケア推進課地域ケア係

☎03-3647-4398 ☎03-3647-3165



活き粋スタートプログラム 9～11月

シニア

介護予防に効果のある「KOTO活き粋体操」を含む体操や体づくり、栄養・社会参加、脳トレなどについて学び、いつまでも自分らしく自立した生活を歩むための目標と計画を考え、実践します。看護師や栄養士、歯科衛生士、理学療法士による講座も行います。

対区内在住で65歳以上の区民(要支援・要介護認定者を除く) ※参加は年度内1回まで

申8月18日(火)(必着)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希望実施場所⑥性別⑦年齢を記入し、〒136-0071亀戸1-39-1-705(株)ジェイレック江東支店へ

問地域ケア推進課地域ケア係

☎03-3647-4398

☎03-3647-3165



実施日時(休館日を除く)	実施場所	定員(抽選)
9/1～11/17の火曜 (10/13を除く全11回)9:30～11:00	スポーツ会館	25人
9/1～11/17の火曜 (10/13、11/3を除く全10回)14:00～15:30	深川スポーツセンター	25人
9/2～11/25の水曜 (全13回)9:30～11:00	亀戸スポーツセンター	20人
9/3～11/26の木曜 (全13回)10:00～11:30	有明スポーツセンター	20人

※受講決定者へは、別途持ち物等をご案内します

第2回区議会定例会終わる 一般会計補正予算(第1号)などを可決

令和8年第2回区議会定例会が、6月10日から7月1日まで(会期22日間)開かれました。今回の定例会では、「令和8年度江東区一般会計補正予算(第1号)」など38議案について審議され、全案件を可決しました。可決された議案の内容は次のとおりです。

- 予算案件(1件)
「令和8年度江東区一般会計補正予算(第1号)」
- 条例案件(5件)
「江東区特別区税条例の一部を改正する条例」など

- 契約案件(26件)
「東深川橋塗装工事請負契約」など
- 事件案件(4件)
「包括外部監査契約の締結について」など
- 意見書(2件)
「私立幼稚園への支援策を求める意見書」など

※本会議の様子はインターネット中継で視聴できます

問区議会事務局調査係☎03-3647-3548 ☎03-3647-0430



熱中症リスクに伴う
イベント等の対応について

各イベントなどについては、熱中症のリスクが高いと判断された場合、参加者の皆さんの安全を守るため、中止・延期となることがあります。中止等の場合は各問い合わせ先からご案内します。熱中症は屋外・屋内問わず起こります。適度な水分補給や休憩をとるなど、体調管理にご注意ください。