

こうとう インフォメーション

申込記入例

申込先は各記事の☑で確認してください。区HP申込があるものは、区HPイベントカレンダーから申し込みます。

- ①講座・催しもの名(日時・コースも)
- ②氏名(ふりがな)
- ③郵便番号・住所
- ④電話番号(FAX番号)
- ⑤その他必要事項(各記事に明示)



▲区HP
イベントカレンダー
※往復はがきは返信用あて先も記入

子育て・教育

休日版両親学級(10月分)

☑区内在住で初めて赤ちゃんを迎える妊娠週数26～36週未満の妊婦とパートナー ※オンライン講座は週数を問いません ☑子育てについての講演、沐浴演習、育児技術演習、グループワークなど ☑(公)東京都助産師会江東地区分会HPで ☑城東保健相談所☎03-3637-6521 ☎03-3637-6651、深川保健相談所☎03-3641-1181 ☎03-3641-5557、深川南部保健相談所☎03-5632-2291 ☎03-5632-2295、城東南部保健相談所☎03-5606-5001 ☎03-5606-5006

日時	会場	定員	申込期間
10/3(土) 13:30～14:50	オンライン(Zoom)	100組(申込順)	9/1(火)～15(火)
10/11(日) 13:30～15:10	江東区文化センター	50組(抽選)	9/15(火)～29(火)

ファミリー・サポート協力会員(有償ボランティア)募集

ファミリー・サポートは、子育てを手伝いたい協力会員と、支援を希望する利用会員が登録し、地域で子育て家庭を支え合う活動です[活動時間]7:00～22:00 [謝礼金]活動時間・曜日により1時間800円または1,000円[活動内容]生後57日～小学3年生のこどもの一時預かり、保育園・幼稚園、習い事への送迎、その前後の預かりなど

協力会員登録養成講座

3日間の養成講座を受講したあと、協力会員として登録します ※東京都子育て支援員研修を修了された方、救命講習を受講された方(有効期限内の認定証をお持ちの方)は一部講座が免除となります ☑10月15日(木)10:00～16:00、22日(木)13:00～16:00、29日(木)10:00～16:00 ☑亀戸文化センター ☑区内在住で、20歳以上の心身ともに健康な方 ☑20人(申込順) ☑幼児3人程度(9月15日(火)までに要申込) ☑8月26日(水)9:00からファミリー・サポート・センター事務局(社会福祉協議会内)HP・電話で☎03-5683-1573 ☎03-5683-1570

暮らし・しごと・産業

分譲マンション無料相談会

☑9月9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・管理に関するさまざまな問題に対応するための相談会 ☑8月25日(火)～9月4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

都営シルバーピア(高齢者向け)入居者募集(江東区割当)

シニア

☑65歳以上の単身者・二人世帯 ※申込資格については区HPをご覧ください ☑4戸(抽選) [申込用紙配布期間]9月1日(火)～8日(火)(土・日曜除く) [配布場所]区HP、住宅課(区役所5階2番)、各出張所 ☑9月11日(金)(必着)までに申込書に必要事項を記入し、〒135-8383区役所住宅課住宅管理係へ郵送☎03-3647-9464 ☎03-3647-9268

社会保険労務士による年金相談(9月分)

☑年金相談(予約不要)。個別の受給資格などに関わる相談は、年金事務所や「街角の年金相談センター江東」へ(要予約)。本人確認のため年金手帳や年金証書などをお持ちください ☑区民課年金係☎03-3647-1131 ☎03-3647-9415

場所	日時・内容
区役所2階エレベーター前	9/1(火) 13:00～16:00 (面接相談のみ)
江東年金事務所(亀戸5-16-9) ☎03-3683-1231 ☎03-3681-6549	[受付時間] 月～金曜(祝日除く) 8:30～17:15 (週の初日のみ 19:00まで延長) 9/12(土) 9:30～16:00 ※事前に左記へお問い合わせください
街角の年金相談センター江東(オフィス)(亀戸2-22-17日本生命亀戸ビル5階) ☎03-5628-3681	[予約受付時間] 月～金曜(祝日除く) 8:30～17:15 ※左記で予約してください

シニアの学び

行政書士による相続と遺言セミナー(個別相談あり)

☑9月12日(土)13:30～16:30 ☑東大島文化センター ☑30人(申込順) ☑東京行政書士会江東支部 ☑8月26日(水)9:00から申込フォーム(右記2次元コード)で ☑東大島図書館 ☎03-3681-4646 ☎03-3681-4810

多重債務110番

借金返済でお困りの方へ

東京都の無料特別相談「多重債務110番」と連携して、特別相談(電話・窓口)を実施します。電話、窓口ともに予約不要です。一人で悩まず早めにご相談ください ☑9月7日(月)・8日(火)9:30～16:30 ☑区内在住・在勤・在学の方 ☑消費生活センター☎03-3647-9110(相談専用) ☎03-5683-0318

暮らし応援給付事業「区内共通商品券」忘れずにお受け取りください

物価高騰による負担増を踏まえ、5,000円相当の自治体マイナポイントを2月から給付しました。マイナンバーカードを

お持ちでない方や自治体マイナポイントを期限までに申請されなかった方には、7月1日から8月下旬に順次、区内共通商品券(こうとう商店街 DE お買い物券+2026)5,000円分を発送しています。不在票を受け取った方で、まだ商品券を受け取っていない方は、9月以降に再発送しますので、忘れずにお受け取りください

※電話などでの申請は不要。到着日の指定はできません[配送会社]日本郵便またはヤマト運輸 ※対面での受け取りが必要 ☑[取扱店舗や使用方法に関すること]商品券に関するコールセンター☎0120-16-8585(9:00～17:00 ※土・日曜、祝日を除く) [暮らし応援給付事業に関すること]暮らし応援給付事業専用コールセンター☎03-3647-8599(8:30～17:15 ※土・日曜、祝日を除く)



▲暮らし応援給付事業(区HP)



▲最新の取扱店舗



スポーツ

スポーツ会館イベント

【上達への道「弓道教室」(初心者向け)】

☑10月2日～11月20日の金曜(全8回) 19:00～20:30 ☑18歳以上の初心者 ※高校生を除く。付け爪をしている方は不可 ☑20人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) ☑10,000円(別途、個人賠償責任保険料。各自で要加入) ☑江東区弓道連盟

【上達への道「剣道教室」(初心者参加可)】

☑10月7日～30日の水・金曜(全8回) [①小・中学生]18:00～19:30 [②一般(6段以下)]19:30～20:50 ☑各40人(区内在住・在勤・在学の方を優先し、抽選) ☑①1,000円②2,000円 ※連盟会員は半額 ☑江東区剣道連盟 いずれも ☑スポーツ会館 ☑9月11日(金)までに健康スポーツ公社HPで ☑江東区スポーツ会館☎03-3649-1701 ☎03-3649-3123



江東区民ダンススポーツ大会

☑10月12日(月・祝)10:00開会(選手受付9:30～9:50) ☑江東区文化センター ☑区内在住・在勤の方と江東区ダンススポーツ連盟会員、または連盟が認めた方 ☑公式競技・公開競技それぞれ1人につき、小学生以下の方100円、中学生200円・一般300円 ☑9月11日(金)までに各スポーツセンター・各文化センター・ふれあいセンターにある申込書に必要事項を記入し、参加費を添えて各スポーツセンター窓口で ☑健康スポーツ公社☎03-3647-5402 ☎03-3647-5048



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。



シーカヤック教室

☑9月26日(土)・27日(日)(全2回)10:00～15:00 ☑東京海洋大学越中島キャンパス内の港(越中島2-1-6) ☑区内在住・在

勤・在学で15歳以上の方(中学生除く) ☑20人(初参加の方を優先し、抽選) ☑8,000円 ☑東京海洋大学の監修で専門講師からシーカヤックの基本を学び、江東区の海をツーリング ☑内田正洋(海洋ジャーナリスト) ☑9月4日(金)までに健康スポーツ公社HPで☎03-3820-5881 ☎03-3820-5884



夢の島ハワイアンフラ教室(無料体験会)

☑9月16日(水)・30日(水)13:10～13:55 ☑夢の島競技場 ☑16歳以上の方 ☑各5人程度(申込順) ☑Suzuki Lisa(Hula Halau ALOHANA代表) ☑8月25日(火)から江東スポーツ施設運営パートナーズHPで ☑屋外スポーツ施設事務所☎03-3522-0846 ☑school@di-ksp.jp



より速く! 豊洲ランニングまつり

☑10月10日(土) ☑豊洲ぐるり公園 ☑900人(申込順) ☑ハーフマラソン6,000円、10km5,500円、5km5,000円、キッズラン高学年(小学4～6年生)3km2,000円、キッズラン低学年(小学1～3年生)1km2,000円 ※ハーフマラソン・10km・5kmでは、料金が割引になる団体申し込み制度もあり。詳細はスポニチプラスαHPをご確認ください ☑9月27日(日)までにRUNNET HP・スポーツエントリーHP・ローソンDO! Sports HPで ☑スポーツニッポン新聞社東京事業部☎03-3820-0651(10:00～18:00 ※土・日曜、祝日を除く) ☑toyosu1010@sponichi.co.jp



若洲ゴルフリンクス一般開放デー「わかの日」

☑10月3日(土)・4日(日)10:00～15:30 ※雨天中止 ☑若洲ゴルフリンクス(若洲3-1-2) ☑ゴルフ場の散策や、広い芝生を走り回ったり丘の上からの芝すべりなどを楽しむ。こども向けゴルフ体験もあり ☑当日直接会場へ 詳細は若洲ゴルフリンクスHPをご覧ください ☑若洲海浜公園☎03-3522-3225 ☑info-wakasu@golftk.com



文化・観光

俳句講座

☑9月12日(土)13:30～16:00(開場13:15) ☑教育センター ☑高校生以上の方 ☑15人(申込順) ☑俳句の基本的な技法と句の講評 ☑現代俳句協会 ☑8月26日(水)9:00～9月6日(日)19:00に申込フォーム(右下2次元コード)または東陽図書館に電話・窓口で☎03-3644-6121 ☎03-3615-6669 ※申し込み後、9月6日(日)までに自作の俳句2句を東陽図書館へ提出(様式自由、区HPからも提出可)



多文化交流イベント

「世界のボードゲームを楽しもう!」

☑9月19日(土)14:00～15:30 ☑総合区民センター ☑小学3年生以上の方 ☑10人(申込順) ☑世界中で親しまれているボードゲームをみんなで楽しむ ☑8月26日(水)9:00から申込フォーム(下記2次