

税理士による無料税務相談会 東京税理士会江東東支部

回9月11日(金)9:45～12:05、13:30～15:50 ※相談時間は40分 場カメラアプラザ 対主に小規模納税者 対一般的な税務相談(税額計算、申告は不可) 回9月9日(水)17:00までに東京税理士会江東東支部に電話で☎03-3681-3722

建築・測量登記の無料相談

新築・増改築・耐震・空家・大雨浸水の改修等のプラン、資金、日照問題、登記、土地測量等建築一般に関する相談に、(一社)東京都建築士事務所協会江東支部会員と東京土地家屋調査士会江東支部会員が対応します 回9月9日(水)13:00～15:00(受付は14:50まで) 場区役所2階区民ホール 回当日直接会場へ ※設計図や資料がある方はご持参ください 場建築調整課建築調整係☎03-3647-9754 ☎03-3647-5513



江東区創業塾 オンライン講座を開催

中小企業診断士によるセミナー形式の講義。経営、財務、人材育成や販路開拓について学び、創業計画書の作成を目指します。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10月15日～11月12日の木曜(全5回)19:00～21:30 ※最終日は18:30～21:30 場オンライン(Zoom) 対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 回30人(申込順) 回9月14日(月)～10月13日(火)に区HPで 場経済課創業支援担当☎03-3647-2331 ☎03-3647-8442

日程	テーマ・内容
10/15 (木)	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)
10/22 (木)	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)
10/29 (木)	財務(基礎知識、資金調達の方法、創業融資の案内)
11/5 (木)	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)
11/12 (木)	講義のまとめ ビジネスプラン発表、総評

ビジネス支援講座「アイデアから ビジネスプラン構築」

回9月19日(土)14:00～15:30(開場13:45) 場教育センター 対高校生以上の方 回20人(申込順) 対シナリオを書く技術を用いて自分自身のビジネスアイデアを具現化する方法を学ぶ 回9月6日(日)9:00から申込フォーム(下記2次元コード)で 場東陽図書館☎03-3644-6121 ☎03-3615-6669

江東区特定創業支援等事業 ひがしん創業塾

場墨田区産業共創施設 SUMIDA INNOVATION CORE(墨田区錦糸4-17-1-4階) 対区内で創業予定または創業後5年以内で、全回参加できる方 回30人(抽選) 回9月11日(金)までに東京東信用金庫HPで 場東京東信用金庫お客様サポート部 中小企業応援センター☎03-3633-2445 ☎sougyou@higashin.co.jp ※詳細は東京東信用金庫HPをご覧ください

	日時
第1回	10/10(土)13:00～16:00
第2回	10/31(土)13:00～16:00
第3回	11/7(土)11:00～17:30
第4回	11/14(土)13:00～16:00
第5回	11/28(土)13:00～16:30
第6回	12/12(土)13:00～16:30

9月は東京都の自殺対策強化月間

生きているのがつらいとき、相談できる窓口があります。次のとおり特別相談を実施します 場東京都保健医療局健康推進課自殺総合対策担当☎03-5320-4310

こころの悩み等についての電話相談

(全国)フリーダイヤル特別相談 ☎0120-58-9090 毎日20:00～翌2:30(月曜は22:30～、火曜は17:00～) ※9/5(土)まで

東京自殺防止センター ☎03-5286-9090 毎日20:00～翌2:30(月曜は22:30～、火曜は17:00～)

自殺予防ののちの電話 ☎0120-783-556 毎日16:00～21:00 毎月10日8:00～翌8:00(9/10(木)～16(水)も実施)

東京いのちの電話 ☎03-3264-4343 毎日24時間

東京都自殺相談ダイヤル ～こころといのちのほっとライン～ ☎0570-087478 毎日12:00～翌5:30 ※9月11日(金)～15日(火)は24時間実施

自死遺族のための相談電話

自死遺族傾聴電話 ☎03-3796-5453 毎週火・木・土曜11:00～17:00 ※9/5(土)までは毎日実施

自死遺族相談ダイヤル ☎03-3261-4350 毎週木曜14:00～18:00(9/14(月)～16(水)も実施) 毎週日曜13:00～17:00

とうきょう自死遺族総合支援窓口 ☎03-5357-1536 毎週月～金曜14:00～18:00 毎週日曜13:00～17:00(祝日除く)

メール相談 毎日 ※おおむね1週間以内に返信

その他

多重債務110番 ☎03-3235-1155 毎週月～土曜9:00～17:00

相談ほっとLINE@東京 毎日15:00～22:30

消費者講座「もう一度安心して 乗るための自転車ルール確認講座」

回10月2日(金)14:00～15:30 場パルシティ江東 対区内在住・在勤・在学の方 回30人(抽選) 対自転車の交通ルールや青切符について座学で学ぶ 場深川警察署交通課安全教育係 回9月15日(火)(消印有効)までに区HP申込、または往復はがきに8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 場☎03-5683-0321 ☎03-5683-0318

勤労障害者の表彰対象者を募集

区では、職業的自立に努力している勤労障害者を毎年表彰しています。今年の表彰対象者を募集します。詳細は区HPをご覧ください 対現在の事業所に2年以上勤務する区内在住の障害者手帳所持者で、就業成績が極めて良好と認められる方 回5人程度(選考あり) 回9月4日(金)～25日(金)(消印有効)に該当者を雇用している事業者が、窓口または区HPにある推薦調書に必要事項を記入し、窓口または郵送、メールで〒135-8383区役所障害者支援課障害者就労支援係へ☎03-3699-0325 ☎03-3699-0329 ☎shurou-tanbou@city.koto.lg.jp ※選考結果は11月上旬ごろに企業と本人へ通知



スポーツ

東陽図書館 「箱根駅伝がつむぐ夢」

回9月23日(水・祝)14:00～15:30 場教育センター 対中学生以上の方 回80人(申込順) 対読売新聞記者が、記者ならではの視点から箱根駅伝の魅力に迫る 回9月6日(日)9:00から申込フォーム(下記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

江東シーサイドマラソン ランナーサポート企画「足型測定会」

回9月26日(土)①9:00～12:20②13:20～17:20 場東砂スポーツセンター 対江東シーサイドマラソン大会に出場予定の方 回①5人②6人(抽選) 場1,500円 対足のサイズ・形・動きを測定し、自身に合ったシューズの選び方や足の使い方をアドバイス 場関 亜斗利(シューフィッター) 回9月18日(金)までに健康スポーツ公社予約サイトで ※予約サイトへの登録が必要。9月19日(土)以降に抽選結果をメールで連絡 場東砂スポーツセンター☎03-5606-3171 ☎03-5606-3176

デフテニス体験会

障害の有無、テニス経験の有無にかかわらず参加いただける体験会です 回10月4日(日)9:30～11:00、11:30～13:00 場潮見庭球場 対小学生以上の方 回各8人(抽選) 場内藤公広(NPOデフテニスジャパン代表)、親松直人(デフテニス日本代表選手) 回9月20日(日)までに江東スポーツ施設運営パートナーズHPで 場屋外スポーツ施設事務所☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855

障害者レクリエーション事業 「みんなで気軽にスポーツ体験」

障害のある方が気軽にスポーツやレクリエーションを体験できるイベントです 回9月26日(土)10:00～12:00 場亀戸スポーツセンター 対障害のある小学生以上の方 回30人(申込順) 場スポーツ推進委員会 回9月5日(土)～20日(日)に電話・窓口またはFAXに8面申込記入例の①②④と⑤緊急連絡先⑥介助者の有無⑦障害の内容⑧車いすの有無⑨交通手段⑩その他必要事項を記入し、亀戸スポーツセンターへ☎03-5609-9571 ☎03-5609-9574

初級・中級 硬式テニス講習会

回10月4日～25日の日曜(全4回) ※予備日11月1日(日)[Aコース]8:30～10:00 [Bコース]10:10～11:40 場豊住庭球場 対区内在住・在勤の15歳以上の方(中学生を除く) 回各コース32人(抽選) 場6,000円 場江東区テニス連盟 回9月11日(金)(必着)までに往復はがきに8面申込記入例の①～④と⑤年齢⑥生年月日⑦勤務先と所在地(区内在住の方)を記入し、〒135-0046牡丹1-12-12南光ビル1階テニスショップボールボーイ内 江東区テニス連盟事務局(石割)へ☎☎03-3820-7072 ※詳細は連盟HPをご覧ください

太極拳無料体験会

回9月27日(日)9:45～11:35(受付9:30～) 場東砂スポーツセンター 対太極拳初心者・未経験者 回60人(申込順) 対初級太極拳・カンフー体操 回9月5日(土)～12日(土)に電話・FAX・メールに8面申込記入例の①～④と⑤年代を記入し、江東区武術太極拳連盟へ☎☎03-3644-9460 ☎2koto kuren@gmail.com

膝・腰痛軽減水中運動+スイム

回10月6日～12月22日の火曜(10月13日、11月3日・24日を除く全9回)9:30～11:30 場亀戸スポーツセンター 回5人(申込順) 場9,000円(保険料含む) 場江東区水泳連盟 回9月5日(土)から江東区水泳連盟(石井)に電話で☎090-3904-7559

江東シーサイドマラソン ランニングクリニック

回①10月2日(金)19:00～21:00②11月7日(土)18:30～20:30 場夢の島競技場 対18歳以上の方 回各50人(抽選) 場各2,000円 ※2回とも参加の場合は計3,000円 対大会に向けたトレーニング方法やコンディショニング作り、当日への準備などを実技を交えながら分かりやすく指導。大会に出場しない方も参加できます 場西田隆維(エドモントン世界陸上大会マラソン9位入賞)、吉田香織(横浜国際女子駅伝日本代表)、和田有稀奈(元イタリア女子フットサル代表トレーナー) 回①9月25日(金)まで②10月31日(土)までに江東スポーツ施設運営パートナーズHPで 場屋外スポーツ施設事務所☎03-3522-0846 ☎03-3522-0855