



新型コロナウイルス感染症の状況等によって、掲載されている事業が中止となる場合がございます。
施設の利用や事業への参加にあたっては、感染拡大防止対策にご協力をお願いいたします。

3月21日（火・祝）第1回ボッチャ交流大会

東京2020大会を熱く盛り上げた「ボッチャ」の楽しさを体感していただくとともに、世代や障害の有無を超え、障害者および障害者スポーツへの理解を深める機会として、ボッチャ交流大会を開催します！障害児・者によるダンスパフォーマンス、会場内に車いすバスケットボール等の体験ブースも設置します。ぜひご参加ください！

第1回 東京2020大会
レガシー継承事業へ

ボッチャ交流大会

3月21日（祝）
時間：9:30～14:00（受付9:00～）
会場：江東区スポーツ会館
共催：江東区
協力：江東区スポーツ推進委員会

参加費無料

●開催スケジュール（予定）

2月25日
締切

9:30～ オープニング

障害児・者のダンスサークル「STREET JAM」のダンスパフォーマンス！



10:00頃～ ボッチャ交流大会

予選リーグ、決勝トーナメントを予定しています



※会場はスポーツ会館3階大体育室です。
※申込先と会場が異なるのでご注意ください。

第1回ボッチャ交流大会への申込みは、
2月25日（土）締切です（応募多数抽選）。

窓口、メール、FAXにて受付中！
申込用紙はホームページからダウンロード



<お問合せ・お申込みは>
深川北スポーツセンター

〒135-0023 平野3-2-20
☎03-3820-8730 FAX03-3820-8731



亀戸スポーツセンター ミニボッチャ体験コーナー

亀戸スポーツセンターには
コートが4分の1サイズの「ミニ
ボッチャ」体験コーナーを常
設しており、どなたでも無料
でご利用いただけます。

ルールを知る機会だけで
なく、交流大会への練習に
もご活用ください！事前予
約で貸切利用もできます。



利用方法などは、亀戸
スポーツセンターの
ホームページにて
ご確認ください。



<お問合せは>

亀戸スポーツセンター

〒136-0071 亀戸8-22-1

☎03-5609-9571 FAX03-5609-9574



3月19日（日）深川スポーツセンター杯カローリング大会

2月28日
締切

冬季五輪でおなじみの「カローリング」を、屋内（床上）で行うニュースポーツ「カローリング」の大会を開催します。

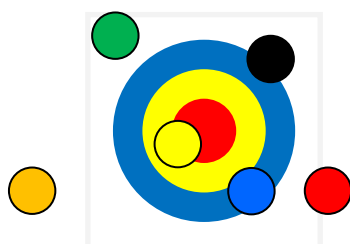
カローリングの基本的なルールについて

○ カローリングの要領で、タイヤのついた「ローラー」を床上
の的に向けて走らせます。
○ 先攻はオレンジ・グリーン・ブラックのローラーを使用、
後攻はブルー・イエロー・レッドのローラーを使用します。
○ すべてのローラーを投げ終えた後、最も中央に近い
チームが勝ちとなり、ローラーが静止した位置によって得点
が決まります。赤...3点、黄...2点、青...1点。



では問題です！

投げ終わって、以下の図の通りに終わった時、先攻・後
攻のどちらが勝ちで、得点はいくつでしょうか？



対象	小学生以上で3人1組（個人申込不可）
定員	24チーム ※申込み多数の場合は抽選
費用	無料
締切	2月28日（火）

<お問合せは>

深川スポーツセンター

〒135-0044 越中島1-2-18

☎03-3820-5881 FAX03-3820-5884



（※2月17日・18日）第5期第1号の「C」の玉のマークを
「C」の玉のマークを「C」の玉のマークで勝ち



ウクライナ人道危機救援金（令和5年3月末まで延長）

江東区ではウクライナ人道危機救援金にかかる募金箱を設置していま
す。義援金は日本赤十字社を通じて寄付いたします。

健スポ LINE公式アカウント 友だち募集中！

「友だち登録」をしていただくことで、教室やイベントの
開催、募集開始のお知らせをお届けいたします。

※LINEアプリは、各自の責任においてご利用願います。

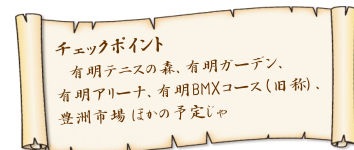


親子でチャレンジ冒険ウォーキング

2月21日より
申込受付

日時	3月19日(日) 10:00～12:00 ※雨天中止
会場	有明スポーツセンター周辺 ※チェックポイントの中には入りません。
対象	約4km歩ける子と保護者
定員	15組(抽選)
費用	大人600円、子ども300円
申込	2月21日(火)よりWEBにて
締切	3月5日(日)24:00まで

地図を手に、親子で有明を冒険しよう！コース途中のチェックポイントでクイズに挑戦し、キーワードを集めてゴールを目指すウォーキングイベントです。



＜お問合せは＞
有明スポーツセンター
〒135-0063 有明2-3-5
☎03-3528-0191 FAX03-3528-0192



高校生 バドミントンクリニック

2月26日より
申込順

多数のメダリスト・オリンピックが在籍するBIPROGY(株)バドミントンチーム(旧日本ユニシスバドミントン部)の指導が直接受けられる、区内の高校生を対象としたクリニックです。

日時	3月28日(火) 13:30～15:30
会場	有明スポーツセンター 大体育室
対象	区内在住・在学の バドミントン経験が ある高校生
定員	50人(申込順)
費用	無料
申込	2月26日(日) 9:00よりWEBにて
締切	3月25日(土) 24:00まで ※定員に達し次第 締め切り



2月21日以降に、
ホームページ、こ
うとう区報で確認い
ただけます



季節を感じるウォーキング～深川七福神巡り～

2月26日より
申込順

日時	3月26日(日) 9:30～12:00
会場	深川スポーツセンター(座学) 深川七福神周辺(実技)
対象	中学生以上の方
定員	20人(申込順)
費用	800円
申込	2月26日(日)9:00より 亀戸スポーツセンターへ電話 もしくは窓口にて
締切	定員に達し次第

効果的なウォーキングについて、座学と実技で学びます。
今回は、春の芽吹きを感じながら、深川七福神周辺を巡ります。



＜お問合せは＞
亀戸スポーツセンター
〒136-0071 亀戸8-22-1
☎03-5609-9571 FAX03-5609-9574



はじめての 民謡教室

申込順にて
受付中

民謡独特の所作を意識した踊りを通じて、日本文化に触れながら楽しく健康づくりを行います。

日時	3月2日～3月30日(毎週木曜・全5回) 18:00～19:00
会場	亀戸スポーツセンター 小体育室
対象	中学生を除く15歳以上の方
定員	25人(申込順)
費用	2,850円
申込	電話・窓口にて
締切	定員に達し次第



＜お問合せは＞
亀戸スポーツセンター
〒136-0071 亀戸8-22-1
☎03-5609-9571 FAX03-5609-9574



「シニア健康体操」 & 体内チェック

2月21日より
申込受付

初めての方でも無理なく取り組める体操を行い、筋肉や脂肪、骨、水分など、身体を構成する組成成分と血管年齢を測定します。

日時	3月26日(日) 10:30～11:30
会場	深川スポーツセンター 多目的広場 ※雨天時は屋内で実施します。
対象	60歳以上の方
定員	20人(抽選)
費用	1,000円
申込	2月21日(火)より WEB・往復ハガキ・窓口にて
締切	3月7日(火)必着※WEBは24:00まで



＜お問合せは＞
深川スポーツセンター
〒135-0044 越中島1-2-18
☎03-3820-5881 FAX03-3820-5884



健康講演会 「笑い与健康」

2月25日より
申込受付

「笑うことは健康に様々な効果がある」ことを知り、プロの噺家から「笑える毎日」のコツや健康にプラス効果をもたらす方法を学びます。今回は柳家小志んさんをお招きします。

日時	3月19日(日) 14:00～16:00
会場	深川スポーツセンター 多目的ホール
対象	中学生を除く15歳以上の方
定員	50人(抽選)
費用	無料
申込	2月25日(土)より WEB・往復ハガキ・窓口にて
締切	3月14日(火)必着※WEBは24:00まで



＜お問合せは＞
健康センター
〒135-0016 東陽2-1-1
☎03-3647-5402 FAX03-3647-5048



施設利用中止情報

施設名	室場	利用中止期間
亀戸スポーツセンター	大体育室	～3月末まで ※改修工事のため
	プール	

感染症対策にご協力をお願いします。



家を出る前、施設利用直前に、熱を測り、平熱より高いと感じられる場合には、ご利用をお控えください。



館内はマスクを着用ください。施設利用時については、各施設のルール、職員の指示に従ってください。



利用者間の密集を避け、不要不急な会話はお控えください。



利用前後の手指等の洗浄・消毒、および使用された器具の消毒をお願いします。



毎月第2・4月曜日は休館日です。その日が祝日にあたる場合、翌火曜日が休館日です。
緊急事態宣言等で、利用休止になる場合がありますので、ホームページも併せてご確認ください。
<https://www.koto-hsc.or.jp> (左の二次元コードからもアクセスできます)
※各施設の混雑状況等を発信するTwitterアカウントもありますので、ぜひフォローしてください。

