

フィット

こうとう MINI

2025年

6月20日
|
7月19日

応援します！あなたの健康づくり

編集・発行

公益財団法人
江東区健康スポーツ公社

〒135-0016 江東区東陽2-1-1
TEL 3647-5402 FAX3647-5408
https://www.koto-hsc.or.jp/



こうとう健康チャレンジ7月から始まります！



※注1) 区内スポーツセンター及び健康センター備え付けのアプリ専用の体組成計です。 ※注2) 健康チャレンジ対応アプリ「WoLN」のホーム画面を指します。 ※注3) 総合受付等に掲出の「来館ポイント」二次元コードを読み込んでください。 ※注4) 健康チャレンジ対応アプリ「WoLN」の連携・入力が必要です。

楽しく歩いて健康に！

江東区民を対象に、スマートフォンのアプリを活用し、ウォーキングやイベントの参加等で貯まるポイントで抽選に応募ができ、楽しく健康と景品をゲットするイベント「こうとう健康チャレンジ」。
昨年度以上に多くの方にご参加いただけるよう、今年度は約3か月早い7月7日（月）よりスタート！より多くのポイント獲得の機会や貯めたポイントで応募可能（※注5）な景品を予定しています！
参加費無料で、アプリをインストールすれば、18歳以上の区民の方にご参加いただけます。運動や食事の記録ができ、楽しみながら運動習慣づくりができますので、是非、この機会に、ご自身の健康を見直してみましよう！

※注5) 当選の発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。また、景品数は応募により変動します。



● イベント参加でポイント付与！

健康度測定、各種ウォーキング講座など、様々なイベントをご用意しております。この機会に是非チャレンジしてみたいかがでしょうか！

右記のマークがポイント付与対象イベントの目印です。→ イベントチラシやホームページをご確認ください。



「令和6年度能登半島地震」にかかる義援金募金箱設置

江東区では、令和6年能登半島地震にかかる募金箱を設置し義援金を募集しています。お預かりした義援金は日本赤十字社を通じて被災者支援に使われます。



公社ホームページにバナー広告を載せてみませんか？



掲載料金、申込方法等の詳細はホームページにてご確認ください。



健康センター
栄養相談 運動相談 **申込受付中**

事業	栄養相談	運動相談
日程	6月22日(日)、7月7日(月)、27日(日)	
時間	10:00～15:20 (一人20分程度)	13:30～16:20 (一人20分程度)
会場	健康センター	
対象	どなたでも	
定員	各日8人	各日6人
費用	無料	
申込	窓口・電話にて※申込順	
締切	定員に達し次第	

健康センター
〒135-0016 東陽2-1-1
☎3647-5402 FAX3647-5048

健康センター
健康度測定 **申込受付中**

日程	7月5日(土)、12日(土)、19日(土)、21日(祝)
時間	8:50～10:00 ※受付時間 (一人2時間程度かかります)
会場	健康センター
対象	中学生を除く15歳以上の方
定員	10人
費用	7,000円 ※別途結果郵送料430円預かり
申込	窓口・電話にて※申込順
締切	定員に達し次第

健康センター
〒135-0016 東陽2-1-1
☎3647-5402 FAX3647-5048

少年少女スポーツ教室
少年少女
バレエ教室 **申込受付中**

日時	7月13日(日) ①9:30～11:00 ②13:30～16:00
会場	東砂スポーツセンター
対象	区内在住の小学生
定員	各50人
費用	無料
申込	6月21日(土)よりWEB(江東区健康スポーツ公社HP)にて
締切	7月4日(金)24:00

事務局(健康センター内)
〒135-0016 東陽2-1-1
☎3647-5402 FAX3647-5048

有明スポーツセンター
ありあけクリーンセンター
サマーフェスティバル2025 **当日申込**

日時	8月1日(金)10:00～14:00
会場	有明スポーツセンター
対象	お子様と保護者、ほか来館者など
定員	特になし
費用	無料
申込	当日体育館棟2F受付にて
締切	当日13:30まで

※当事業は有明スポーツセンターと併設される4施設にて慣れ親しんでいただく事業です。

有明スポーツセンター
〒135-0063 有明2-3-5
☎3528-0191 FAX3528-0192

深川スポーツセンター
デフバスケットボール体験会 **当日申込**

「きこえない・きこえにくいアスリートのためのオリンピック」と言われているデフリンピック。その100周年となる記念すべき国際スポーツ大会が、本年11月に日本で初めて開催されます。

江東区健康スポーツ公社では、デフリンピックを多くの方々に楽しんでいただくために、デフスポーツを知る機会及び聴覚障害の理解を促進する機会として、「デフバスケットボール体験会」を開催します！

深川スポーツセンター
〒135-0044 越中島1-2-18
☎3820-5881 FAX3820-5884

日程	7月19日(土)
時間	13:00～14:00
会場	深川スポーツセンター
対象	小学生やその保護者など
費用	無料
詳細	深川スポーツセンターまでお問い合わせください。

東砂スポーツセンター
にこにこレクリエーション(通称:にこレク) **当日申込**

東砂スポーツセンターでは、毎月2回金曜日に、障害のある方も定期的にスポーツに親しめる機会として「にこにこレクリエーション(にこレク)」を開催しています。

現在はサッカーとエアロピクスの2種目ですが、今後はご要望を伺いながら種目の拡充を検討しています。興味のある方は、東砂スポーツセンターまでお気軽にお問い合わせください！



日程	7月4日(金)[種目:サッカー] 7月18日(金)[種目:エアロピクス] ※8月以降も開催いたします
時間	10:30～11:15
会場	東砂スポーツセンター
対象	障害のある方 ※介助者もぜひご参加ください
費用	無料
詳細	東砂スポーツセンターまでお問い合わせください。

東砂スポーツセンター
〒136-0074 東砂4-24-1
☎5606-3171 FAX5606-3176

東砂スポーツセンター
東砂SC
ランニングクラブ2025 **7月6日より受付開始**

日程	9月14日～12月28日(日)全12回
時間	9:00～10:30
会場	仙台堀川公園、荒川河川敷、夢の鳥競技場周辺 等
対象	ランニング初心者から中級者の方
定員	25人
費用	18,000円(1回あたり1,500円)
申込	窓口・電話にて※申込順

東砂スポーツセンター
〒136-0074 東砂4-24-1
☎5606-3171 FAX5606-3176

亀戸スポーツセンター
かけっこ塾 **7月15日より受付開始**

日程	9月14日(日)
時間	①9:30～10:30(1～2年生) ②10:40～11:40(3～6年生)
会場	亀戸スポーツセンター
対象	①小学1・2年生 ②小学3～6年生
定員	各30人
費用	1,000円
申込	WEBにて※申込順

亀戸スポーツセンター
〒136-0071 亀戸8-22-1
☎5609-9571 FAX5609-9574



まだ間に合います！
夏期教室のお申込みは
右の二次元コードから！→

※一部の教室は申込が切、キャンセル待ち受付中です。詳細は開催施設までお問い合わせください。

令和7年度
夏季教室

7月 8月

お知らせ 貸出器具の一部有料化について

団体利用における一部の貸出器具につきまして、令和7年10月1日利用分より有料化いたします。有料化により得た収益は、器具等の更新(買換え)費用に充てるなど、今後もサービス向上に努めてまいりますので、ご理解ご協力をお願いいたします。



お知らせ 江東区スポーツ会館の改修について

江東区長期基本計画に基づき、施設の老朽化に伴う建物及び付帯設備の改修を行っています。なお、工事期間中(令和6年10月～令和8年3月予定)は休館いたします。ご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。



お知らせ 有明SCプール再開について

有明清掃工場からの熱源供給再開にともない、6月20日(金)より、プール営業および空調・シャワーの温水も通常通り稼働を再開しております。みなさまのご利用をお待ちしております。



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。災害等で、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X(旧Twitter)アカウント、当公社公式LINEでも情報発信しています。

