

応援します! あなたの健康づくり

フィットこうとう



KOTO City in TOKYO
スポーツと人情が熱いまち 江東区

NO.107 令和元年(2019年)11月15日発行

公益財団法人
江東区健康スポーツ公社

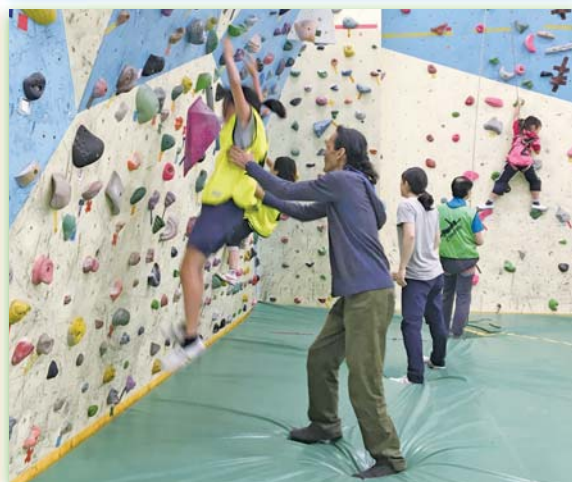
〒135-0016 江東区東陽二丁目1番1号
<https://www.koto-hsc.or.jp/>
☎3647-5402 FAX 3647-5048

江東区スポーツ施設情報紙

2020 年から はじめよう

1月スタート 教室申込受付中

お申込みは、2～7面の各教室案内をご覧ください。
いつでも! どこでも! 簡単に!
WEB申込みをご利用ください!!



12/8
(日)

深川スポーツセンターで同時開催! 参加費無料! お気軽にお越しください♪

江東スポーツチャレンジ2019 ～Go to KOTO2020～

武蔵野大学スポーツマネジメントゼミの学生によるパラスポーツイベントです。詳細はイベント公式ホームページをご覧ください。

時 間 13:00～15:30 ※12:30～受付開始

対 象 どなたでも

問合せ 武蔵野大学スポーツマネジメントゼミ
メール: spomane2019@gmail.com
イベント公式ホームページ
<https://www.spomane-semi.com>
または深川スポーツセンター
☎3820-5881

◆ボッチャ ◆車いすバスケットボール
◆ブラインドサッカー ほか



柔道クリニック 井上智和氏に学ぶ柔道の極意!

要事前
申込

2001年アジア柔道選手権大会100kg以下級金メダリスト井上智和氏が直接指導を行います。

食から支える全日本柔道連盟科学研究部員で管理栄養士の上村香久子氏による栄養指導も同時開催です!

時 間 14:00～17:15

対 象 どなたでも120人(区内小中学生優先)
◆メダリストによる実技指導
◆スポーツをする人のための栄養指導
保護者の方もぜひご参加ください!

申込み WEB申込み 11/15(金)～30(土)まで
(<https://www5.revn.jp/koto-hsc2/>)
または深川スポーツセンター窓口

問合せ 深川スポーツセンター ☎3820-5881
※道着の貸出しあります(数に限りあり)



江東区健康スポーツ公社は ライフステージに応じたスポーツ活動を推進します。



再生紙を使用しています。

江東区ロゴマーク入りTシャツ&タオル好評販売中。

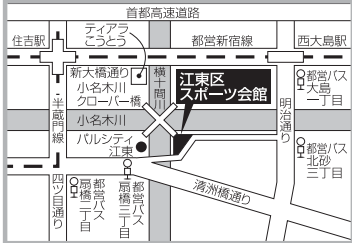
次号は2月発行の予定です。

江東区スポーツ会館

〒136-0073 北砂1-2-9
☎ 3649-1701／FAX 3649-3123

交通機関

- ・東京メトロ半蔵門線 住吉駅 徒歩12分
- ・都営新宿線 西大島駅 徒歩12分 住吉駅 徒歩12分
- ・都営バス 大島一丁目 徒歩8分
扇橋二丁目 徒歩7分
扇橋三丁目 徒歩4分

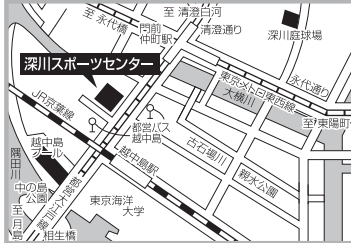


深川スポーツセンター

〒135-0044 越中島1-2-18
☎ 3820-5881／FAX 3820-5884

交通機関

- ・東京メトロ東西線/都営大江戸線
門前仲町駅(4番出口) 徒歩5分
- ・JR京葉線 越中島駅(1番出口) 徒歩2分
- ・都営バス(門33 門19 海01) 越中島 徒歩1分



シニア(60歳以上)対象教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
ス1	転ばぬ先のトレーニング(火)★★☆	13:30～14:30	火	1/21～3/31(9回)	転倒防止や寝たきり防止を目的とした高齢者向けの教室です。	各30人	4,680円
ス2	転ばぬ先のトレーニング(金)★★☆			1/10～3/27(11回)			5,720円
ス3	シニア体操A※1★★☆	9:00～10:00	金	1/10～3/13(10回)	柔軟性を養うストレッチや全身を使ったリズム体操で運動不足の解消を目的とします。 (A・B・Cで強度が違うので参加の際はご注意ください。)	60人	3,600円
ス4	シニア体操B※1★★☆	10:15～11:15				各70人	3,600円
ス5	シニア体操C※1★☆☆	11:30～12:30					3,600円
ス6	60歳からのチェアピクス★☆☆	9:30～10:30	水	1/15～3/25(11回)	いすに座ってストレッチや体操を行います。	40人	3,960円
ス7	ロコモ予防教室★☆☆		木	1/16～3/26(11回)	下半身を中心に鍛え、いつでも自分の足で歩き続けられる体づくりを行います。	30人	3,960円

※1「シニア体操」は同一内容となりますので、1教室を選んでお申込みください。重複申込みは無効となります。

★が多いほど強度が上がります。

一般向け教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
ス8	気楽にヨガ①※2	13:30～14:30	火	1/21～3/31(9回)	簡単でどなたでも楽しめる内容で行います。リフレッシュし「気持ちよく過ごしたい!」方におすすめです。	各25人	5,130円
ス9	気楽にヨガ②※2	16:00～17:00					5,130円
ス10	パワーヨガ※2	10:00～11:00	金	1/10～3/27(11回)	ボディメイク効果とメンタル調整効果が充実したプログラムです。		6,270円
ス11	気功※2	14:45～15:45	火	1/21～3/31(9回)	姿勢や体質改善・リラクゼーション効果も抜群です。		5,130円
ス12	脂肪燃焼エクササイズ	9:30～10:30	水	1/15～3/25(11回)	やわらかいボールなどで体幹部を鍛えます。		6,270円
ス13	太極拳	10:00～11:30	金	1/10～3/27(11回)	自然な呼吸法で心身のバランスを取り健康な体づくりを行います。	60人	6,270円
ス14	ナイスイミング	19:00～20:30	水	1/29～3/25(9回)	江東区水泳連盟指導の水泳教室です。(中学生も参加可能・要送迎)	40人	6,120円
ス15	サタデースイミング①	9:45～11:15	第1,3,5土	2/1～3/21(5回)	初心者から経験者まで個人の泳力に合わせて指導します。 (通年制の教室です。中学生も参加可能。)	若干名	3,400円
ス16	サタデースイミング②	11:15～12:45					3,400円
ス17	アクアベシック	14:20～15:20	水	1/29～3/25(9回)	水中で基本ステップやウォーキングなどを行います。	各50人	6,120円
ス18	アクアダンス		木	1/30～3/26(9回)	経験者や体力のある方を対象とした水中エクササイズです。		6,120円

女性対象教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料	
ス19	レディースヨガ(火) ※2	10:00～11:00	火	1/21～3/31 (9回)	簡単でどなたでも楽しめる内容の教室です。女性専用なのでより和やかな雰囲気でもヨガを楽しめます。	各25人	5,130円	
ス20	レディースヨガ(金) ※2	13:30～14:30	金	1/10～3/27 (11回)			6,270円	
ス21	骨盤調整ストレッチ① ※2	10:45～11:45	水	1/15～3/25 (11回)	ストレッチを中心とした教室です。骨盤を整え、姿勢改善や内臓の活性化の効果も期待できます。		6,270円	
ス22	骨盤調整ストレッチ② ※2	12:00～13:00					6,270円	
ス23	ハワイアンフラ	11:00～12:00			フラダンスの基本的な動きを学び、一つの曲の振り付けを完成させます。		40人	6,270円
ス26	女性水泳 (週2回コース)	9:45～11:15	月・木	1/30～3/26 (14回)	初心者から経験者まで、個人の泳力に合わせて指導します。	各60人	9,520円	
ス27	女性水泳 (週1回コース)		水	1/29～3/25 (9回)			6,120円	

こども・親子向け教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	対象	募集人数	受講料
ス28	ママヨガ(火)※2	11:15～12:15	火	1/21～3/31(9回)	お子様を連れて参加できるヨガです。産後の体を無理なく調整していきます。	2歳未満の子と女性の保護者	各25組	6,030円
ス29	ママヨガ(金)※2		金	1/10～3/27(11回)				7,370円
ス30	ひよこ体操(火)	10:00～10:50	火	1/21～3/24(8回)	親子でボールやフープ・手遊びを行いながら神経系の発達を促していきます。	H30.1.2～H31.1.1生まれの子と保護者	各40組	4,960円 双子5,760円
ス31	ひよこ体操(水)		水	1/15～3/18(10回)				6,200円 双子7,200円
ス32	パンビ体操(火)	11:00～11:50	火	1/21～3/24(8回)	親子で音楽に合わせた体操や平均台・マットなどを使って楽しく体力づくりを行います。	H29.1.2～H30.1.1生まれの子と保護者	各30人	4,960円 双子5,760円
ス33	パンビ体操(水)		水	1/15～3/18(10回)				6,200円 双子7,200円
ス34	わんぱく体操(木)	14:45～15:30	木	1/16～3/19(10回)	マット・跳び箱などを使用し、基礎運動能力向上を目的としたクラスです。	H27.4.2～H29.4.1生まれの子	各30人	5,200円
ス35	わんぱく体操(金)		金	1/10～3/13(10回)				5,200円
ス36	チャレンジ体操(木)	15:45～16:45	木	1/16～3/19(10回)	H25.4.2～H27.4.1生まれの子	各40人	各60人	5,200円
ス37	チャレンジ体操(金)		金	1/10～3/13(10回)				5,200円
ス38	こども体操	16:00～17:00	水	1/15～3/18(10回)	マットやトランポリンなどの用具を使った体操・ゲームなどを行います。	小学1～3年生	50人	5,200円
ス39	幼児キッズ空手	15:15～16:15	木	1/9～3/26(12回)	空手技術の向上のほか、礼儀作法の大切さを指導します。	H25.4.2～H27.4.1生まれの子	若干名	6,240円
ス40	キッズ空手							6,240円
ス41	ジュニアヒップホップ	16:30～17:30	火	1/21～3/17(7回)	楽しみながら体を動かし、表現力や自主性を養うことを目的としています。	小学1～6年生		3,640円
ス42	親子スイム①	12:45～13:30	第1,3,5週2,4	2/1～3/21(5回)	親子の触れ合いを大切に、水慣れから水泳の基礎まで水遊びを交えて指導します。	H27.4.1～H29.1.1生まれの子と保護者	各30組	3,650円
ス43	親子スイム②			2/8～3/28(4回)				2,920円
ス44	チャレンジスイム	15:15～16:00	火	1/28～3/24(7回)	水慣れからクロール習得を目的としたクラスです。	H25.4.2～H27.4.1生まれの子	35人	3,990円
ス45	のびのびスイム(火)	16:00～17:15	木	1/30～3/19(8回)	泳力に合わせた練習方法で各種泳法のレベルアップを目的としたクラスです。	小学1～3年生	各60人	3,990円
ス46	のびのびスイム(木)							4,560円
ス47	すいすいスイム(火)	17:15～18:30	火	1/28～3/24(7回)		小学1～6年生		3,990円
ス48	すいすいスイム(木)							4,560円

※2 ヨガ・気功・骨盤調整の教室に参加される方は、ヨガマットをご用意ください。



印刷のことなら
京葉線 潮見駅前の
松本文信堂へ

株式会社 松本文信堂

〒135-0052 東京都江東区潮見2-5-3
TEL.03-3649-6151 FAX.03-3649-6155

安全・安心・快適・衛生の提供

総合ビルメンテナンス

bisou ビソー工業株式会社

本社 〒331-0049 埼玉県さいたま市西区西新井505-121
TEL048-625-1691 FAX048-625-5245
江東支店 〒135-0031 東京都江東区佐賀1-5-1 佐野ビル3F
TEL03-6458-8390 FAX03-6458-8391
http://www.bisoukougyou.co.jp/

シニア(60歳以上)対象教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
深1	転ばぬ先のトレーニング	15:00～16:30	木	1/9～3/19(11回)	転倒防止や寝たきり予防を目的とした教室です。	40人	5,720円
深2	シニア笑って楽しむ脳トレ体操★☆☆	9:30～10:45	水	1/8～3/18(11回)	日常生活を無理なく過ごせるよう、脳トレなどのレクリエーションを織り交ぜながらの体操です。 いつまでも自分の足で歩き続けられるように、健康維持できるようにサポートします。	各60人	3,960円
深3	シニア健脚力アップ体操★☆☆						3,960円
深4	シニア体力アップ体操★★★	13:30～14:45	金	1/10～3/13(10回)	生涯元気に! 全身トレーニングをメインに体力アップを行う教室です。		3,600円

★が多いほど強度が上がります。

一般向け教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
深5	シェイプアップ体操	10:30～12:00	火	1/ 7～3/24 (9回)	エアロビクスやエクササイズで美しい体を目指すことを目的とした教室です。	各50人	5,130円
深6	のびのびストレッチ体操	13:30～14:30			ストレッチ&リラクゼーションで体調を整えることを目的とした教室です。		5,130円
深7	リフレッシュ体操	10:30～12:00	金	1/10～3/13 (10回)	ストレス解消を目的としたエアロビクスやストレッチを行います。		5,700円
深8	リラクسسヨガ ★☆☆ 内容変更	13:30～14:30	水	1/ 8～3/18 (11回)	初心者でもできるやさしい癒しのヨガ教室です。		6,270円
深9	おめざめパワフルヨガ ★★★★★ 内容変更	9:30～10:30	土	1/11～3/21 (11回)	レベルに合わせて強度を調整しながら、穏やかな呼吸とともに体を整えるヨガ教室です。		6,270円
深10	おめざめソフヨガ ★☆☆ 内容変更	11:00～12:00			初心者の方でも参加できるように、ゆっくりと自分のペースで楽しめるように指導します。		6,270円
深11	社交ダンス	19:00～20:30	木	1/ 9～3/19 (11回)	ラテンダンス、スタンダードダンスなどを行います。	80人	8,030円
深12	バドミントン ※1		火	1/ 7～3/24 (9回)	初心者の方を対象とし、レベル別に指導します。		5,130円
深13	中級者バドミントン ※1 ※2	10:00～11:30	水	1/ 8～3/18 (11回)	中級者向けにステップアップできるよう指導します。	30人	7,810円
深14	モーニングバドミントン ※1 ※3	9:00～10:30	金	1/10～3/13 (10回)	初心者の方を対象とし、レベル別に指導します。	各40人	5,700円
深15	卓球	19:00～20:30	火	1/21～3/17 (8回)	初心者・初級Ⅰ・初級Ⅱのクラスに分かれ、レベルごとに指導します。		4,560円
深16	柔道(一般)		水	1/15～3/18 (10回)	基礎から各自のレベルに合わせた指導をします。	20人	5,700円
深17	ソフトテニス			1/ 8～3/11 (10回)	初心者の方から上級者までを対象とし、レベル別に指導します。	40人	5,700円

※1「バドミントン」「モーニングバドミントン」「中級者バドミントン」「レディースバドミントン」は1教室を選んでお申込みください。重複申込みは無効となります。

※2「中級者バドミントン」は江東区バドミントン協会が行っている大会で、3部以上で登録されている方相当を対象とします。

※3「モーニングバドミントン」「レディースバドミントン」は江東区バドミントン協会が行っている大会で、3部・4部(初心者)で登録されている方相当を対象とします。

★が多いほど強度が上がります。

女性教室教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
深18	レディースバドミントン※1※3	10:45～12:15	金	1/10～3/13(10回)	初心者の方を対象とし、レベル別に指導します。	80人	5,700円

こども・親子向け教室

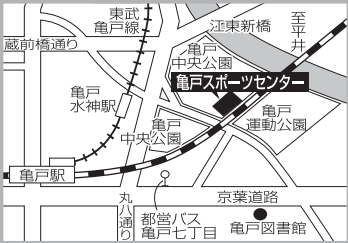
No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	対象	募集人数	受講料
深20	産後ママのシェイプアップエクササイズ	13:15～14:15	金	1/10～3/13(10回)	ベビーマッサージなども取り入れた、産後の身体の機能回復や体型改善を目的とした教室です。	ママと生後2か月～歩き始める前の子	25組	6,200円
深21	ベビー体操(火)※4	9:30～10:20	火	1/7～3/24(9回)	親子のスキンシップを中心に、手遊びや体操を音楽に合わせながら行います。	H29.4.2～H30.4.1生まれの子と保護者	各30組	5,580円 双子6,480円
深22	ベビー体操(木)※4	10:00～10:50	木	1/9～3/19(11回)				6,820円 双子7,920円
深23	ベビー体操(金)※4	9:30～10:20	金	1/10～3/13(10回)				6,200円 双子7,200円
深24	ベビー体操(土)※4	10:10～11:00	土	1/11～3/21(11回)				6,820円 双子7,920円
深25	ひよこ体操(水)※5	10:00～10:50	水	1/8～3/18(11回)	親子体操を中心に、ボールやフープ、跳び箱や平均台を使って運動を行います。	H28.4.2～H29.4.1生まれの子と保護者	各30組	6,820円 双子7,920円
深27	ひよこ体操(木)※5	11:00～11:50	木	1/9～3/19(11回)				6,820円 双子7,920円
深28	ひよこ体操(金)※5	10:30～11:20	金	1/10～3/13(10回)				6,200円 双子7,200円
深29	ひよこ体操(土)※5	11:10～12:00	土	1/11～3/21(11回)				6,820円 双子7,920円
深30	ほっぴこども体操	14:30～15:20	金	1/10～3/13(10回)	たくさんのお友達と元気いっぱい体を動かします。	H27.4.2～H28.4.1生まれの子	60人	5,200円
深31	ステップこども体操	15:30～16:20			マット、縄跳び、フラフープを使い、元気いっぱい運動を行います。	H26.4.2～H27.4.1生まれの子	各70人	5,200円
深32	ジャンプこども体操	16:30～17:20			器械体操や補強運動を取り入れ、おもいっきり運動を行います。	H25.4.2～小学1年生		5,200円
深33	えいごdeエクササイズ	16:15～17:15	火	1/7～3/24(9回)	英語に親しみながら、マットや体操を行います。	小学1～3年生	各35人	4,680円
深34	ガンパ体操		水	1/8～3/18(11回)	マット、跳び箱、鉄棒に挑戦し、身体機能を向上を目的とした教室です。	小中学生	20人	5,720円
深35	柔道(小中学生)	19:00～20:30	水	1/15～3/18(10回)	基礎を身に付けて、レベルに合わせた指導を行います。(柔道着貸出あり)			小学1～3年生
深36	ミニバスケットボールA	15:00～16:00	金	1/8～3/18(11回)	低学年では基本を中心に、高学年ではステップアップした内容で指導します。	小学4～6年生	5,720円	
深37	ミニバスケットボールB	16:10～17:10			小学1～6年生	5,200円		
深38	深川キッズチア	16:30～17:45	金	1/10～3/13(10回)	基礎から楽しく元気にチアダンスを行います。	小学1～6年生	各30人	5,200円
深39	はじめてのキッズフラ	8:50～9:50	土	1/11～3/21(11回)	Alohaの歌で、楽しく踊れるよう指導します。			5,720円
深40	ジュニアクライミングスクール	10:00～12:00	土	1/11～3/14(6回)	クライミングの知識と技術をレベルに合わせて指導します。	小学3年生～中学生	15人	10,800円

電車

バス

交通機関

- ・東武亀戸線 亀戸水神駅 徒歩3分
- ・JR総武線 亀戸駅(東口) 徒歩15分
- ・都営バス(亀26 錦25 錦27) 亀戸七丁目 徒歩6分



シニア(60歳以上)対象教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
亀1	転ばぬ先のトレーニング	13:30～15:00	金	1/10～3/13 (10回)	転倒防止や寝たきり予防を目的とした教室です。	40人	5,200円
亀2	シニア体操	10:00～11:15	火	1/ 7～3/31 (10回)	ゲーム要素などを取り入れた軽い体操で健康維持増進をサポートします。	60人	3,600円
亀3	らくらく体操	10:45～12:00	木	1/ 9～3/26 (12回)	体を動かすのが苦手な方にもおススメ。軽い体操で健康増進を目的としたクラスです。	30人	6,240円

一般向け教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
亀4	太極拳	13:15～14:45	火	1/ 7～3/31 (10回)	初心者から上級者までを対象に、「場名時 健康太極拳」をレベルに応じて指導します。	50人	5,700円
亀5	ハワイアンフラ(朝) ※	10:45～11:45			ハワイアンカルチャーにふれながら、楽しく心も体もリフレッシュしていきます。		5,700円
亀6	ハワイアンフラ(夜) ※	19:30～20:30	木	1/ 9～3/26 (12回)		各40人	6,840円
亀7	健康シェイプアップ	13:30～14:45	水	1/ 8～3/25 (12回)	エアロビクスやストレッチ、ダンベル体操でシェイプアップを行います。		6,840円
亀8	リラククスヨガ	13:30～15:00	木	1/ 9～3/26 (12回)	やさしいヨガポーズで整体効果を高め、深い安らぎを与えます。		6,840円
亀9	バドミントン	19:30～21:00		1/ 9～3/12 (10回)	初心者から上級者までの方を対象に、ルール・ゲーム等、レベル別にクラス分けを行い指導をします。	60人	5,700円
亀10	火曜朝のスイミング	9:30～11:00	火			40人	5,440円
亀11	火曜夜のスイミング	19:00～20:30	火	1/21～3/24 (8回)	初心者から上級者までの方を対象に、レベル別にクラス分けを行い指導します。	30人	5,440円
亀12	木曜朝のスイミング	9:30～11:00	木	1/16～3/12 (9回)		40人	6,120円
亀13	金曜朝のスイミング	10:45～12:15	金	1/17～3/13 (9回)			6,120円
亀14	脂肪燃焼アクア	11:15～12:15	水	1/15～3/18 (10回)	シェイプアップを目的とした水中でのエアロビクスです。	各30人	6,800円
亀15	シェイプアップアクア		木	1/16～3/19 (10回)	シェイプアップや運動不足の解消を目的とした水中エアロビクスです。		6,800円
亀16	アクア DE ロコモ	9:30～10:30	金	1/17～3/13 (9回)	ウォーキングやレクリエーションを取り入れた水中運動を行います。		6,120円

女性対象教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
亀17	モーニングチア体操(隔週)	11:15～12:15	水	1/ 8～3/18 (6回)	初心者の方大歓迎！振り付けを覚えるので、頭のトレーニングにもなります。	25人	3,420円
亀18	女性水泳	9:30～11:00		1/15～3/18 (10回)	正しいフォームでの泳ぎ方をレベル別に指導します。	45人	6,800円

こども・親子向け教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	対象	募集人数	受講料
亀19	親子でチャレンジ体操(1・2歳児)	10:00～10:50	水	1/15～3/11 (9回)		H29.4.2～H30.4.1生まれの子と保護者	各40組	5,580円 予2人6,480円
亀20	親子でチャレンジ体操(2・3歳児)	11:10～12:00			親子でリズム体操、手具(ボールやフープなど)、跳び箱、マット、鉄棒などの器具運動、スキップや模倣(まねっこ遊び)をみんなで楽しく行います。	H28.4.2～H29.4.1生まれの子と保護者	各40組	5,580円 予2人6,480円
亀21	親子でエンジョイ体操(1・2歳児)	10:00～10:50				H29.4.2～H30.4.1生まれの子と保護者		5,580円 予2人6,480円
亀22	親子でエンジョイ体操(2・3歳児)	11:10～12:00	木	1/16～3/12 (9回)		H28.4.2～H29.4.1生まれの子と保護者		5,580円 予2人6,480円
亀23	4歳児体操	15:00～15:50			遊びを取り入れた体操を、お友達と一緒に楽しく行います。	H27.4.2～H28.4.1生まれの子	40人	4,680円
亀24	5・6歳児体操	16:00～17:00			体全体を動かして楽しく運動を行います。	H25.4.2～H27.4.1生まれの子	50人	4,680円
亀25	産後ヨガ&エクササイズ	10:00～11:00	水	1/ 8～3/25 (12回)	ヨガと筋力トレーニングで産後の体の機能回復や体形改善を行います。	ママと生後2か月～歩き始める前までの子	25組	7,440円
亀26	こども体操1・2年生	15:30～16:30			マット運動・鉄棒・跳び箱、レクリエーションを通じて、運動能力を伸ばすことを目的とした体操教室です。	小学1・2年生	各30人	4,680円
亀27	こども体操3～6年生	16:40～17:40				小学3～6年生		4,680円
亀28	キッズチアA ★通年教室★	14:55～15:55				H25.4.2～H27.4.1生まれの子		5,720円
亀29	キッズチアB ★通年教室★	16:00～17:00		1/ 8～3/18 (11回)	チアダンスの発表会を目標に、みんなで楽しく踊る教室です。	小学1～6年生	補充募集 若干名	5,720円
亀30	こどもバレエA ★通年教室★	15:25～16:25	木	1/16～3/19 (10回)	ストレッチやバレエレッスンを通してバレエの基礎を学ぶ教室です。 ※バレエシューズ、レオタード・タイツなどが必要です。 詳しくはお問合ください。	H25.4.2～H27.4.1生まれの子		5,200円
亀31	こどもバレエB ★通年教室★	16:30～17:30				小学1～3年生		5,200円
亀32	キッズサッカーA	15:00～15:50	火	1/ 7～3/24 (9回)	サッカーを通じて体を動かす楽しさやルール、マナーを守ることを目的とした教室です。	H26.4.2～H28.4.1生まれの子	各25人	4,680円
亀33	キッズサッカーB	16:10～17:00				H25.4.2～H27.4.1生まれの子		4,680円
亀34	ミニバスケットボール1～3年生	15:30～16:30	金	1/10～3/13 (10回)	ルールやパス、ドリブル、シュートなどの基礎技術をしっかりと身に付けることを目的とした教室です。	小学1～3年生	各50人	5,200円
亀35	ミニバスケットボール3～6年生	16:40～17:40				小学3～6年生		5,200円
亀36	キッズ空手	16:30～17:30	火	1/21～3/24 (8回)	空手の基礎をもとに、礼儀作法を学びながら心と体を鍛える教室です。	H25.4.2生まれの子～小学6年生	25人	4,160円
亀37	こどもマスターズスイミング(週2回コース) ★通年教室★	16:30～18:00	月・水	1/15～3/18 (15回)	選手育成コースです。 ※1・2年生は要相談。お問合ください。	小学3～6年生かつ4泳法で25m泳げる方	補充募集 若干名	8,550円
亀38	5・6歳児スイミング(水) ※		水	1/15～3/11 (9回)	水遊び・水慣れを通じて、泳ぎの基礎の習得まで、お子様の体力に合わせて無理なく指導をします。	H25.4.2～H27.4.1生まれの子	各40人	5,130円
亀39	5・6歳児スイミング(金) ※	15:00～16:00	金	1/17～3/13 (9回)				5,130円
亀40	こどもスイミング水曜1・2年生 ※	16:10～17:10	木	1/16～3/12 (9回)		小学1・2年生		5,130円
亀41	こどもスイミング水曜1～6年生 ※	17:20～18:20				小学1～6年生	各60人	5,130円
亀42	こどもスイミング金曜1・2年生 ※	16:10～17:10	金			小学1・2年生		5,130円
亀43	こどもスイミング金曜1～6年生 ※	17:20～18:20				小学1～6年生	70人	5,130円

※「ハワイアンフラ」、「5・6歳児スイミング」、「こどもスイミング」は1教室を選んでお申込みください。重複申込みは無効となります。

電気工事・設計・施工

株式会社 荘司電気

代表取締役 荘司 正 利

〒135-0021 東京都江東区白河1-3-13
携帯 090-1850-6708
☎ 03-6458-5625

総合ビル管理

警備保障・ビル清掃・貯水槽清掃・空調保守管理
害虫駆除・空気環境測定・受付電話交換・マンション管理
上下水道施設管理・エレベーター保守管理・プール運営管理

日本美装株式会社

本社 埼玉県さいたま市浦和区常盤9丁目14番6号
営業本部 埼玉県さいたま市浦和区常盤7-5-14 電話048(822)1341(代)
江東支店 東京都江東区木場2-21-2 電話03(5809)8970(代)

【事業内容】
◆公共施設の管理運営(指定管理者制度・PFI事業)
◆総合ビルメンテナンス業(清掃全般・各種設備管理・警備業務)
◆特定派遣事業(学校用務員・各種インストラクター派遣)
◆スポーツ施設の管理運営(スイミングプール・トレーニングルーム等)
◆高齢者介護予防事業・障がい者就労支援
◆各種イベント事業(企画・制作・事務局代行・設営・撤収)
◆各種リフォーム・建築工事 ◆設備等遠隔監視システム

J-REC
株式会社 ジェイレック

東京都練馬区関町南一丁目12番4号
TEL:03-3594-0597 FAX:03(594)-3439
http://www.j-rec1986.co.jp

建 物 総 合 管 理
電気及び空調工事請負

株式会社 ネット

江東支店 ☎136-0076
東京都江東区南砂4-18-7 平一ビル3F
電話 03(3615)7999

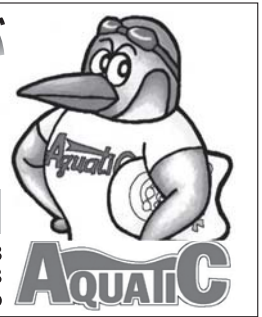
水に親しみ 水と遊ぶ

各種スポーツ企画、運営、指導
スポーツ施設総合管理
警備業(プール管理)

スタッフ募集

有限会社 アクアティック

〒135-0048 東京都江東区門前仲町1-17-3-303
TEL：03-5809-9400 FAX：03-5809-9438
http：//www.aquatic.co.jp

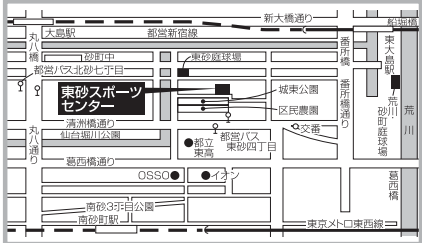


東砂スポーツセンター

〒136-0074 東砂4-24-1
☎ 5606-3171／FAX 5606-3176

交通機関

- ・東京メトロ東西線 南砂町駅(東口2a) 徒歩20分
- ・都営新宿線 大島駅(A5) 徒歩20分
- ・都営バス(門21 秋26 両28 亀29 亀21)
東砂四丁目 徒歩5分

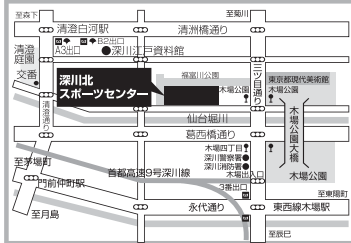


深川北スポーツセンター

135-0023 平野3-2-20
☎ 3820-8730／FAX 3820-8731

交通機関

- ・東京メトロ東西線 木場駅(3番出口) 徒歩10分
半蔵門線 清澄白河駅(B2出口) 徒歩10分
- ・都営大江戸線 清澄白河駅(A3出口) 徒歩12分
- ・都営バス(東20 業10) 木場公園 徒歩3分
(門21) 木場四丁目 徒歩5分



シニア(60歳以上)対象教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
東1	転ばぬ先のトレーニング	9:30～10:30	木	1/ 9～3/12 (10回)	転倒防止や寝たきり予防を目的とした教室です。	若干名	5,200円
東2	シニア体操(火) ※1	13:30～14:45	火	1/ 7～3/17 (8回)	練功十八法やストレッチ、リズム運動やレクリエーションを行います。	各65人	2,880円
東3	シニア体操(水) ※1		水	1/ 8～3/11 (10回)			3,600円
東4	シニア体操(金) ※1	9:15～10:30	金	1/10～3/13 (10回)		練功十八法や筋力トレーニング・ストレッチを行います。	50人
東5	らくらく体操	13:00～14:00			40人		3,600円

※1 同じ番号の教室は抽選となった場合、複数受講することはできません。

一般向け教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料	
東6	ヨガ(火)① リラク系 ★★☆☆ ※2	9:30～10:45	火	1/28～3/17 (6回)	カラダの硬い方や運動不足の方でも安心してご参加いただけるクラスです。	各30人	3,420円	
東7	ヨガ(火)② リラク系 ★★☆☆ ※2	11:00～12:15					3,420円	
東8	ヨガ(水)① ベーシック ★☆☆ ※3	15:00～16:15	水	1/29～3/11 (7回)	呼吸や瞑想を中心に簡単なポーズを取り、基礎習得を目的としたクラスです。		3,990円	
東9	ヨガ(水)② ベーシック ★★☆☆ ※4	19:15～20:30			初心者から経験者までの方に楽しんでいただけるクラスです。		3,990円	
東10	ヨガ(木)① リラク系 ★★☆☆ ※2	9:30～10:45	木	1/30～3/12 (7回)	ヨガのポーズと呼吸でリラクゼーション効果を高め、心身ともにスッキリしていただけるクラスです。		3,990円	
東11	ヨガ(木)② リラク系 ★★☆☆ ※2	14:15～15:30			3,990円			
東12	ヨガ(金)① 相川功 ★☆☆ ※3	9:30～10:45	金	1/31～3/13 (7回)	自然法にのっとり、カラダの芯から生命力を高め、いきいきと驚らせることを目的としたクラスです。	各50人	3,990円	
東13	ヨガ(金)② ベーシック ★★☆☆ ※4	19:15～20:30			初心者から経験者までの方に楽しんでいただけるクラスです。		3,990円	
東14	ヨガ(土)① 外・リラク系 ★★☆☆ ※2	9:30～10:45	土	2/ 1～3/14 (7回)	ゆったりとした呼吸と共に体を動かし、歪みや痛みを解消することを目的としたクラスです。		3,990円	
東15	ヨガ(土)② 外・リラク系 ★★☆☆ ※2	11:00～12:15			3,990円			
東16	太極拳(水)経験者のみ ※5	10:00～11:30	水	1/ 8～3/11 (10回)	簡化二十四式太極拳を学ぶ、経験者向けのクラスです。	各50人	5,700円	
東17	太極拳(木) ※5	14:00～15:30	木	1/ 9～3/12 (10回)	これから太極拳を学ぶ、初心者向けのクラスです。		5,700円	
東18	モーニングバドミントン ※6	10:00～11:30	火	1/ 7～3/17 (8回)	素振り、フットワークなどの基本動作に重点を置き、個々のレベルに合わせた練習を行います。		各65人	4,560円
東19	イブニングバドミントン ※6	19:15～20:45	水	1/ 8～3/11 (10回)		5,700円		
東20	モーニング水泳(火) ※7	9:30～11:00	火	1/ 7～3/17 (8回)		5,440円		
東21	モーニング水泳(木) ※7		木	1/ 9～3/12 (10回)		初心者から経験者まで、レベル別に泳法の指導をします。		各50人
東22	金曜ナイトスイミング	19:00～20:30	金	1/10～3/13 (10回)		水中でバランスをとりながら体幹部を鍛え、リズムに合わせて楽しく全身運動を行います。		各40人
東23	火曜アクアビクス	13:00～14:00	火	1/ 7～3/17 (8回)	水中ウォーキングやアクアビクス、筋コンディショニングを行います。		6,800円	
東24	すいすいアクアビクス	19:00～20:00	水	1/ 8～3/11 (10回)	浮力を利用し無理なくウォーキングを行います。		6,800円	
東25	水中くらくら運動	14:00～15:00	木	1/ 9～3/12 (10回)				
東26	水中ウォーキング		金	1/10～3/13 (10回)				

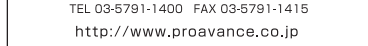
女性対象教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	募集人数	受講料
東27	ハワイアンフラ	14:30～15:30	金	1/10～3/13 (10回)	フラの基本ステップやハンドモーションを指導します。	各50人	5,700円
東28	女性水泳(週2回コース)	9:30～11:00	月・金	1/10～3/13 (14回)	初心者を中心にレベルに合わせた指導を行います。		9,520円

子ども・親子向け教室

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	内容	対象	募集人数	受講料
東29	親子 de スクシッブ	9:20～10:05	水	1/29～3/11 (7回)	親子でリズム遊びや体操を音楽に合わせて行います。	H31.1.2～R1.8.1生まれの子と保護者	各30組	4,340円
東30	親子 de すくすく体操	10:30～11:15				H30.1.2～H31.1.1生まれの子と保護者		4,340円
東31	親子 de ニコニコ体操	11:35～12:20	金	1/10～3/13 (10回)	親子でマットや鉄棒を使って運動を行います。	H29.1.2～H30.1.1生まれの子と保護者	25組	4,340円
東32	アフタービクス	10:45～11:45				産後の機能回復や体型改善を目的とした教室です。		6,200円
東33	ママヨガ	11:15～12:15	木	1/30～3/12 (7回)	お子様と一緒に参加できるヨガ教室です。	産後1か月検診を受診済みのお母さんと子	20人	4,340円
東34	幼児体操	16:00～17:00				H30.1.2～R1.10.1生まれの子と保護者		5,200円
東35	こどもリズムダンス Jr	15:15～16:00	火	1/ 7～3/17 (8回)	マット・跳び箱・鉄棒を行う体操教室です。	H25.4.2～H27.4.1生まれの子	40人	4,160円
東36	こどもリズムダンス ①	16:15～17:30				H25.4.2～H27.4.1生まれの子		4,160円
東37	ミニバスケットボール①	16:30～17:30	水	1/ 8～3/11 (10回)	ボンボンやボールを使ってチャダンスを行います。	小学1～6年生	若干名	4,160円
東38	ミニバスケットボール②	17:40～18:40				小学1～6年生		5,200円
東39	Kids 空手	17:40～19:10	木	1/ 9～3/12 (10回)	低学年ではバスケットの基礎技術、高学年では実践力を身に付ける指導をします。	小学1～6年生	各55人	5,200円
東40	親子 de スイム	11:30～12:30	土	1/11～3/14 (10回)	型の習得・礼儀作法の大切さを指導します。	H31.4.1現在満5歳の子～小学6年生		5,200円
東41	ひよこ水泳(水) ※8	15:00～16:00	水	1/ 8～3/11 (10回)	お子様の水慣れをメインに親子で水に親しむことを目的とした教室です。	H30.1.2～R1.10.1生まれの子と保護者	25組	7,200円
東42	ひよこ水泳(水) ※8		木	1/ 9～3/12 (10回)		H25.4.2～H27.4.1生まれの子		5,700円
東43	ひよこ水泳(金) ※8	16:00～17:00	金	1/10～3/13 (10回)	水慣れから初歩の泳法の習得を目的とした教室です。	小学1・2年生	40人	5,700円
東44	あひる水泳 ※9							5,700円
東45	こども水泳(水)① ※9	16:15～17:15	水	1/ 8～3/11 (10回)	水慣れからクロール25mを目標とした教室です。	小学1・2年生	40人	5,700円
東46	こども水泳(水)② ※9	17:15～18:15						5,700円
東47	こども水泳(金)① ※9	17:00～18:00	金	1/10～3/13 (10回)	水慣れからフォーム・呼吸法などの基礎を身に付け、4泳法の習得を目的とした教室です。	小学1～6年生	各70人	5,700円
東48	こども水泳(金)② ※9	18:00～19:00						5,700円
東49	こども水泳塾 ※9 ①	9:45～11:15	土	1/11～3/14 (10回)	泳ぎの上達を目的とした教室です。	小学1～6年生 クロール15m程度泳げる方	若干名	5,700円

※2～9 同じ番号の教室は抽選となった場合、複数受講することはできません。



株式会社 プロアバンセ

〒141-0022 東京都品川区東品川2-2-6 五反田ビル6F
TEL 03-5791-1400 FAX 03-5791-1415
http://www.proavance.co.jp



和業
まりの乃

ご予算・ご要望に
応じて、少人数より
各種ご宴会承ります。

☎ 3630-3838

江東区越中島1-2-18
深川スポーツセンター1F



KMC

板橋区内の優良企業が主な取引先であり
安定性・信頼性は抜群です。
1ター、Uターン歓迎！

【正社員】システムエンジニア

年 210,000円～344,000円

※年収・経験により
変動します

● 業務内容
● ソフトウェア開発の実務経験者
● アクセス・VBA等に関するソフト開発
● 他、情報系のコンピュータ・ネットワークの開発業務

【時間】8:30～17:30【資格】業務連絡免状(A1限定可)
【休日】週休2日制(土・日・祝、他社内カレンダー※年に数回
土曜出勤有(年間休日120日※有給休暇・有給取得日含む)【待遇】
交通費規定内支給、車通勤可(駐車場無料)、有給休暇有(年14日)、賞与年2回、社会保険完備、退職金制度有、福利厚生、企業
賞与【応募】電話連絡の上、履歴書(写真貼付)と職務履歴書を
ご郵送下さい。

事業内容・情報機器の販売、保守サービス
パッケージソフトの開発・販売・サポート、ホームページ作成

株式会社 ケイエムシー
☎ 028-613-5111(採用担当者まで)



川村印刷

印刷のことなら
お任せください

全社 印刷

川村印刷

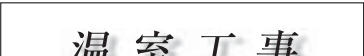
〒135-0021
東京都江東区白河2-11-7



株式会社
ダイケンビルサービス

●建物清掃業務
●電気・冷暖房保守業務
●警備・受付等業務
●貯水槽清掃業務
●消火設備保守業務
●道路・公園清掃業務
●ボイラー清掃業務
●害虫駆除業務
●給食業務

〒102-0084 東京都千代田区二番町12-2
TEL.03-3239-1239
FAX.03-3239-1314



温室工事
造園工事
貸鉢リース

グリーンテック(株)

☎ 03(3646)3111
http://www.green-tec.co.jp/
〒136-0076
東京都江東区南砂2-36-10



KATORI

株式会社香取

TEL 03(3646)3571
FAX 03(3649)4951

オフィスのトータルプランナー＆サービス
ビジネスに！教材に！ECOに！
さらなる創造力に！



JAPAN SERVICE

BLDG MAINTENANCE

ISO 認証取得
ISO27001
ISO9001
ISO14001

建築物環境衛生管理業取得

営 業 内 容

建 物 清 掃 管 理 業 務
設 備 ・ 衛 生 管 理 業 務
設 備 ・ 保 安 管 理 業 務
受 付 ・ 電 話 交 換 業 務
公 園 緑 地 ・ 植 栽 管 理 業 務
プ ール ・ 総 合 体 育 施 設 管 理 業 務

株式会社 ジャパンサービス
(江東支店) 〒135-0031 東京都江東区佐賀1-5-7
TEL 03-5639-1345 FAX 03-5639-1346
E-mail: japanservice@nifty.com



スタッフ募集中!!

指導スタッフ
トレーニングルーム・スタジオ・健康づくり教室

施設管理スタッフ
総合受付案内・プール監視・グラウンド管理 etc

～気軽ににお問合せください～

スポーツ施設管理・運営・指導・企画

株式会社 フクシ・エンタープライズ

(本社)
〒136-0072
江東区大島1-9-8 プレールビル 5F
電話 03(3681)0294
FAX 03(3681)0299
http://www.fep0294.co.jp

第73回 江東区民体育大会 優勝者・優勝チーム

9月23日までに終了した競技の優勝者・チームは以下のとおりです。

※今後、武術太極拳、クレール射撃、ライフル射撃、駅伝競走の各大会が予定されています。

水泳(大会新記録◎)

小学生男子の部

自由形	50m	平澤 和磨	(南砂小)	29"70
自由形	100m	久保 裕哉		1'06"09
平泳ぎ	50m	篠田 大輝	(香取小)	36"02
バタフライ	50m	中村 彦太	(東川小)	33"46
背泳ぎ	50m	安達 夏輝	(水神小)	33"62
リレー	200m	浅間堅川小		2'11"35
メドレーリレー	200m	浅間堅川小		2'26"71

中学生男子の部

自由形	50m	中村 匡希	(深川第七中)	◎25"33
自由形	100m	中村 匡希	(深川第七中)	◎55"14
平泳ぎ	100m	八木 瑞樹		1'10"54
バタフライ	100m	平泉 海人	(深川第四中)	◎59"88
背泳ぎ	100m	千田 虎二	(深川第七中)	1'06"65
リレー	400m	深川第三中		◎3'59"43
メドレーリレー	200m	深川第三中		2'03"50

高校生男子の部

自由形	100m	伊東 縁	(水夢)	55"99
平泳ぎ	100m	下岡 遼馬	(水夢)	◎1'08"50
バタフライ	100m	千田 銀汰	(イナバナナ)	1'01"65
背泳ぎ	100m	澤田 一馬	(水夢)	1'07"15
リレー	400m	水 夢		4'09"15
メドレーリレー	200m	水 夢		1'58"28

一般男子の部

自由形	50m	都築 功	(花鳥氷月)	◎24"20
自由形	100m	内山 樹	(暇なおじさん)	◎53"10
平泳ぎ	50m	石倉 祥	(花鳥氷月)	29"90
平泳ぎ	100m	石倉 祥	(花鳥氷月)	1'08"88
バタフライ	50m	都築 功	(花鳥氷月)	◎25"43
背泳ぎ	50m	若林 瑞	(暇なおじさん)	◎28"44
リレー	200m	暇なおじさん		◎1'37"42
メドレーリレー	200m	暇なおじさん		1'52"19

壮年男子の部

自由形	50m	田窪 達	(花鳥氷月)	26"57
平泳ぎ	50m	錦織 俊介	(豊洲小)	35"23
バタフライ	50m	田窪 達	(花鳥氷月)	28"21
背泳ぎ	50m	関口 和史	(VIP.SC)	31"63

小学生女子の部

自由形	50m	小川 桃	(越中島小)	30"79
自由形	100m	早川かれん	(毛利小)	1'06"28
平泳ぎ	50m	高橋 優花	(北砂小)	39"12
バタフライ	50m	宮本 レナ	(第三砂町小)	◎30"59
背泳ぎ	50m	保科 和季	(明治小)	37"68
リレー	200m	元加賀小		2'16"88
メドレーリレー	200m	第三砂町小		◎2'18"63

中学生女子の部

自由形	50m	田村 真優	(大島西中)	◎27"51
自由形	100m	田村 真優	(大島西中)	1'00"14
平泳ぎ	50m	南雲 陽菜	(深川第三中)	35"81
バタフライ	50m	有川 萌結	(深川第三中)	◎28"75
背泳ぎ	50m	有川 萌結	(深川第三中)	◎30"91

リレー	200m	深川第四中	2'02"11
メドレーリレー	200m	深川第三中	2'06"77

高校生女子の部

自由形	50m	阿部 恋奈	◎28"20
平泳ぎ	50m	阿部 恋奈	◎34"39
バタフライ	50m	鈴木 麻央	30"63
背泳ぎ	50m	鈴木 麻央	32"60
リレー	200m	深川高	2'06"46
メドレーリレー	200m	深川高	2'30"67

一般女子の部

自由形	50m	中上 梨絵	(花鳥氷月)	27"81
平泳ぎ	50m	上山 千里	(アクアSC)	33"72
バタフライ	50m	松川 実樹	(花鳥氷月)	◎29"58
背泳ぎ	50m	松川 実樹	(花鳥氷月)	◎31"66
リレー	200m	花鳥氷月		◎1'53"13
メドレーリレー	200m	アクア SC		2'16"62

壮年女子の部

自由形	50m	荒木 伸子	(VIP.SC)	33"41
平泳ぎ	50m	中山恵津子	(亀戸泳ごう会)	42"23
バタフライ	50m	山本真由美	(チームマッソ)	37"79
背泳ぎ	50m	田中千代実	(チームマッソ)	39"53

総合成績

	小学生	中学生	高校生	一般壮年
総合	東 川 小	深川第三中	深川高	花鳥氷月
男子	東 川 小	深川第三中		
女子	第三砂町小	深川第三中		

陸上(大会新記録◎)

小学生男子の部

50m	迎 希生	(豊北小)	8"13
100m	ベルムンジョンボル	(数矢小)	13"80
4×100mR	豊北小A		58"13
走幅跳	沓澤 亮	(扇橋小)	3m46

中学生男子の部

100m	崎山 遥斗	(亀戸中)	11"56
200m	町野 豪紀	(深川第一中)	24"27
800m	小俣翔三朗	(深川第三中)	2'08"73
1500m	長井虎之介	(かえつ有明中)	4'43"55
3000m	郡司 聖也	(深川第三中)	10'19"17
1100mH	田中 陽都	(第二砂町中)	16"68
4×100mR	第二砂町A		45"86
走高跳	内田 竣介	(第二砂町中)	1m70
走幅跳	佐山 直毅	(かえつ有明中)	5m96
砲丸投	須藤 隼斗	(深川第五中)	10m38

一般男子の部

100m	須田 隼人	(フォルテスポーツ)	10"91
400m	安井 寛弘	江東区陸協	1'08"46
1500m	福井 準	crossroad	4'28"59
5000m	齊藤 慎一	モントブラン	16'46"92
4×100mR	フォルテスポーツ		◎44"05
走幅跳	山内 孝省		5m18

砲丸投	吉田 知弘	9m95
-----	-------	------

壮年50歳代の部

5000m	平松 直人	18'42"06
-------	-------	----------

壮年60歳代の部

5000m	吉澤 康英	21'20"78
-------	-------	----------

壮年70歳以上の部

5000m	室井 一郎	22'52"83
-------	-------	----------

小学生女子の部

50m	田部井 蘭	(豊北小)	8"92
100m	齋藤真衣子	(毛利小)	14"23
4×100mR	毛利小女子		1'01"07
走幅跳	梅澤 聖奈	(越中島小)	3m59

中学生女子の部

100m	山南江里香	(深川第四中)	13"43
200m	瀬戸口ひなた	(深川第三中)	27"16
800m	内藤 一花	(深川第三中)	2'29"65
1500m	石井 海翠	(第二砂町中)	5'00"69
100mH	庄野美奈実	(深川第一中)	16"87
4×100mR	深川第三中B		51"70
走高跳	塚田 萌佳	(亀戸中)	1m40
走幅跳	佐久間理緒	(深川第三中)	5m13
砲丸投	中垣 笑	(第二砂町中)	9m87

一般女子の部

100m	宮川 友佳	東京YMCA	13"76
5000m	馬場ちひろ	(東京税関走友会)	21'17"46
走幅跳	松澤 弘子	(JTB英会話TSTJドリーム)	2m17

ゴルフ

男子の部	松平 敏幸	
男子ベストグロス	北島 聡	
女子の部	棚原 雅子	
女子ベストグロス	山中 浩美	

ソフトボール

一般男子の部	◎決勝戦雨天のため中止
壮年の部	亀谷アスバース、三幸ブレイブス
女子の部	東雲ブレイカース、ニューウェーブA
	東雲サリーズ、明治レジーナ

軟式野球

一般の部	WILD CATS
------	-----------

ボウリング

一般男子の部	今村 一成
一般女子の部	石川 勝美

バドミントン

一般男子1部	丸山健太・雨貝俊平 (櫻会)
一般男子2部	山口博之・西澤拓海
壮年男子の部	杉原 達・高橋正典 (かもめ・一般)
一般男子初級の部	稲垣 徹・井上雄二 (Kings)
一般女子1部	杉山明子・中嶋美穂子 (かもめ・しののめ)
一般女子2部	三橋 静・神戸歩未 (ヒールズ・ELEVEN)
壮年女子の部	山口知子・高田加枝 (Linkkeys)
一般女子初級の部	石部圭子・HUYNH TRAN PHUONG THAO

11月24日(日)

第39回 江東シーサイドマラソン大会

沿道から熱い声援を送りましょう!

大会運営にあたり企業の皆さんの協賛をいただいております。

メディケア生命保険(株)、(株)京葉興業、多田建設(株)、あみはりきゅう整骨院グループ、江東区しんきん協議会、新日本工業(株)、東京木材問屋協同組合(他3協同組合)、(株)フクシ・エンタープライズ、佐川急便(株)、NECソリューションイノベータ(株)、(株)入沢工務店、(株)新和電工、東京ベイネットワーク(株)、(株)東京舞台照明、(一社)東京環境保全協会、若洲協議会、有明興業(株)、(株)ミヤギ江東、(一社)東京都トラック協会深川支部、(株)野村工務店、アマドック(株)、昭和大学江東豊洲病院、江東スポーツ施設運営パートナーズ、(株)ハウスボン、(株)ナチュラルサイエンス、八洲興業(株)、防衛省・自衛隊 江東出張所、(学)武蔵野大学、エビス印刷工業(株)、東京イースト21・ホテルイースト21東京、(株)東舞トータルサービス、物林(株)、(株)スリー・ウッド、新大橋運輸(株)、天龍造園建設(株)東京支店、(株)ニシ・スポーツ、(有)アクアティック、J&T環境(株)、(株)NSG、小野印刷(株)、(株)香取、大塚製薬(株)、(一財)東京靴下工業会、福島県川俣町・(株)川俣町農業振興公社・ふくしま未来農業協同組合、協同乳業(株)、オムロンヘルスケア(株)、他



江東区体育協会 令和元年度賛助会員募集

当協会は区民の体力の向上並びにレクリエーションの普及を図り、生涯スポーツの発展に寄与する取組を行っています。当協会では江東区のスポーツを応援いただき、当協会の趣旨にご賛同いただける賛助会員を募集しております。ぜひ、多くの個人・団体の皆様より賛助会員としてご入会いただきますようお願い申し上げます。

- 会費 年額1口(1口=1,000円)以上
- 募集期間 令和2年2月12日(水)まで
- 申込み・問合せ先 江東区体育協会事務局
(江東区役所地域振興部スポーツ振興課内)
〒135-8383 江東区東陽4-11-28
☎ 3647-4887
FAX 3647-8506

株式会社 第一管理代行
http://www.dikd.co.jp
〒101-0061 東京都千代田区神田三崎町2-15-5 TEL. 03-3261-7731 FAX. 03-3261-7732

さあ、テニス&ゴルフに
触れてみませんか。
「フィットこうとう」を
お持ちいただくと 体験レッスン 0円
インドアテニス&ゴルフスクール
トップインドアステージ 亀戸
03-3636-3990 TOP 亀戸 検索
城東高校隣り
駐車場あり

フィットネスクラブ
GOLD'S GYM
エリアメンバーなら月会費¥10,500(税別)で
2店を使い放題!!
東陽町 南砂町
公式ホームページ
詳しい情報は
こちらから
ダンス・格闘技スクールも併設!!
¥500(税別) 施設体験
※東陽町、南砂町店にて1回限り有効。要身分証。
※ご利用が初めての方で2019年12月30日まで有効。