応援します！　あなたの健康づくり

フィットこうとう

NO.98　平成29年（2017年）9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
http://www.koto-hsc.or.jp/
☎3647-5402 FAX 3647-5048

江東区スポーツ施設情報紙

10月9日(月・祝) 体育の日はスポーツセンターがお得！

イベント満載の各センターに行こう！

ダンス発表会　見学無料

ハワイアンフラ
◆深川北スポーツセンター ▶12:30 開演

キッズダンス
◆亀戸スポーツセンター ▶14:30 開演

＊見学希望の方は室内履きをご用意ください。

プール　無料公開

9:30～21:45（最終入場 21:30）

◆江東区スポーツ会館（体育の日水泳大会開催のため、18：30よりオープン予定）
◆亀戸スポーツセンター　◆有明スポーツセンター
◆東砂スポーツセンター　◆深川北スポーツセンター

＊プール利用に関しては、3面注意事項をご覧ください。

トレーニング室　無料公開

9:00～21:50（最終入場 21:30）

＊中学生を除く15歳以上の方が利用できます。
＊運動のできる服装と室内履きをお持ちください。

第20回 深川っ子運動会

家族でヨ～イドン！

毎年恒例の深川っ子運動会。富岡地区の町会、自治会、PTAなど約40の団体が実行委員会形式で開催する地域密着型の運動会です。さまざまな競技を用意して皆様のご来場をお待ちしています。詳細は深川スポーツセンターホームページをご覧ください。(http://www.koto-hsc.or.jp/sports_center2/)

プログラム

●オープニングセレモニー（全員）
●深川横断ウルトラクイズ（全員）
●臨海小学校鼓笛隊演奏
●われら太公望！魚釣りレース（幼児と保護者・シニア）
●深川っ子鉄人レース（小学生）
●2人で仲良く風船割りレース（全員）
●深川っ子と大人の玉入れ対決（全員）
●パン喰い大競争（全員）
●お楽しみ大抽選会（全員）
●フィナーレ（全員）

【当日申込】参加者受付時間（9:00～9:20）に会場にて
【参 加 費】無料
【持 ち 物】室内履き
【会　　場】深川スポーツセンター3階大体育室
【主　　催】深川っ子運動会実行委員会
【お問合せ】深川スポーツセンター　☎3820-5881
※種目は一部変更となる場合があります。

江東区健康スポーツ公社は 区民との協働事業を推進しています！

江東区スポーツ会館

北砂1-2-9　☎ 3649-1701　FAX 3649-3123

	イベント名	開催時間	対象	定員	申込方法
屋内	ミックスダブルスバドミントン大会	9:00~17:00	高校生以上	100組(200人)	
		【申込方法】各スポーツセンターに置いてある申込書(ホームページからも印刷可能)に必要事項を記入し、江東区スポーツ会館に直接または、ファックスにてお送りください。協会登録者以外は区内在住・在勤・在学を証明できるものを申込書と一緒にご提出ください。(参加料 1組2,000円　申込期間 9/11~9/21 参加料の振込は9/22締切)			
	柔道教室	9:00~12:00	小学生以上経験者	各30人	当日OK!
	剣道教室		小学生以上		
	高校生弓道大会	9:00~17:00	高校生(3人1組団体戦)	―	事前 9/8~9/22
	体験トランポリン&ボールファイト雪合戦	9:30~11:30	小学生以上	各60人	当日OK!
	ZUMBA	14:00~14:45	一般		
	Lowインパクト	14:55~15:40			
	Low-HI	15:50~16:35			
	シェイプヨガ	10:00~11:00		30人	
	体組成測定・骨密度測定	10:30~12:30		―	
	食事相談			8人	事前 9/26より先着順
	合気道教室	13:00~17:00	小学生以上	各30人	当日OK!
	なぎなた教室				
	バドミントン無料公開	18:00~21:30	どなたでも	―	
	卓球無料公開				

亀戸スポーツセンター

亀戸8-22-1　☎ 5609-9571　FAX 5609-9574

	イベント名	開催時間	対象	定員	申込方法
屋内	太極拳	9:00~10:15	どなたでも	100人	事前 9/15より先着順
	ボクササイズ	9:00~ 9:45	一般	各30人	
	ストレッチポール	10:00~10:45			
	燃やせ体脂肪！エアロビクス	11:00~11:45			
	きょうこ&やっしーのワンツーリズム	11:00~11:50	どなたでも	100人	
	ポールピラティス	17:00~17:45	一般	各30人	
	美姿勢ウォーキング	18:00~18:45			
	カラダ測定会&ダイエット講座	①9:30~10:15 ②10:30~11:15		各10人	
	バスケットボール無料公開	18:00~21:30		―	当日OK!
	腹筋選手権	終日			
	足つぼ体験コーナー		どなたでも		
プール	水中キッズパーク	9:30~11:00	小学生以下	各30人	当日OK!
	アクアビクス	9:45~10:45	一般		事前 9/15より先着順
	水中ウォーキング	11:20~12:10			
	トレジャーハンティング	13:00~13:30	小学生以下		当日OK!
	平泳ぎ教室	13:30~14:30	一般		事前 9/15より先着順
	スポーツリバーシ	14:00~14:30	小学生以上		当日OK!
	ゴザ1グランプリ	14:50~15:50	どなたでも		
	親子で水慣れ講座	15:00~15:45	小学校2年生までの子と保護者	20組	事前 9/15より先着順
屋外	亀戸中央公園スタンプラリー	10:00~15:00	どなたでも	―	当日OK!

東砂スポーツセンター

東砂4-24-1　☎ 5606-3171　FAX 5606-3176

	イベント名	開催時間	対象	定員	申込方法
屋内	キッズパーク	9:00~11:10	幼児と保護者	―	当日OK!
	朝ヨガ	9:00~10:00	一般	50人	
	Little Wings & joy 発表会	10:15~10:30	どなたでも	―	
	ZUMBA	10:50~11:50	一般	50人	
	ストレッチ	11:30~12:00		30人	
	エアロビクス	12:00~13:00		各50人	
	リズム体操&ストレッチ&ちょこっと筋トレ	13:30~14:30			
	ピラティス	14:00~15:00		30人	
	ボールファイト室内雪合戦	15:00~17:00	どなたでも	50人	
	お食事講座(更年期を乗り切る食事と運動)	16:30~17:20	一般	30人	
	卓球無料公開	18:00~21:30	どなたでも	―	
	バドミントン無料公開				
	筋膜リリース	19:00~19:30	一般	15人	
プール	浮島で遊ぼう	①10:30~11:35 ②15:00~16:05	どなたでも	―	
	宝さがし	11:45~12:15	小学生以下		
	アクアビクス	12:30~13:30	一般	30人	
	ゴザ走り	14:00~15:00	どなたでも	―	
	目指せ！立ち泳ぎ5分	18:20~18:50	一般		

屋外スポーツ施設　体育の日スポーツイベント

内容等詳細のお問い合わせ：夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所　☎ 3522-0846

少年サッカーフェスティバル

夢の島競技場　夢の島1-1-2　☎3522-0846

時間	9：30~16：00	対象	区内在住・在学小学生(保護者同伴)	参加費	無料
申込方法	◆内容：パン食い競争(3年生以下)、障害物競争(全学年)、1200m走(4年生以上)の個人参加競技とPK合戦やリレー等のチーム(要事前登録)対抗競技が楽しめます。 ※チーム対抗競技は事前にチーム登録が必要です。登録していないチームは参加できません。 当日運動のできる服装で直接夢の島競技場へお越しください。				

体育の日　こどもテニス教室

豊住庭球場　東陽6-1-13　☎3647-4077

時間	10：00~12：00	対象	区内在住・在学小・中学生40人(抽選)	参加費	無料
申込方法	◆往復はがきに①イベント名②氏名・ふりがな③年齢(学年)④住所⑤電話番号⑥保護者氏名⑦テニス歴を記入の上、〒136-0081夢の島1-1-2　夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ◆締切9/29(金)必着				

体育の日　軟式野球大会

夢の島野球場　夢の島1-1-1　☎3521-8265

時間	8：30~16：00	対象	区内在住・在勤の社会人で構成されたチーム(※連盟加盟チームは3部~4部のみ)16チーム(公開抽選)	参加費	3,500円
申込方法	◆往復はがきに①イベント名②チーム名(ふりがな)③代表者氏名(ふりがな)④住所⑤電話番号を記入の上、〒136-0081夢の島1-1-2　夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ◆締切9/25(月)必着　※定員を超えた場合は公開抽選とします。抽選結果は返信用はがきでお知らせします。公開抽選日9/26(火)18：00　代表者会議10/1(日)16：30から				

体育の日　ターゲットバードゴルフ大会

新砂運動場　新砂3-9-1　☎3648-6610

時間	9：00~12：00	対象	16歳以上の方 どなたでも(基本ルールを理解していること)	参加費	400円
申込方法	◆(競技)ハンディキャップ方式による18ホールストロークプレー ◆(表彰)男女別に1位から3位まで表彰 ◆(申込)当日に、新砂運動場の管理事務所にて受け付けします。　※運動のできる服装で直接新砂運動場へお越しください。				

体育の日イベントに参加するには

- ●事前に申込みが必要なイベントは、開催施設に電話または窓口でお申込みください。
- ●対象者は「どなたでも」を含め、すべて区内在住・在勤・在学者です。
「一般」とは中学生を除く15歳以上の方が対象です。
- ●特に表記がないものは参加費無料です。

注　意　事　項

- ●各イベントの詳細については、開催施設に直接お問合わせください。(屋外スポーツ施設イベントは、☎3522-0846へ)
- ●屋内(体育室等)で開催されるイベントにご参加の際は、運動のできる服装と室内履きが必要です。(一部武道系イベントを除く)
- ●プールで開催されるイベントにご参加の際は、水着・水泳帽・タオル、ロッカー代として20円が必要です(10円返却)。おおむね3歳以上のおむつを使用していない方が利用できます。
- ●小学生以下の方は1人でプールを利用できません。
中学生以下の方のご利用は、右表をご確認ください。
- ●医師等に運動を制限されている方、妊娠中の方や妊娠の可能性がある方はご参加いただけません。

●申込方法の表記について

事　前　電話または窓口で申込み(先着順)

当日OK!　当日直接会場で申込み(先着順)(開始15分前から受付開始)

	対　象	18：00までの利用	18：00以降の利用
プール	小学3年生以下	18歳以上の水着を着用した保護者と入場(同伴)	
	小学4~6年生	2人以上で入場するか中学生以上の方の同伴があれば利用可	2人以上で入場するか中学生以上の方の同伴があれば利用可
			ただし、15歳以上(中学生除く)の方の施設までの送迎が必要。
	中学生	1人で利用可	1人で利用可
体育室等	中学生以下		ただし、15歳以上(中学生を除く)の方の施設までの送迎が必要。

プールは保護者1人につき、こどもは3人まで入場可

深川北スポーツセンター

平野3-2-20　☎ 3820-8730　FAX 3820-8731

	イベント名	開催時間	対象	定員	申込方法
屋内	骨健康度測定会	9:00~17:00	一般	―	当日OK!
	体組成測定会	①10:00~11:30 ②14:00~16:30		①9人 ②15人	事前 9/15より先着順
	ピラティス45	9:30~10:15		35人	開始5分前までに会場前にお集まりください。定員を超えた場合は、その場で抽選。
	ローインパクトエアロ	10:30~11:15		各30人	
	サーキットエアロ	11:30~12:15			
	ワンポイントストレッチ	12:20~12:35			
	ボディリフレッシュ~ストレッチポール編~	13:00~13:45			
	エアロPARTY！	14:15~15:30			
	癒されヨガ	15:45~17:00		60人	
	ローインパクトエアロ	19:00~19:45		各30人	
	キックボクササイズ	20:00~20:45			
	ビーチボール無料公開	18:00~21:30	どなたでも	―	当日OK!
プール	浮島で遊ぼう	9:30~11:30	幼児・小学生	―	当日OK!
	水中エクササイズ	10:00~11:00	一般	40人	事前 9/15より先着順
	大人の水泳教室	12:00~13:00		25人	
	親子DEチャレンジ水泳教室	14:15~15:15	幼児と保護者	20組	

有明スポーツセンター

有明2-3-5　☎ 3528-0191　FAX 3528-0192

	イベント名	開催時間	対象	定員	申込方法
屋内	ASC杯 ミニバスケットボール大会	9:00~17:00	小学生以下招待チーム	6チーム	
	ステップカーニバルFes	10:00~14:00	招待チーム	6チーム	
	トレーニング初心者講習会	①10:30 ②11:30 ③13:30 ④14:30	一般	各2人	事前 9/15より先着順
	有明SCベンチプレスNo1は誰だ	①10:00~12:00 ②14:00~16:00	一般	―	当日OK!
	卓球無料公開	終日	どなたでも	―	
プール	水中宝探し	9:30~10:30	小学生以下	50人	
	ゴザ走り	11:00~12:00	どなたでも	30人	
	アクアボール	①13:00~15:00 ②16:00~18:00	どなたでも(未就学児は保護者の同伴が必要)	―	
	個人水泳記録会	18:00~19:00	どなたでも	20人	
その他	SORA YOGA	10:00~11:00	一般	30人	事前 9/15より先着順
	食育講座	①11:00~11:30 ②13:00~13:30	どなたでも	―	当日OK!
	ランニング部	10:00~11:30	一般	20人	事前 9/15より先着順

深川スポーツセンター

越中島1-2-18　☎ 3820-5881　FAX 3820-5884

	イベント名	開催時間	対象	定員	申込方法
屋内	空手フェスティバル(江東区空手道連盟主催)	9:00~11:30	どなたでも	―	当日OK!
	弓道大会(一般の部)	9:30~17:00	一般(弓道経験者に限る)	60人	当日OK!(受付9:00~)
	筋力番付・からだチェック	9:30~20:00	一般	―	当日OK!(時間中随時受付)
	エアロ・コアトレ・ストレッチ※	10:00~18:00			当日OK!
	バドミントン無料公開	18:00~21:30	どなたでも		
	バレーボール無料公開				

※様々なイベントをご用意しています

綜合ビル管理
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)

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
AQUATIC

生活環境創造企業を目指して
オフィスビルから住宅まで快適で安全な環境を
最先端の技術とシステムでご提供します。
■総合ビルメンテナンス
株式会社 リンレイサービス
江東営業所　〒136-0071 東京都江東区亀戸６－２６－５
TEL：０３－３６８１－１１６３

《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:03-3594-3439
http://www.j-rec1986.co.jp

PROAVANCE CORP
株式会社 プロアバンセ
〒141-0022 東京都品川区東五反田2-3-5 五反田中央ビル5F
TEL 03-5791-1400 FAX 03-5791-1415
http://www.proavance.co.jp

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

印刷のことなら
お任せください

川村印刷
株式会社
〒135-0021
東京都江東区白河2－11－7

和菓子 毬乃
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

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
警備・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

人々に安らぎとゆとりをもたらす自然の緑
造園工事 株式会社 ノザワ
nozawa
〒135-0042
東京都江東区木場５丁目１２番７号
TEL03-3641-5151

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

温室工事
造園工事
貸鉢リース

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

第11回 小学生スーパードッジボール

KOTOチャンピオンズリーグ

センター大会がいよいよ開幕！

今年も亀リンピック2017を皮切りに、区内全小学校の3～6年生を対象としたKOTOチャンピオンズリーグのセンター大会が始まります。

地区予選を兼ねたセンター大会では、各学年の1位・2位のチームが、平成30年2月18日(日)に江東区スポーツ会館で開催される「第11回小学生スーパードッジボールKOTOチャンピオンズリーグ」への出場権を得て、学年別の江東区チャンピオンを目指します。

この大会のために、練習を重ねてきた小学生の熱い戦いをぜひ応援してください。

亀リンピック2017　平成29年10月21日(土)、22日(日)

参加対象小学校：第一亀戸、第二亀戸、香取、浅間竪川、水神
亀戸8-22-1　☎5609-9571
亀リンピック2017は、一般の方の見学応援はできません。

江東区スポーツ会館大会　平成29年11月12日(日)

参加対象小学校：第一大島、第二大島、第四大島、砂町、第四砂町、小名木川、北砂、南砂、亀高
北砂1-2-9　☎3649-1701

有明スポーツセンター大会　平成29年11月19日(日)

参加対象小学校：豊洲、豊洲西、豊洲北、東雲、有明、枝川、辰巳、第二辰巳
有明2-3-5　☎3528-0191

深川スポーツセンター大会　平成29年12月3日(日)

参加対象小学校：明治、臨海、越中島、数矢、平久、東陽、南陽
越中島1-2-18　☎3820-5881

深川北スポーツセンター大会　平成29年12月10日(日)

参加対象小学校：深川、八名川、川南、扇橋、元加賀、毛利、東川
越中島1-2-18(深川スポーツセンター)　☎3820-5881
深川北スポーツセンターは、改修工事中のため深川スポーツセンターで開催します。

東砂スポーツセンター大会　平成29年12月17日(日)

参加対象小学校：第三大島、第五大島、大島南央、第二砂町、第三砂町、第五砂町、第六砂町、第七砂町、東砂
東砂4-24-1　☎5606-3171

第11回小学生スーパードッジボール　KOTOチャンピオンズリーグ

開催日　平成30年2月18日(日)
会場　江東区スポーツ会館　北砂1-2-9　☎3649-1701
参加チーム　センター大会の各学年上位2チーム

ARIAKE ハロウィンマーチ

潮風のベイエリアを仮装でウォーキング！

ARIAKE ハロウィンマーチは、さまざまな仮装をし、途中の寄り道ポイントで「Trick or treat」(お菓子をくれなきゃいたずらしちゃうぞ！）の合言葉とともに、プレゼントをもらいながらベイエリアを巡るウォーキングイベントです。ご家族、ご友人同士でご参加ください。

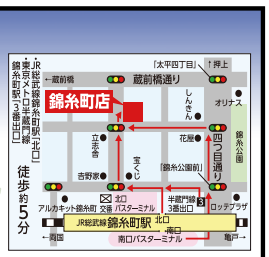
開催日時：10月22日（日）午前9時30分集合　※小雨実施、雨天の場合は中止。
集合場所：パナソニックセンター東京（お問合せは有明スポーツセンターまで）
参加資格：仮装して約5km歩ける方300人（抽選の場合は区内在住・在勤・在学の方優先）
※小学生以下の参加は、保護者の同伴が必要です。
参加費：ひとり500円（保険代込）　締切：9月24日(日）必着
予定経路：パナソニックセンターを出発点にパレットタウン・フジテレビなどを巡る約5kmのコースです。
申込：往復はがきにイベント名・代表者氏名・ふりがな・年齢・住所・電話番号・参加者全員の氏名・ふりがな・年齢を記入し、有明2-3-5 有明スポーツセンターへ　☎3528-0191
※お申込みされていない方は参加できません。小さなお子様や付き添いの方も必ずお申込みください。なお申込人数は1グループ10名以下です。

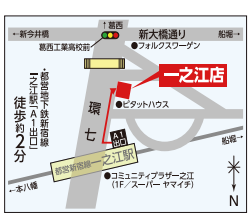
有明マルシェ

地域の人気店が有明スポーツセンターにやって来ます！！

開催概要　生鮮野菜や加工食品の販売
管理栄養士による食育講座
開催日時　10月9日（月・祝）
10：00～14：00
開催場所　有明スポーツセンター体育館棟
1・2階エレベーターホール
出店店舗　豊洲地区の商店・(株)佃宝
入場料　無料
主催　公益財団法人江東区健康スポーツ公社
有明スポーツセンター
協力　豊洲商友会協同組合
江東区城東保健相談所

9月18日は敬老の日です
24年の実績
補聴器のことなら
城東補聴器センターに
おまかせ下さい





■認定補聴器専門店
城東補聴器センター
錦糸町店：墨田区太平3-1-2　☎03-3624-3304
一之江店：江戸川区一之江7-88-20　☎03-5663-3304
営業時間(両店とも)／9:30～17:30 日・祝定休
website http://www.johto-hochoki.com　城東補聴器　検索

私たちにとって、
地域社会は
かけがえのない
パートナーです。
Coca-Cola East Japan
コカ・コーライストジャパン株式会社
http://www.ccej.co.jp
Coca-Colaとコカ・コーラは、The Coca-Cola Company の登録商標です。

TOP Indoor Stage
新しい快適な空間で
テニス&ゴルフを
楽しみませんか！
見学歓迎！
スクール生
募集中！
トップインドアステージ亀戸
03-3636-3990　TOP亀戸　検索
JR亀戸駅徒歩7分
城東高校隣り

ダンス・格闘技スクールも併設!!
フィットネスクラブ
GOLD'S GYM
ジム・ダンス・ヨガ・サウナ・日焼け
☎03-3645-9434
メトロ東西線 南砂町駅西口より徒歩3分
通常¥2,500
¥500 施設体験
南砂町店（イースト）のみ、1回限り有効。要身分証。
2017年10月31日まで有効　※料金は税抜
※当店のご利用が初めての方に限ります
※身分証明書、運動しやすい服装、シューズ、タオルをお持ちください