

凡例  
時日時  
場所  
集  
人対象・定員  
費用  
内容  
講師  
保一時保育  
締切日  
申  
問  
HP  
Eメール

# お知らせ

## 区民交通傷害保険 申込みは3月31日まで

平成26年度分(保険期間平成26年4/1(火)0:00~平成27年3/31(火)24:00)の加入受付を行っています。4/1以降、年度途中での加入はできませんので、新規で加入を希望する方、まだ更新手続がお済みでない方は、早めにお申し込みください【引受保険会社】(株)損害保険ジャパン東京公務開発部営業開発課 ☎3593-6506  
【編】①区内金融機関、ゆうちょ銀行・郵便局3/24(月)②区役所窓口(4階26番)3/31(月)【甲】①②の窓口に備え付けの申込書に必要事項を記入し、保険料を添えて各窓口で【問】地域振興課地域振興係 ☎3647-4962

## 国民健康保険料 納期限は各月末日

保険料は、納期限(各月末日)を守って納付するようお願いいたします。納期を過ぎても保険料を納めていただけないときは、督促状や催告書で未納分をお知らせし、指定した日までに納めていただくようお願いいたします。特別な事情がなく滞納が続きますと、法令に基づき、保険証の有効期間を短縮したり、資産・財産の差し押さえ等の滞納処分をすることがあります【問】医療保険課保険料係 ☎3647-3169、FAX3647-8443【滞納処分に関する問合先】医療保険課滞納整理係 ☎3647-9278

## 若者のトラブル110番

若者(主に29歳以下)を狙った悪質商法や架空・不当請求が後を絶ちません。消費者センターでは、「関東

甲信越ブロック悪質商法被害防止共同キャンペーン」の一環として下記の日程で「若者のトラブル110番」を実施しますので、お気軽にご相談ください【時】3/17(月)・18(火)9:30~16:00【場】消費者センター相談室(扇橋3-22-2) ☎3647-9110

# 講座・催しもの

## 草木染めワークショップ 「よもぎのストール」

えこっくる江東の敷地内に自生するよもぎを採集して、シルクストールの草木染めを体験します【時】4/5(土)14:00~16:00【場】えこっくる江東【入】16歳以上の方20人(区民の方を優先し、抽選)※当選者のみ通知【費】1,500円【師】中安敬子(NPO法人マザーツリー自然学校)【編】3/25(火)必着【甲】はがきに、①講座名「草木染めワークショップ」②郵便番号・住所③参加者名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入し、〒135-0052潮見1-29-7えこっくる江東へ ☎3644-7130※区ホームページからも申し込みできます



▲春らしい黄色に染まります  
佐々木洋の「わくわく生きものたんけん隊」  
プロ・ナチュラルリスト(自然案内

## 高齢者家族介護教室(無料・申込順・3/17(月)から各施設に電話)

介護に役立つ知識や技術を学びます。介護を行っている方など、どなたでも参加できます。

日時	施設名(会場)	対象	内容
4/12(土) 14:00~15:30	寿園高齢者在宅サービスセンター(北砂2-1-16) ☎3615-4850	20人	介護保険サービスの種類や利用方法などについて、主任介護支援専門員が説明します。寿園の見学会も行います。
4/14(月) 14:00~15:30	枝川高齢者在宅サービスセンター(枝川11-8-15-101) ☎5632-2277	20人	腰痛とそのさまざまな症状に対応した予防体操について、実技を交えながら理学療法士が説明します。
4/19(土) 13:30~15:00	白河高齢者在宅サービスセンター(白河3-4-3-201) ☎3630-6591	20人	簡単で効果的な転倒予防の運動について、実技を交えながら理学療法士がわかりやすく説明します。
4/19(土) 14:30~16:00	特別養護老人ホーム塩浜ホーム(塩浜2-7-17) ☎5683-5571	20人	介護保険の基礎知識と「居宅」と「施設」のサービスについて説明します。塩浜ホームの見学会も行います。
4/19(土) 14:00~15:30	亀戸高齢者在宅サービスセンター(亀戸4-21-13) ☎5626-0130	20人	快適な生活や介護者の介護負担を軽減する福祉用具について、正しい選定方法や使用方法について説明します。
4/19(土) 14:00~15:30	あじさい高齢者在宅サービスセンター(東砂4-20-15) ☎5857-8231	20人	AEDとは、どんな時にどう使うのか、城東消防署員が正しい操作方法を説明します。

# 中小企業融資「景気対策」「災害復旧資金」3月で終了

小規模企業特別資金(小特)一般および小口零細企業保証制度の「景気対策資金」および「災害復旧特別資金」の融資あっせんは3/31(月)で終了します。

利用を予定している中小企業の方は早めにお申し込みください【問】経済課融資相談係 ☎3647-2331

人)佐々木洋さんと一緒に、施設内のビオトープや近隣の公園など身近な自然を観察する親子講座を行います※連続参加できない場合は、区報各月11日号で募集する単発参加に申し込みできます【時】4/13・27、5/11、6/22、7/13(日曜全5回)9:30~12:00(初回は9:00~、5/11は8:40~17:00予定(区外公園へバス遠足))【場】えこっくる江東、近隣の公園ほか【入】全5回に参加できる小学生とその保護者20組40人(抽選、未就学児等参加者以外の同伴不可)※抽選後、当選者のみ通知【費】750円(バス代を予定)【編】3/25(火)必着【甲】はがきに、①講座名「生きものたんけん隊連続参加」②郵便番号・住所③参加者名(ふりがな)④学年⑤参加する保護者名⑥電話番号を記入し、〒135-0052潮見1-29-7えこっくる江東へ ☎3644-7130※区ホームページからも申し込みできます



▲一緒に自然を観察しよう  
深川東京モダン館 圓橋の会・モダンに親しむ講演会

1.圓橋の会  
【時】3/29(土)15:00~(開場14:30)  
【入】10人(申込順)【費】前売2,000円、当日2,500円【内】岡本綺堂作-三浦老人昔話し-より「人參」哀れな小僧の敵は...【出演】三遊亭圓橋  
2.モダンに親しむ講演会  
【時】3/30(日)14:00~16:00【入】30人(申込順)【費】1,000円【内】河川とまちの再生【出演】志村秀明(芝浦工業大学)  
※いずれも  
【場】深川東京モダン館(門前仲町1-19-15)【甲】3/15(土)から電話で深川東京モダン館 ☎5639-1776【HP】http://www.fukagawatokyo.com/

## 中川船番所資料館 ミュージアムトーク

【時】3/23(日)13:00~【入】どなたでも【費】大人200円、小・中学生50円(観覧料)【内】職員による展示の解説【解説】久染健夫【甲】当日直接会場へ【場】中川船番所資料館(大島9-1-15) ☎3636-9091



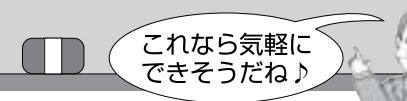
## ITパークこうとう「パソコン教室」

【時】4月分より日程が一部変更となります※詳細はK-NETホームページ([http://www.k-net.koto.tokyo.jp/k\\_net/it\\_park/](http://www.k-net.koto.tokyo.jp/k_net/it_park/))または区ホームページ参照【場】ITパークこうとう(亀戸2-19-1カメラプラザ9階)【入】区内中小企業の方(余裕があれば一般区民の方も可)各回12人【費】無料(テキスト代は実費)【甲】[区内中小企業事業者・従業員の方]3/15(土)9:00からITパークこうとうに電話または窓口で。ファクス・メールでの受付は同日10:00から[区民の方(定員に余裕がある場合)]3/22(土)9:00からITパークこうとうに電話または窓口で。ファクス・メールでの受付は同日10:00から  
※いずれもITパークこうとう窓口またはK-NETホームページにある申込用紙に「受講したい講座名(2講座まで)」等必要事項を記入(メールの場合は件名に「パソコン教室受講希望」と記載)し、申し込んでください【問】ITパークこうとう(火・木曜午前休館、日・月曜、祝日休館) ☎5626-0025、FAX3636-2641【e】admin@k-net.koto.tokyo.jp  
第2土曜はジュニア俳句教室  
【時】4/12(土)9:30~11:30【集】9:20【場】芭蕉記念館2階研修室(常盤1-6-3)【入】区内在住の小学生20人(申込順)【費】無料【持ち物】筆記用具【編】4/5(土)※定員になりしだい終了【甲】3/15(土)から芭蕉記念館に電話または窓口で ☎3631-1448

「もったいない」が大切!  
私たちの生活の中に、使い捨てのものはあふれています。

## ちよいエコ博士のOne Point ごみを減らし、「ちよいエコ」するヒント

- ・着ないTシャツは雑巾に
- ・裏面白紙のちらしやカレンダーはメモ用紙に
- ・外出時はマイボトル持参
- ・野菜の皮を料理に利用



これなら気軽にできそうだね!

そのため、日ごろからレジ袋や過度の包装を断る・詰め替え製品を使用するなど「不要品を買わないこと(リデュース・リデュース)や、リサイクルショップやフリーマーケットの活用、壊れたものを修理して使うなど、「ものを大切に長く使用すること(リユース・リペア)」が大切です。

## 目指せ!ちよいエコの達人 できているものにチェックをしよう!

- 外食時は食べきれない分だけ注文して、残さない
- 余分な包装は断っている
- 買い物にはマイバックを持っていく
- シャンプーは詰替用を使っている
- 残り物を使ったレシピが得意だ
- 消しゴムは最後まで使っている
- ランチにはマイ箸を持っている
- 外出時はマイボトルを持ち歩く
- 買い物前に冷蔵庫をチェックしている
- リサイクルショップやフリーマーケットを利用している

どうでしたか?

普段の何気ない生活の中に「ちよいエコ」のヒントは隠れています。もうすぐ新年度、みなさんも「ちよいエコ」ライフを送ってみませんか。【問】清掃リサイクル課清掃リサイクル係 ☎(3647)9181

# みんなのちよいエコの6 お気軽「エコライフ」のススメ



リサイクルの前にはできること  
過去5回のコラムでお伝えしたように、リサイクルはとても大切なことです。しかし、リサイクルには新たな資源やお金がかかります。エコな社会のためには「リサイクルされるもの」のごみとなるものを減らすことが何より重要です。  
左図のチェックをしてみてください。